باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

67

ماہنامہ عبقری ® لاہور

جنوری 2012ء بمطابق صفر المظفر 1434 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

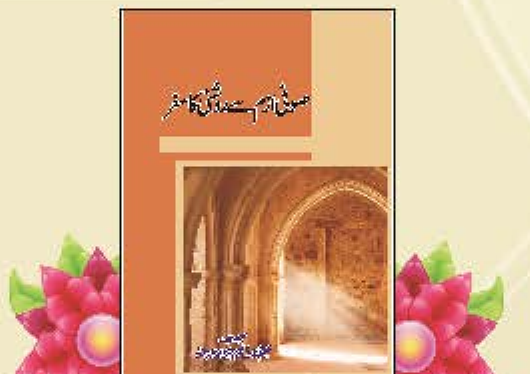
- کینسر، ہیپاٹائٹس اور موذی امراض کا روحانی نسخہ
- ٹھنڈالرجی، نزلہ کھانسی سر درد سے یقینی نجات
- خوشگوار ازدواجی زندگی آپ کے بس میں
- قرآن سے مال جان کی حفاظت کا واقعہ
- مونگ پھلی کے چھلکوں سے چھائیاں ختم
- دل کی ہر بیماری کا علاج درود شریف
- غموں کو خوشیوں میں بدلنے والا عمل
- پھول اور ان کے شفاء بخش اثرات
- فقیر کی دعا سے سب کام بن گئے
- ڈپریشن انسانی خوشیوں کا قاتل
- جنات نے بھینسیں چوری کرلی
- چنا انسانی بدن کیلئے مکمل غذا

انشاء اللہ
حضرت حکیم صاحب
کا سفری شیڈول
فیصل آباد (کلینک)
جہانیاں (درس)
اٹک (کلینک)
بہاولپور (کلینک)
مظفرگڑھ (کلینک)
سکھر (درس)
گجرات (درس)

تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی صفحات ملاحظہ فرمائیں

معذرت

حکیم صاحب کی مصروفیات کی وجہ سے مندرجہ ذیل شہروں میں حاضری نہ ہوسکے گی۔
کراچی، پشاور، کوئٹہ، باغ آزاد کشمیر



صوفیاء کی پاکیزہ زندگی کی اعلیٰ صفات اور ایمان افروز حکایات پر مشتمل حیرت انگیز اور لاجواب کتاب

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

Facebook.com/ubqari Website:www.ubqari.org

ایسی دوا جو ہر گھر، ہر فرد اور ہر موسم کی ضرورت ہے

ستر شفائیں جس طرح نام ہے اسی طرح کام ہے' واقعی یہ ستر سے زائد لاعلاج، پیچیدہ اور انوکھی بیماریوں کیلئے سو فیصد شفاء ہے اور تعجب کی بات یہ ہے کہ ایک ماہ کی دوائی کم قیمت اور کھانے میں یوں آسان کہ صرف چھوٹے چنے کے برابر توڑ کر پانی سے نگل لیں۔ ایسے اجزاء جو صدیوں سے آزمودہ اور تجربہ شدہ ہیں۔ ☆ معدے کی گیس تبخیر' کھٹے ڈکار' بدہضمی' اپھارہ ایسے تمام عوارضات چاہے نئے ہوں یا پرانے قابل علاج ہوں یا لاعلاج' بس ایک خوراک منہ میں ڈالیں اور صحت کی کرن دیکھیں۔ ڈھیروں لاعلاج مریض جو مہنگے ٹیسٹوں سے عاجز آ چکے تھے' بڑے بڑے پرہیز ان کے سامنے بے حیثیت ہو گئے تھے۔ انہوں نے جب "ستر شفائیں" کی صرف ایک ڈبیہ میں سے صرف چند خوراکیں استعمال کیں تو فوری نفع' فوری فائدہ' فوری رزلٹ ملا۔ ☆ فوڈ الرجی' پرانی قے' حاملہ کی ایسی قے جو کسی طور پر ختم ہونے کا نام نہ لیتی ہو جس نے حاملہ کو آدھ موا کر دیا ہو۔ ایسے میں "ستر شفائیں" امید کی کرن بن جاتی ہے۔ آپ نے کوئی غذا کھائی وہ باسی تھی یا پھر آپ بدہضمی کا شکار ہو گئے یا موسم برسات میں ہیضہ ہو گیا۔ الٹی اکائیاں اور متواتر دست نے بے جان کر دیا۔ تسلی کریں، گھبرانے کی ضرورت نہیں' صرف ایک خوراک لیں' پھر قدرت کا معجزہ دیکھیں۔ نہ صرف فوڈ الرجی' ہیضہ اور موسمی اثرات سے حفاظت ہو گی بلکہ جسم کی ضائع شدہ قوتوں کی فوری بحالی کیلئے بھی یہ ایک انوکھا تریاق ہے۔ جسم کی قوتیں کسی بھی بیماری حادثے میں ضائع ہو گئی ہوں یا ایمر جنسی میں آپ نڈھال ہو گئے ہیں' اس کی چند خوراکیں اپنا فوری اور دائمی اثر دکھاتی ہیں۔ ☆ جسم میں کسی قسم کا انفیکشن ہو آپ "ستر شفائیں" ایسے استعمال کریں جیسے ڈاکٹر انٹی بائیوٹیک استعمال کراتے ہیں' انٹی بائیوٹیک کے سائیڈ افیکٹ ہوں گے لیکن خالص قیمتی جڑی بوٹیوں سے تیار شدہ یہ اعلیٰ درجہ کی دوائی جراثیم کش ہے' اعتماد سے استعمال کریں۔ ☆ مسلسل تجربات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ یہ دوائی دل کے والو کھولنے میں اتنی لاجواب ہے کہ خود ہمیں حیرت ہوئی' ایک صاحب نے کمر کے درد کیلئے استعمال کی جہاں کمر کا درد درست ہوا وہاں ایک لاجواب فائدہ یہ ہوا کہ ان کے دل کے 2 والو بند تھے وہ کھل گئے انہیں افاقہ ہوا تو انہوں نے پھر ٹیسٹ کرایا تو دل کے والو کلیئر تھے اور کھل گئے تھے پھر اسے ایسے بے شمار مریضوں نے استعمال کیا اور واقعی فائدہ ہوا۔ دل کے بائی پاس اور آپریشن سے بچ گئے۔ ☆ گردے کی پتھری' پتے کی پتھری' پتے کی سوزش کے لئے یہ دوائی انوکھے فوائد دیتی ہے۔ ایسے مریض جو بار بار گردے کی پتھری یا گردے کے دوسرے مسائل مثلاً گردے کام کرنا چھوڑ رہے ہیں۔ خون میں یوریا' پوٹاشیم اور کریٹنن کی مقدار بڑھ رہی ہے اور پیشاب رک رک کر آ رہا ہے یا مسئلہ ڈائیلاسس تک پہنچ گیا ہے تو فوراً آپ "ستر شفائیں" استعمال کرانا شروع کر دیں۔ کچھ عرصہ توجہ، دھیان اور اعتماد سے استعمال کریں' لاجواب فوائد حاصل ہونگے۔ اسی طرح جوڑوں کا درد' جسم کا درد' پھوڑے کی طرح دکھتا ہو' جسم بے چین اور بے قرار رہتا ہو' دل چاہتا ہو کہ مجھے کوئی دبائے' خدمت کرے یا کام کرنے سے اعصاب تھک جاتے ہوں اور پٹھے کھنچ جاتے ہوں تو فوری فائدے کیلئے آپ بس "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ایسے صنعت کار، تاجر، دفتری کام کرنے والے، دماغی یا جسمانی محنت کرنے والے، گھریلو خواتین اور طالب علم سب کیلئے یہ اعلیٰ درجے کی طاقت اور پل بھر میں فریش کرنے والی انوکھی لاجواب دوا ہے۔ ☆ ذہنی پریشانی اور خاص طاقت سے محروم مرد یا جوان یہ دوائی اعتماد اور بھروسے سے استعمال کریں۔ آپ کو دوائی اپنے کراماتی فوائد سے محروم نہیں کریگی۔ آپ قوت خاص سے مایوس ہیں یا اپنی قوتیں خود کھو چکے ہیں بس کچھ دن آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں پھر اسکا کمال دیکھیں۔ ☆ خون کی کمی کو دور کرتی ہے، ایسے جسم جو پیلاہٹ کا شکار ہو گئے ہوں یا ایسی حاملہ خواتین جو حمل کے دوران یا بعد میں خون کی کمی کا شکار ہوں یا بچے خون کی کمی کا شکار ہوں' آپ نے کسی کو خون دیا ہے یا کسی حادثے یا بیماری سے آپکا خون ضائع ہو چکا ہے بس آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں اور قدرت ربی کا کرشمہ دیکھیں۔ دائمی نزلہ' زکام' چھینکیں' موسم سرما اور موسم بہار کی پولن الرجی ان تمام عوارضات میں "ستر شفائیں" نہایت مفید ہے حتیٰ کہ ناک کی بند ہڈی خراٹوں کی تکلیف، سوتے وقت ناک بند ہو جانا' ان تمام عوارضات میں آپ بھروسے سے "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ☆ قبض، بواسیر' مقعد کی جلن' سوزش مبتلا افراد کو جب بھی "ستر شفائیں" دی تو یہ مجبور کرتی ہے کہ اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا جائے کہ ایسے مجبور مریض آخر اتنی جلدی کیسے تندرست ہو جاتے ہیں۔ ☆ ایسے مریض جو بار بار اجابت یا کھانا کھاتے ہی ٹوائلٹ کا رخ کرتے ہیں بغیر ہضم غذا جسم سے نکل جاتی ہے یا غذا جزو بدن نہیں بنتی یا منہ میں بدبو مسلسل رہتی ہے' قریب کوئی نہیں بیٹھ سکتا' منہ سے بدبو آتی ہے۔ "ستر شفائیں" توجہ سے استعمال کریں۔ ☆ ایسی خواتین جن کے ہارمونز کا مسئلہ ہے' ایام کھل کر نہیں آتے یا پھر تکلیف سے یا بے قاعدگی سے آتے ہیں' رانیں' سرین اور پیٹ بڑھتا جا رہا ہے۔ جسم بے ڈول ہو رہا ہے حتیٰ کہ موٹاپے کا شکار مرد' بچے یا خواتین ہوں سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ ☆ درد کان کا ہو یا داڑھ کا' جوڑوں کا ہو یا لنگڑی کا سب کیلئے "ستر شفائیں" اعلیٰ درجے کی دوا ہے' بس چند خوراکیں ہی صحت کا پیام دے کر مطمئن کر دیتی ہیں۔ ☆ "ستر شفائیں" خون میں کولیسٹرول کم کر کے، چربیلے مادے ختم کر کے جسم کو بے شمار بیماریوں سے بچاتی ہے اور بلڈ پریشر کو نارمل کرتی ہے۔ ایسے مریض جو مسلسل لو بلڈ پریشر میں مبتلا ہوں وہ بھروسے کیساتھ "ستر شفائیں" استعمال کر سکتے ہیں۔ ☆ نسوار' پان' گٹکا اور کسی بھی قسم کی نشہ آور چیز سے چھٹکارا پانے کیلئے آزمودہ اور مسلسل تجربات کے بعد نہایت کار آمد ہے۔ اگر نسوار یا پان کی عادت ہو اس کو منہ میں رکھیں کچھ عرصے کے بعد عادت چھوٹ جائے گی۔ ☆ مسوڑھوں کی سوجن کیلئے نہایت کار آمد ہے۔ مسوڑھوں سے خون آنے' پیپ آنے کو ختم کرتی ہے۔ ☆ پرانا ٹائیفائیڈ بخار' ملیریا جو جان نہ چھوڑتا ہو یا بار بار آ جاتا ہو' جسم سے جاتا ہی نہ ہو تو آپ تسلی کریں گھبرائیں نہیں یہ دوائی آپ کو مایوس نہیں کریگی۔ ☆ دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی کیلئے بوڑھے' جوان' مرد' عورتوں کیلئے واقعی آزمودہ، تجربہ شدہ اور مایوس لوگوں کیلئے نئی امید ہے۔ ☆ شوگر کے مریضوں کو جب ان کے اعصاب' دل' دماغ' جگر' معدہ' مثانہ' پٹھے اور خاص طاقت میں کمزوری ہو گئی ہو ایسے میں اگر وہ "ستر شفائیں" اپنی ادویات کے ساتھ لیتے رہیں تو جہاں تمام کمزوری ختم ہو گی وہاں کچھ عرصہ استعمال کرنے سے شوگر کی ادویات سے ہمیشہ کیلئے جان چھوٹ جائے گی۔ ☆ پراسٹیٹ گلینڈ جسے عام طور پر پیشاب کے غدود کہتے ہیں اس دوائی سے ختم ہو جاتے ہیں' اگر اسے بیماری سے پہلے استعمال کیا جائے تو پراسٹیٹ کی تکلیف ہو ہی نہیں سکتی۔ ☆ دمہ' ڈسٹ الرجی' کھانسی' ریشہ بالکل ختم ہو جاتا ہے' انہیلر بھی چھوٹ جاتا ہے۔ ☆ نگاہ تیز کرنے اور عینک اتارنے کا آخری حل اور علاج۔ ☆ آپ حالت صحت میں بھی استعمال کر سکتے ہیں کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں۔ **مقدار خوراک:** چھوٹے چنے کے برابر پانی کے ہمراہ دن میں 2 سے 5 بار حسب طبیعت کھانے سے پہلے یا بعد بچوں کیلئے کالی مرچ کے برابر 2 سے 5 بار پانی کے ہمراہ۔ ڈبی کا ڈھکنا ہمیشہ سختی سے بند رکھیں۔ دوائی سالہا سال تک خراب نہیں ہو گی۔ (قیمت -/250 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

عبقریٌ حِسانٍ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰن (القرآن)

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 7 جلد نمبر 6 جنوری 2012ء بمطابق صفر المظفر 1434 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جنوری 2012ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے — اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری کے نقالوں سے ہوشیار

عبقری سے ملتے جلتے رسالے اسی انداز کے عنوانات اور عبقری کے طرز کے مضامین نقل کر کے لاکھوں قارئین کی آنکھوں میں دھول جھونکنے کی ناکام کوشش کررہے ہیں۔ قارئین! اس دھوکہ دہی کی کوشش کو ناکام بنائیں۔ جو ہاکر یا بک سٹال ماہنامہ عبقری مانگنے پر ماہنامہ عبقری کے بجائے اس قسم کا دوسرا رسالہ دے یا ادارہ عبقری کی طرف کوئی دوسرا رسالہ منسوب کرے اس کی ادارہ عبقری میں اطلاع کریں تاکہ اس کے خلاف قانونی کارروائی کی جاسکے اور آئندہ عبقری کے نام پر دھوکہ دہی نہ ہو۔

نوٹ: آن لائن فیس بک پر عبقری کی مقبولیت سے پریشان ہوکر کچھ جعل ساز دکھی انسانیت کو جعلی عاملوں کا حضرت حکیم صاحب سے تعلق اور ملتے جلتے ناموں سے دھوکہ دے رہے ہیں ایسے تمام لوگوں سے ہوشیار رہیں۔ (ادارہ عبقری)

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر بلٹی کرائیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ

خط وکتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

قرب الٰہی کا سب سے اعلیٰ مقام

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کسی کو یہ پسند ہے کہ جب وہ گھر جائے تو وہاں تین حاملہ اونٹنیاں موجود ہوں جو بڑی اور موٹی ہوں؟ ہم نے عرض کیا یقیناً۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جن تین آیتوں کو تم میں سے کوئی شخص نماز میں پڑھتا ہے وہ تین بڑی اور موٹی اونٹنیوں سے بہتر ہیں۔ **(مسلم)**

ف: چونکہ عربوں کے نزدیک اونٹ نہایت پسندیدہ چیز تھی خاص طور سے وہ اونٹنی جس کا کوہان خوب گوشت سے بھرا ہوا اس لیے آپ ﷺ نے اونٹ کی مثال دی اور فرمایا کہ نماز میں قرآن کریم کا پڑھنا اس پسندیدہ مال سے بھی بہتر ہے۔

حضرت ابوذر رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو شخص ایک رکوع کرتا ہے یا ایک سجدہ کرتا ہے اس کا ایک درجہ بلند کر دیا جاتا ہے اور اس کی ایک غلطی معاف کر دی جاتی ہے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بندہ نماز کے دوران سجدہ کی حالت میں اپنے رب کے سب سے زیادہ قریب ہوتا ہے لہٰذا (اس حالت میں) خوب دعائیں کیا کرو۔ **(مسلم)**

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جب تم گھر میں داخل ہو تو دو رکعت نماز پڑھ لیا کرو' یہ دو رکعتیں تمہیں گھر میں داخل ہونے کے بعد کی برائی سے بچالیں گی۔ اسی طرح گھر سے نکلنے سے پہلے دو رکعت پڑھ لیا کرو یہ دو رکعتیں تمہیں گھر سے باہر نکلنے کے بعد کی برائی سے بچالیں گی۔ **(بزاز الزوائد)**

حال دل

ٹینشن کا مرض زیادہ کیوں ہے اس کی کیا وجہ ہے' ٹینشن کے امراض کیوں بڑھتے جارہے ہیں؟ مصیبتیں کیوں بڑھتی جارہی ہیں؟ ٹینشن کی گولیاں کیوں زیادہ استعمال کی جارہی ہیں؟ اس کے کئی اسباب ہیں۔ ایک سبب اخبار اور خبریں بھی ہیں' وہ کچھ اس طرح کہ ملک کے ایک مایہ ناز اخبار کے ایک پرانے ورکر نے ایک انوکھی بات سنائی کہنے لگے چالیس سال سے اخبار کے شعبے سے منسلک ہوں خبریں چھاپتا ہوں' خبریں بناتا ہوں' خبریں لکھتا ہوں' آج تک ہمارے شعبے سے منسلک جتنے بھی افراد ہیں وہ سب ٹینشن کے مریض ہو چکے ہیں اور ہوئے ہیں۔ حتیٰ کہ مجھے یہ یقین ہوگیا ہے کہ نیا کوئی ورکر یا اخبار میں کام کرنے کیلئے کوئی فریش آدمی آتا ہے اور انہیں دیکھتا ہوں اور بعض کو میں کہتا ہوں ٹینشن تو نہیں...... کہتے ہیں کہ ہم فریش ہیں...... ٹینشن آپ کو ہوگی تو میں انہیں پیشنگوئی کر دیتا ہوں کہ تمہیں کچھ عرصے کے بعد ٹینشن ہوجائے گی لیکن وہی لوگ ہیں جو بعد میں کہتے ہیں کہ آپ نے کس وجہ سے مجھے یہ بات کہی تو میں انہیں کہتا ہوں دراصل بات یہ ہے اخبار میں غیبت چھپتی ہے' پردہ دری کسی مسلمان کا راز فاش کیا جاتا ہے' کسی مسلمان کی پگڑی اچھالی جاتی ہے اور بہتان لگایا جاتا ہے یا مظلوم کی فریاد' جرم' جرائم چھاپے تو جاتے ہیں ان کی مدد نہیں کی جاتی۔ یہ وہ چیزیں ہیں جن مابعد اثرات صرف اور صرف ٹینشن اور نفسیاتی بیماریاں ہیں قارئین کیا یہ بات ٹھیک ہے آپ کی کیا رائے ہے؟

اور یہ بات صرف مجھے ایک شخص نے نہیں بتائی' یہ بات مجھے اخبار کے ہاکر نے بتائی' کالم نگار نے بتائی' کاپی پیسٹ کرنے والے' اس کے کمپوزر...... اخبار کے متعلق جتنے بھی افراد ہیں میں وقتاً فوقتاً ان سے پوچھتا رہتا ان سب نے یہ بات مجھے بتائی اور سب یہی کہتے ہیں کہ بات ٹھیک ہے۔ اب آپ ہی بتائیں کہ بات کیسے ٹھیک ہے؟

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

بلاوجہ کے اعتراضات کا وبال: میں نے ایک شخص کو دیکھا کہ اپنے مذہب سے دور ہو کے بہت دور چلا گیا میں سمجھتا ہوں بس (اللہ معاف) کرے۔ اس کی بنیاد یہ تھی کہ ہر کسی پہ اعتراض کرتا تھا میرے ساتھ سفر کیا اس نے ملتان تک کا ہر چیز پہ اعتراض کرتا رہا۔ میں نے کہا تو یہ چھوڑ دے ہر شخص میں کوئی خوبی بھی ہوتی ہے خامیاں بھی ہوتیں ہیں اس کو چھوڑ دے کہنے لگا: میں حق بیان کر رہا ہوں کہ اس میں یہ خامی ہے اس میں نہ ہوتی تو یہ بہتان بن جاتا۔ واقعی ایسا ہوا پھنس گیا اور بہت دور چلا گیا۔

ایک دفعہ ملا میں نے کہا: کیا حال ہے کہنے لگا: مجھے حق اب ملا ہے ہائے! میں نے کہا: دروازے ایسے بند ہوئے کہ کفر کو حق سمجھ رہا ہے ایسے دروازے بند ہوگئے ایسا دل سیاہ ہوگیا۔

درگزر کو اپنایئے: فرمایا: مومن کا مزاج درگزر کا ہوتا ہے۔

لٹا اپنی ہستی بھلا کرتے کرتے
ڈبو ہی دیا تھا تجھے ناخدا نے
لگی پار کشتی خدا کرتے کرتے

اعمال کا اثر نسلوں پر: میرے دوستو! زندگی کی وہ کیفیات' زندگی کے وہ اعمال حاصل کریں جن سے برکتیں آئیں وہ اعمال اختیار کریں گھروں میں سلام کو عام کریں۔ جب رزق کو ضائع کیا جاتا ہے رزق کی بے برکتی آتی ہے، جب اعمال نبوی ﷺ کو چھوڑا جاتا ہے پھر اللہ کی طرف سے عذاب ٹوٹتے ہیں پھر بلائیں ٹوٹتی ہیں اور یاد رکھنا! بعض اوقات ایک نسل پہ بعض اوقات کئی نسلوں پہ اور بعض اوقات ایک گناہ کرنے والا گناہوں کی زندگی گزار کے چلا جاتا ہے جبکہ اس کی نسلوں پہ اس کا عذاب آتا ہے۔ کیسے آتا ہے؟

آپ میڈیکل کے لوگوں سے پوچھیں بعض بیماریاں ایسی ہیں۔ گلوریا آتشک اور سوزاک گناہ کوئی کرتا ہے لیکن اس کو بھگتتی نسلیں ہیں' لولے لنگڑے' اپاہج بچے پیدا ہوتے ہیں۔ جینز میں یہ چیزیں منتقل ہو رہی ہیں۔ کمال ہے گناہ تو اس نے کیا بھگت اس کی نسلیں رہی ہیں۔ یاد رکھئے گا! گناہ کی زندگی' ایمان و اعمال سے دوری کی زندگی' بے برکتی والے اعمال یہ نسلیں بھگتتی ہیں اور برکت والے اعمال ایمان اعمال اور تقویٰ اس کی برکات نسلوں تک جاتی ہیں۔

کہیں چپکے چپکے رونا کہیں دل سے بات کرنا: کوشش، محنت، اللہ سے مانگنا، احتیاط، بار بار احتیاط، قدم قدم پہ احتیاط کرتے رہیں، مانگتے بھی رہیں۔ یااللہ! میں کمزور ہوں، تو خود مجھے سلجھا دے۔ اے اللہ! میں ناتواں ہوں، تو مجھے راستے خود سمجھا۔ اے اللہ! مجھے حقیقت آتی نہیں۔ اے اللہ! تو مجھے خود بتا۔ یااللہ! میں کیا کروں۔ یااللہ! میں کیسے کروں، یااللہ! میری راہیں سلجھا۔ اللہ! مجھے راستہ دکھا۔ اللہ سے مانگیں اور خوب مانگیں۔ اے اللہ! میں مخلوق، میری کوشش مخلوق، اے اللہ! تو خالق ہے، تو دینے والا ہے، تو مجھے عطا کر دے، تیرے خزانے میں کمی نہیں ہے۔ یااللہ! تو دے دے گا تو میرا کام بن جائے گا، اگر تو محروم کر دے گا، میں برباد ہو جاؤں گا۔ یااللہ! تو میری بربادی نہیں چاہتا۔ اگر میں پریشان و برباد ہو گیا اور بے برکتی والے اعمال کرتے کرتے میری زندگی گزر گئی تیرے حبیب ﷺ کو تکلیف ہوگی، تو اپنے حبیب ﷺ کی تکلیف کو برداشت نہیں کر سکتا۔ اللہ سے مانگیں اور بار بار بیٹھ بیٹھ کر مانگیں۔ اپنی نسلوں کے لئے اعمال اور ایمان مانگیں، اپنی نسلوں کے لئے احتیاطیں مانگیں، اپنی نسلوں کے لئے مانگیں۔ جو مانگتا ہے اس کو ملتا ہے، جو نہیں مانگتا وہ محروم رہتا ہے۔ (ختم شد)

نیا درس

اپنی نسبت کو پہچانیں: قابلِ احترام دوستو! اللہ جل شانہٗ نے ہمیں نسبتوں کے ساتھ جوڑا ہے یہ حقیقت ہے کہ ہمیں نسبتوں کے ساتھ جوڑا ہے، وہ کیسے؟ کبھی آپ اس بات پر غور کریں اور سنجیدگی سے غور کریں یا تو ہماری نسبت، جنت کے ساتھ ہے یا خدانخواستہ اللہ نہ کرے مومن کی نسبت جہنم کے ساتھ ہے، آج کا دن جنتی کے ساتھ گزارا یا پھر آج کا دن برا ہو گیا۔

حضور ﷺ کی محفل میں وقت گزارنے کا طریقہ: بقول ایک اللہ والے کے اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہے کہ سارا دن حضور ﷺ کی غلامی میں بیٹھا رہے اور آپ ﷺ کی محفل میں بیٹھا رہے اور ہم سب ہی ضرور چاہتے ہیں...... کیوں نہیں چاہتے...... تو فرمایا" آج کا دن حضور سرور کونین ﷺ کی غلامی میں گزارے صبح اٹھے اور شام ہو جائے اور اس دوران اس سے کوئی گناہ نہ ہو' نافرمانی نہ ہو اور حضور سرور کونین ﷺ کی زندگی کے مطابق آپ ﷺ کے طریقوں کے مطابق وقت گزارنے کی فکر کرے اور سو جائے۔ بس فرمایا کہ یہ آج کا دن سارا ایسے ہے جیسے اس نے حضور سرور کونین ﷺ کی غلامی میں گزارا اور آپ ﷺ کی صحبت میں گزار دیا اور ایسے گزار دیا کہ آقا کا چہرہ تھا اور اس کی آنکھیں تھیں (اللہ اکبر)

پاس رہ کر بھی دور: ایک وہ شخص ہے جس نے آج کا دن کملی والے حضور سرورِ کونین ﷺ کی اتباع میں نہیں گزارا آپ ﷺ کی فرمانبرداری میں نہیں گزارا۔ اس کی مثال ایسی ہے کہ جیسے کوئی شخص حضور سرور کونین ﷺ کو دیکھ رہا' آقا کا چہرہ انور ہے اللہ کی قسم ساری کائنات کا حسن اس پر فدا ہو جائے "والضحیٰ" "والیل اذا سجیٰ" سرور کونین (ﷺ) کا چہرہ انور ہے اور اس شخص کی آنکھیں ہیں لیکن اس کو فائدہ نہیں ہوا یہ ممکن ہے ہاں! ممکن ہے۔ ابوجہل نے کم تو نہیں دیکھا تھا حضور سرور کونین (ﷺ) کو۔ ابوجہل کو کوئی فائدہ ہوا؟

غلامی کی موت حقیقی شہادت: یاد رکھئے گا! میرے آقا کا چہرہ انور دیکھنے کے لئے پہلے ایمان کا ہونا ضروری ہے اور آپ ﷺ کی غلامی شرط اور غلامی کا تاج ہونا ضروری ہے اور پھر میرے آقا کو تو دیکھ نہیں صرف ایک جھلک دیکھ لے۔ اللہ کی قسم! اللہ تجھے معاف کر دے گا اور یاد رکھیں! ماں کہے کہ پہاڑ سے چھلانگ لگا اور تو نے لگا دی خودکشی ہوگئی اور باپ کہے' کوئی بڑا کہے چھلانگ لگا دے سمندر میں یہ خودکشی

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کچھ ماہ پہلے فون پر ملاقات کا ٹائم لینے کے بعد میں اپنی والدہ اور ہمشیرہ کے ساتھ آیا تھا۔ کچھ مسئلے مسائل تھے' آپ نے وظیفہ عنایت کیا اور ساتھ ہی فرمایا تھا کہ 14 جمعراتیں درس میں شرکت کریں اور انشاء اللہ دعائیں قبول ہونگیں۔ شروع شروع میں دل نہیں چاہتا لیکن جب مسائل نے شدت اختیار کی تو آپ کی بات بار بار میرے کانوں میں سنائی دینے لگی' چنانچہ میں نے پکی نیت کر کے درس میں شرکت کی۔ الحمدللہ میری دنیا ہی بدل گئی' میری سوچ کا زاویہ ہی بدل گیا' اگرچہ میں قرآن کا حافظ ہوں لیکن کبھی نمازیں پڑھ لیا کرتا تھا کبھی چھوڑ دیا کرتا تھا لیکن آپ کا درس سن کر اللہ عزوجل اور اس کے حبیب ﷺ سے محبت (باقی صفحہ نمبر 27 پر)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ابن سرور محمد اویس

اہل بیتؓ کی انصاف پسندی

وہ یہودی اس مقدمہ کے فیصلہ سے بہت متاثر ہوا اور تعجب کے ساتھ کہنے لگا ''امیر المومنین خود مجھے اپنے قاضی کے پاس لے کر آئے اور ان کے قاضی نے بھی ان ہی کے خلاف فیصلہ سنا دیا' میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ﷺ ہیں۔

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی انصاف پسندی

ایک مرتبہ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی زرہ گم ہوگئی' تلاش کرنے پر وہ ایک یہودی کے پاس سے برآمد ہوئی' آپ رضی اللہ عنہٗ نے زرہ کا مطالبہ کرتے ہوئے فرمایا: ''یہ زرہ میری ہے میں نے یہ نہ فروخت کی ہے اور نہ کسی کو ہبہ کی ہے۔'' یہودی کہنے لگا ''یہ میری زرہ ہے کیونکہ یہ میرے قبضے میں ہے۔'' حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے اسے قاضی کے پاس چلنے کو کہا تو وہ آمادہ ہوگیا اور دونوں قاضی شریح رحمۃ اللہ علیہ عدالت میں پہنچ گئے۔ شریح رحمۃ اللہ علیہ نے حضرت علی رضی اللہ عنہٗ سے مقدمہ کی کارروائی شروع کرتے ہوئے کہا: ''امیر المومنین! آپ فرمائیں' آپ کیا کہتے ہیں؟''

''یہ زرہ میری ہے' میں نے یہ زرہ نہ تو کسی کو بیچی ہے اور نہ ہی کسی کو ہبہ کی ہے۔'' حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے دعویٰ دائر کرتے ہوئے فرمایا: پھر شریح رحمۃ اللہ علیہ یہودی کی طرف متوجہ ہوئے اور اس کا بیان طلب کیا تو اس نے کہا ''یہ میری زرہ ہے اور میرے قبضہ میں ہے۔''

''آپ کے پاس کوئی گواہ ہے؟'' حضرت شریح نے حضرت علی رضی اللہ عنہٗ سے پوچھا۔

''جی ہاں! یہ قنبر (حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کا غلام) اور حسن (رضی اللہ عنہٗ) اس بات کے گواہ ہیں کہ یہ زرہ میری ہے۔'' حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا۔

''بیٹے کی گواہی باپ کے حق میں قابل قبول نہیں' لہٰذا میرا فیصلہ یہ ہے کہ زرہ اس یہودی کی ہے۔'' قاضی شریح رحمۃ اللہ علیہ نے اپنا فیصلہ سنا دیا۔

وہ یہودی اس مقدمہ کے فیصلہ سے بہت متاثر ہوا اور تعجب کے ساتھ کہنے لگا ''امیر المومنین خود مجھے اپنے قاضی کے پاس لے کر آئے اور ان کے قاضی نے بھی ان ہی کے خلاف فیصلہ سنا دیا' میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ﷺ ہیں۔ اے امیر المومنین! یہ زرہ آپ ہی کی ہے لہٰذا آپ اسے لے لیجئے۔

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ اور فقیہ کی تعریف

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ محراب کے قریب تشریف فرما کلمات علم وحکمت اور ملفوظات تشکر وتضرع کا فیضان برسا رہے تھے لوگ آپ کے اردگرد حلقہ بنائے علمی استفادہ کر رہے تھے کہ اس دوران ایک آدمی نے عرض کیا ''یا امیر المومنین! آپ رضی اللہ عنہٗ ہمیں فقیہ (عالم) کے اوصاف سے آگاہ کیجئے'' چنانچہ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ دوزانوں ہوکر بیٹھے اور فرمایا کہ ''میں تمہیں حقیقی فقیہ سے آگاہ کرتا ہوں' حقیقی فقیہ وہ ہے جو لوگوں کو اللہ کی رحمت سے مایوس نہ کرے ان امور کی اجازت نہ دے جو خدا تعالیٰ کی نافرمانی کا ذریعہ بنتے ہیں' اللہ تعالیٰ کی خفیہ تدبیر سے انہیں بے خوف نہ کرے اور قرآن سے بے رغبتی ظاہر کرتے ہوئے نہ چھوڑے' ایسی عبادت میں کوئی بھلائی نہیں جس میں فقاہت نہ ہو اور اس فقہ میں کوئی بھلائی نہیں جس میں پرہیزگاری نہ ہو اور اس تلاوت میں کوئی خیر وبھلائی نہیں جس میں تدبر نہ ہو۔

علم نحو کے موجد

ابوالاسود وئلی بیان کرتے ہیں کہ ایک میں حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی خدمت میں حاضر ہوا تو دیکھا کہ متفکر نظر آرہے ہیں میں نے اس فکر اور پریشانی کی وجہ پوچھی تو فرمایا ''میں نے تمہارے شہر والوں کو دیکھا کہ بولنے میں غلطی کرتے ہیں لہٰذا میرا خیال ہے کہ عربی زبان کے اصول وقواعد کے بارے میں کچھ تحریر کردوں میں نے عرض کیا کہ اگر آپ ایسا کردیں تو ہمیں زندگی عطا فرمادیں گے اور یہ زبان ہم میں باقی رہ جائے گی۔

تین دن کے بعد میں دوبارہ حاضر خدمت ہوا تو حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے ایک کاغذ میرے سامنے رکھا جس پر تحریر تھا:۔

بِسمِ اللّٰہِ الرَّحمٰنِ الرَّحِیم

''کلام تین قسم کا ہوتا ہے اسم، فعل، حرف، اسم وہ ہے جو مسمی کی خبر دے اور فعل وہ ہے جو مسمی کی حرکت بتائے اور حروف وہ ہے جو معنی کی خبر دے لیکن اسم وفعل نہ ہو''

پھر فرمایا کہ اگر تجھے کوئی نئی بات معلوم ہوتو اس میں اضافہ کردینا اور یہ کہ چیزیں تین قسم کی ہوتی ہیں ظاہر، پوشیدہ، نہ ظاہر نہ پوشیدہ، پھر میں واپس چلا گیا اور میں نے بھی کچھ اضافہ کیا از اں جملہ انَّ لیت لعل حروف ناصبہ تھے۔ میں نے ان کی اقسام تیار کیں اور اسے آپ کی خدمت میں پیش کیا' فرمایا ''کــاَنَّ کیوں شامل نہیں کیا؟'' میں نے عرض کیا ''میرے نزدیک یہ حرف ناصبہ نہیں'' فرمایا یہ بھی ناصبہ ہے چنانچہ میں نے اس کا اضافہ بھی کردیا۔''

علم نحو عربی گرائمر کا ایک ایسا بنیادی علم ہے جس کے بغیر عربی زبان سیکھنا ممکن نہیں' اس علم کی ایجاد کا تمغہ بھی حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کو حاصل ہے جیسا کہ قصہ مذکورہ سے معلوم ہوا' البتہ ابوالاسود رحمۃ اللہ علیہ سے یہ بھی روایت ہے کہ اس کی ابتداء عمر فاروق رضی اللہ عنہٗ نے کی تھی اور انہوں نے یہ بتایا تھا کہ ہر ایک فاعل مرفوع' مفعول منصوب اور مضاف الیہ مجرور ہوتا ہے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کی حضرت علی رضی اللہ عنہٗ سے محبت

مسجد نبوی ﷺ میں ایک آدمی امیر المومنین حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہٗ کے قریب بیٹھا فضول باتیں کررہا تھا کہ ایک دم حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کے خلاف سخت زبان استعمال کرنے لگا' اس پر حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کو غصہ آیا اور سخت لہجہ میں اس شخص سے فرمایا ''کیا تم ان صاحب قبر والے کو پہچانتے ہو'' اس نے ہنس کر کہا'' جی ہاں کیوں نہیں' یہ نبی ﷺ ہیں جن کا نام محمد بن عبداللہ بن عبدالمطلب ہے'' حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا ''اور جس علی رضی اللہ عنہٗ کا تم تذکرہ کررہے ہو وہ علی بن ابی طالب بن عبدالمطلب اور رسول اللہ ﷺ کے چچازاد بھائی ہیں لہٰذا تم ان کا ذکر اچھے الفاظ اور خیر خواہی سے کرو کیونکہ اگر تو نے علی رضی اللہ عنہٗ کو اذیت پہنچائی تو درحقیقت تم نے ان صاحب قبر ﷺ کو اذیت پہنچائی۔

آپ کا بچہ وقت مانگتا ہے

مسمط زبیر' لاہور

آج کے جدید باپ کی عام تصویر یہ ہے کہ اس کے پاس ایک اچھی اور مضبوط ملازمت ہے۔ وہ اپنے خاندان کو زیادہ سے زیادہ مالی طور پر آسودہ حال دیکھنا چاہتا ہے اور اس نے دن رات ایک کر رکھا ہے لیکن بچوں کیلئے اس کے پاس وقت نہیں ہے

بچوں کو کامیاب اور اچھا انسان بنانے کے حوالے سے ہم اپنے بڑے بوڑھوں سے یہ مشہور ضرب المثل سنتے آئے ہیں کہ ''دو سونے کا نوالہ اور دیکھ شیر کی نگاہ سے'' لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ سائنس اور کمپیوٹر ٹیکنالوجی کے اس جدید دور میں کیا یہ قدیم محاورے آج بھی ویسے ہی پُراثر اور سچے ہیں جیسے صدیوں سے سمجھے جاتے رہے ہیں؟ کیا بچوں میں ہماری اقدار' روایات اور قواعد وضوابط کی پابندی زیادہ نمایاں نظر آنی چاہیے؟ یا پھر کمپیوٹر اور دیگر شعبہ جات زندگی میں مہارت ہمارے بچوں کی امتیازی خصوصیات ہونی چاہئیں؟ حقیقت یہ ہے کہ اس بارے میں شاید ہمارے اپنے ذہنوں میں کوئی واضح خانہ نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہم اپنے بچوں کو غیر واضح' غیر متوازن اور بے مقصد مستقبل کی طرف دھکیل رہے ہیں۔

آج کے جدید باپ کی عام تصویر یہ ہے کہ اس کے پاس ایک اچھی اور مضبوط ملازمت ہے۔ وہ اپنے خاندان کو زیادہ سے زیادہ مالی طور پر آسودہ حال دیکھنا چاہتا ہے اور اس نے دن رات ایک کر رکھا ہے لیکن بچوں کیلئے اس کے پاس وقت نہیں ہے جبکہ ملازمت پیشہ ماں کا یہ حال ہے کہ وہ چاہتی ہے کہ اس کے بچوں کو جدید دور کی تمام سہولتیں حاصل ہوں۔ معیار زندگی زیادہ سے زیادہ بلند ہو اور اس کے بچے اچھے اور مہنگے سکولوں میں تعلیم حاصل کریں چنانچہ اس دوڑ دھوپ میں اس کا بھی زیادہ وقت گھر سے باہر ہی گزرتا ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ بچوں کو اچھے سکولوں میں تعلیم دلانے اور ان کی مادی ضروریات کی تکمیل کیلئے مالی اور معاشی استحکام ضروری چیز ہے لیکن کیا والدین کی ذمہ داریاں اور فرائض صرف یہاں تک ہی محدود ہیں؟ کیا اس بات کی ضمانت دی جاسکتی ہے کہ مہنگی تعلیم دلانے سے وہ ہمیشہ کامیاب اور اچھے انسان بنیں گے؟ افسوس کی بات یہ ہے کہ ہم میں سے اکثریت کے پاس سوچنے کیلئے اتنا بھی وقت نہیں رہا۔

بچوں کے بعض ماہرین نفسیات کی رائے میں وہ بچے جو عام سکولوں میں پڑھتے ہیں لیکن انہیں والدین کی خصوصی توجہ حاصل رہتی ہے وہ مہنگے سکولوں میں پڑھنے والے بچوں کے مقابلے میں (جنہیں والدین کا وقت نہیں ملتا) کہیں زیادہ بہتر نتائج حاصل کرتے ہیں۔ موجودہ سائنسی دور میں جب بچوں کی دلچسپی کیلئے سینکڑوں تفریحی مشاغل اور ان کے کیریئر کیلئے کئی شعبے موجود ہیں انہیں متعدد چیلنجوں کا سامنا ہے' ایسے حالات میں انہیں والدین کی خصوصی توجہ کی ضرورت پہلے دور کے مقابلے میں کہیں زیادہ بڑھ گئی ہے اور وقت نے ثابت کر دیا ہے کہ بچوں کی بہتر تعلیم وتربیت اور انہیں نظم و ضبط اور قواعد وضوابط سکھانے کیلئے مناسب سرزنش یا ڈانٹ ڈپٹ بھی ضروری ہے۔ انہیں اچھائی اور برائی کی تمیز سکھانی پڑتی ہے اور اس کیلئے کچھ اصولوں کا تعین کرنا اور انہیں خصوصی وقت دینا پڑتا ہے۔ صرف مہنگے یا اچھے سکولوں میں داخلے دلوا کر یا ان کی دیگر مادی ضروریات کی تکمیل کر کے والدین ان کی تمام ذمہ داریوں سے بری الذمہ قرار نہیں دیئے جاسکتے۔

ہمیں اس بات پر غور کرنا پڑے گا کہ اس روش سے کہیں ہم اپنے بچوں کو زندگی کے اصل مقصد سے دور تو نہیں لے جارہے؟ اور کیا اس طریق کار سے بچوں کی بہتر شخصیت سازی ہونا اور انہیں ایک اچھا انسان بنانا ممکن ہے؟ حقیقت یہ ہے کہ موجودہ وقت اس بات کا تقاضا کرتا ہے کہ جس قدر ہوسکے والدین نہ صرف بچوں کو اپنا وقت دیں بلکہ ان کی رہنمائی میں ہر طرح سے ان کی مدد کریں تاکہ ان کی شعوری اور فکری صلاحیتیں زیادہ نکھر کر سامنے آسکیں۔

بچوں کی ایک معروف سائیکاٹرسٹ کا کہنا ہے کہ ''مادی خوشیوں کی اس چوہا دوڑ میں والدین کی اکثریت ذہنی اور جسمانی طور پر اس قدر مصروف رہتی ہے کہ وہی بچے ان کی توجہ سے محروم رہتے ہیں جن کیلئے وہ ساری محنت اور جدوجہد کر رہے ہوتے ہیں۔ ان کے پاس اتنا وقت ہی نہیں بچتا کہ وہ اپنے بچوں کی مصروفیات' مسائل اور دلچسپیوں اور مشاغل وغیرہ کے بارے میں جان سکیں۔ چنانچہ لازمی طور پر بچے نہ صرف اچھائی اور برائی کے تصور سے آگہی حاصل نہیں کر پاتے بلکہ کامیاب شخصیت کی تعمیر کیلئے دیگر کئی بنیادی اور انتہائی ضروری چیزوں سے بھی ناواقف رہتے ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ اگر کوئی ماں اپنے بچے کو صحت کے بنیادی اصول' معاشرتی ادب وآداب' لحاظ ومروت' بڑوں کی عزت و تکریم' چھوٹوں سے محبت جیسی بنیادی باتیں نہیں سکھاتی تو اس کا بچہ کبھی بھی ایک اچھا انسان نہیں بن سکتا۔ ایسا بچہ جسے اس کے ماں باپ نے یہ ساری باتیں سکھائی ہوں وہ اختلافی معاملات میں بڑوں سے ناراضگی اور چڑچڑے پن کا مظاہرہ تو کرسکتا ہے لیکن وہ گستاخی کی حد تک نہیں اترتا۔ ایک عام گلی کے بچے اور شرفاء کے بچوں میں یہی اصل فرق ہوتا ہے یہی وہ اہم نکتہ ہے جسے والدین کو اچھی طرح ذہن نشین کرلینا چاہیے۔

بہت چھوٹی عمر ہی سے بچوں کو ان کے کیریئر کے بارے میں اعتماد میں لیں انہیں بتائیے کہ اگر کوئی ڈاکٹر' انجینئر' جج' پروفیسر وغیرہ بننا چاہتا ہے تو اسے قدر کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ بچوں کے معاملے میں اس طرح فیصلے کیا کریں کہ بچوں کو فیصلے میں شرکت کے ساتھ اپنے بااختیار ہونے کا بھی احساس ہو۔ وہ چاہتے ہیں کہ ان سے بھی بڑوں جیسا سلوک اور رویہ اختیار کیا جائے۔ آپ کا کمال یہ ہے کہ ان سے متعلق کوئی بھی فیصلہ کرتے وقت آپ انہیں محسوس نہ ہونے دیں کہ کوئی فیصلہ ان پر مسلط کیا جارہا ہے ورنہ بچوں میں غصہ' ناراضگی' ڈیپریشن اور اعتماد کی کمی جیسی چیزیں پیدا ہونے لگتی ہیں جو بہت زیادہ بڑھ جائیں تو بچوں میں کئی نفسیاتی پیچیدگیوں کا باعث بن سکتی ہیں۔

والدین کا کام ہے کہ بچوں کی سرگرمیوں پر ہمیشہ نظر رکھیں اور اگر ان میں کوئی ایسی منفی سرگرمی کو پروان چڑھتا دیکھیں تو فوراً اس کی روک تھام کریں۔ بچوں کی تربیت اس نہج پر ہونی چاہیے کہ ان کی دلچسپیوں کا محور تعمیری اور مثبت سرگرمیاں ہوں یہ بات والدین کے ذہن میں رہنی چاہیے کہ ''شیر خوار بچے کے مقابلے میں چھ سات برس کے بچے پر کہیں زیادہ توجہ دینے اور نظر رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ اس عمر کا بچہ سوچنے اور محسوس کرنے کی واضح صلاحیت رکھتا ہے۔''

خاوند کی نظروں میں محبوب بننے کیلئے

جس عورت کا خاوند اسے اچھا نہ جانتا ہو 7 دن لگاتار یہ عمل کرے' اول غسل کرے پھر دو رکعت نماز نفل پڑھے۔ دونوں رکعت میں ایک مرتبہ سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ سورۃ اخلاص نماز کا سلام پھیر کر کھڑے ہو کر 3 ہزار مرتبہ یَاعَزِیْزُ پڑھے پھر چوتھے دن سے پانچ ہزار مرتبہ یَاعَزِیْزُ بیٹھ کر پڑھے اسی طرح سات دن پورے کرے۔ انشاء اللہ خاوند کی نظروں میں نہایت عزت والی اور محبوب بن جائیگی۔ **(خالد محمود' احمد پور شرقیہ)**

قرآن سے مال جان کی حفاظت کا واقعہ

رابعہ وقاص، راولپنڈی

ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب کی تلاشی لیتے ہوئے ان کی جیب میں جو نقدی تھی نکال لی تھی۔ دوسرے ڈاکو نے کتابوں کی الماری کی طرف اشارہ کرتے ہوئے پوچھا کیا اس میں صرف کتابیں ہیں؟ شاہین صاحب کی اہلیہ نے کہا ''قرآن مجید'' ہے۔

ہمارے ایک عزیز فرخ نظامی صاحب کے مکان میں پانچ ڈاکو گھس گئے۔ انہوں نے چادریں اوڑھی ہوئی تھیں اور ان کا لب ولہجہ سندھی تھا۔ وہ کار پر آئے تھے ان کا چھٹا ساتھی باہر کار میں بیٹھا رہا۔ ڈاکوؤں نے گھر میں داخل ہو کر تلاشی لینا شروع کر دی۔ اسی اثناء میں نظامی صاحب کے بڑے بھائی اکرام نظامی صاحب کی آنکھ کھل گئی۔ وہ اٹھے تو ڈاکوؤں نے ریوالور دکھا کر ان پر قابو پا لیا۔

اس کے بعد ان کے دوسرے بھائی فیض نظامی صاحب کی بھی آنکھ کھل گئی۔ مگر ڈاکوؤں نے انہیں بھی گولی مارنے کی دھمکی دے کر خاموش کرا دیا پھر انہوں نے تینوں بھائیوں کو کمرے میں بند کر دیا اور ان کی والدہ سے گھر کی چابیاں حاصل کر لیں۔ انہوں نے گھر کا کونہ کونہ چھان مارا تاکہ انہیں کوئی زیور یا نقدی مل جائے مگر انہیں سخت مایوسی ہوئی فرخ صاحب کی اہلیہ کے کمرے میں ایک آہنی سیف پڑا ہوا تھا انہوں نے اسے توڑا تو اس میں سے بھی کوئی کام کی چیز نہ نکلی۔ اس پر ان کی اہلیہ نے ڈاکوؤں سے کہا کہ بھائی یہ اللہ والوں کا گھر ہے یہاں تمہیں اللہ کے نام کے سوا کچھ نہیں ملے گا''۔

ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب کی تلاشی لیتے ہوئے ان کی جیب میں جو نقدی تھی نکال لی تھی۔ دوسرے ڈاکو نے کتابوں کی الماری کی طرف اشارہ کرتے ہوئے پوچھا کیا اس میں صرف کتابیں ہیں؟ شاہین صاحب کی اہلیہ نے کہا ''قرآن مجید'' ہے۔ ڈاکو نے قرآن مجید کو احترام سے اٹھایا اور اسے بوسہ دے کر رکھ دیا۔ ڈاکو چلے گئے تو سب نے دیکھا کہ قرآن شریف کے اوپر وہ رقم رکھی ہوئی تھی جو ایک ڈاکو نے فیض نظامی صاحب کی جیب سے نکالی تھی۔ ایک ڈاکو نے گھر سے جاتے وقت فرخ صاحب کی معمر والدہ کے احترام سے پاؤں چھوئے۔ جاتے وقت اس کے الفاظ تھے ''آپ میری ماں ہیں'' ایک اور ڈاکو نے گھر کی تلاشی کے دوران میں اسے جو بالیاں ملیں تھیں وہ فرخ صاحب کی والدہ کے حوالے کر دیں اور خاموشی سے چلے گئے۔

امریکہ میں جلتی ہوئی لائبریری میں حفاظت قرآن

میرے والد کے ایک دوست صدیق اکبر مخدوم صاحب مرحوم (ایم ایس فزکس علیگ) پاکستان میں گونگے بہرے بچوں کی تعلیم کے بانی تھے۔ ان کو تعلیم کے سلسلے میں بار بار باہر کے ممالک میں جانا پڑتا تھا۔ انہوں نے کوئی 25 سال پیشتر میرے والد کو ایک ایمان افروز واقعہ سنایا۔ فرمانے لگے بہت پہلے میں اعلیٰ تعلیم کے سلسلے میں امریکہ کی یونیورسٹی (غالباً کیلیفورنیا) میں مقیم تھا۔ وہاں میں نے ایک مرتبہ کئی امریکیوں کو پاکستانی ڈشیں کھانے کی دعوت دی۔ میں نے کئی ڈشیں اپنے ہاتھ سے تیار کیں۔ یاد رہے کہ ان دنوں بہت کم پاکستانی امریکہ میں رہتے تھے اور پاکستانی کھانے بہت نایاب تھے۔ امریکی دوستوں نے خوب مزے لے لے کر پاکستانی کھانے کھائے اور دل کھول کر داد دی۔ امریکیوں میں ایک ہیڈ لائبریرین بھی مدعو تھی۔ وہ اتنی خوش ہوئی کہ اس نے ہمیں درج ذیل واقعہ سنایا۔

اس نے بتایا کہ آپ لوگ اس یونیورسٹی کی لائبریری کی شاندار عمارت دیکھتے ہیں۔ کوئی ایک صدی پہلے اسی جگہ پر لائبریری کی بالکل مختلف بلڈنگ تھی۔ اس بلڈنگ میں خدا جانے کس طرح آگ لگ گئی۔ آگ نے پوری عمارت کو گھیرے میں لے لیا۔ آپ کو علم ہے کہ امریکیوں کو کتابوں سے بہت زیادہ عشق ہوتا ہے ان دنوں جو ہیڈ لائبریرین تھی اس کا کچھ یہی حال تھا۔ چنانچہ اس نے لائبریری میں سے زیادہ سے زیادہ کتابیں بچانے کی کوشش کی اور جان پر کھیل کر لائبریری میں گھس گئی۔ ایک شوکیس میں سے اس کے ہاتھ صرف ایک کتاب لگی۔ اندھیرے اور دھوئیں کی لپیٹ میں وہ یہ کتاب کسی نہ کسی طرح باہر لے آئی۔ باہر اس نے اور دیگر امریکیوں نے دیکھا کہ وہ کتاب قرآن پاک یعنی اللہ کی کتاب تھی۔ سبحان اللہ! جب نئی عمارت تیار ہوگئی تو باقاعدہ ایک شوکیس میں قرآن مجید کے اس مقدس نسخے کو احترام کے ساتھ رکھ دیا گیا۔ شوکیس پر اب بھی یہ تحریر موجود ہے کہ تباہ شدہ لائبریری کی جملہ کتابوں میں سے باقی ماندہ صرف ایک کتاب قرآن پاک......!

مونگ پھلی کے چھلکوں سے چھائیاں ختم

مونگ پھلی کے چھلکوں کا سفوف بنا کر ہموزن خالص پٹرولیم جیلی میں ملا کر چہرے کی چھائیوں پر کچھ عرصہ مستقل لگائیں' انشاءاللہ چھائیاں ختم ہو جائینگی۔ (ابن وفا قادری)

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 67

بحیثیت مسلمان ہم حسن بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

آتش پرست کا قبول اسلام

شمعون نامی ایک آتش پرست حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کا پڑوسی تھا اور جب وہ مرض الموت میں مبتلا ہوا تو آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس کے یہاں جا کر دیکھا کہ اس کا جسم آگ کے دھوئیں سے سیاہ پڑ گیا ہے۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے تلقین فرمائی کہ آتش پرستی ترک کر کے اسلام میں داخل ہو جا' اللہ تعالیٰ تجھ پر رحم فرمائے گا۔ اس نے عرض کیا کہ میں تین چیزوں کی وجہ سے اسلام سے برگشتہ ہوں۔ اول یہ کہ جب تم لوگوں کے عقائد میں حب دنیا بُری چیز ہے تو پھر تم اس کی جستجو کیوں کرتے ہو؟ دوم یہ کہ موت کو یقینی تصور کرتے ہو تو دنیا میں رضائے الٰہی کیلئے کام کیوں کرتے ہوں؟ اور یہ کہ موت کو یقینی تصور کرتے ہوئے اس کا سامان کیوں نہیں کرتے؟ سوم یہ کہ جب تم اپنے قول کے مطابق جلوۂ خداوندی کے دریا کو بہت عمدہ تصور کرتے ہو تو پھر دنیا میں رضائے الٰہی کے خلاف کام کیوں کرتے ہو؟ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا یہ تو مسلمانوں کے افعال و کردار ہیں لیکن آتش پرستی میں تضیع اوقات کر کے تمہیں کیا حاصل ہوا' مومن خواہ کچھ بھی ہو کم از کم خدا کی وحدانیت کو تسلیم کرتا ہے لیکن تو نے ستر سال آگ کو پوجا ہے اور اگر ہم دونوں آگ میں گر پڑیں تو وہ ہم دونوں کو برابر جلائے گی یا تیری پرستش کو ملحوظ خاطر رکھے گی۔ لیکن میرے مولا میں وہ طاقت ہے کہ اگر وہ چاہے تو مجھ کو آگ ذرہ برابر نقصان نہیں پہنچا سکتی اور یہ فرما کر اپنے ہاتھ میں آگ اٹھالی اور کوئی اثر دست مبارک پر نہ ہوا۔ شمعون نے اس کیفیت سے متاثر ہو کر عرض کیا کہ میں تو ستر سال سے آتش پرستی میں مبتلا ہوں اور اب آخری وقت میں کیا مسلمان ہوں گا۔ لیکن جب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اسے اسلام لانے کیلئے دوبارہ اصرار فرمایا تو اس نے عرض کیا کہ میں اس شرط پر ایمان لا سکتا ہوں کہ آپ رحمۃ اللہ علیہ مجھے یہ عہد نامہ تحریر کر دیں کہ میرے مسلمان ہو جانے کے بعد اللہ تعالیٰ مجھے تمام گناہوں سے نجات دیکر مغفرت فرما دیگا۔ چنانچہ آپ نے اسی مضمون کا اس کو عہد (باقی صفحہ نمبر 11 پر)

ڈیپریشن انسانی خوشیوں کا قاتل

نادیہ بٹ، اسلام آباد

ڈیپریشن میں مبتلا افراد کے سر پر کسی بھی افسوسناک واقعہ یا کسی چیز کے واقع ہونے کا خوف مستقل سوار رہتا ہے اور یہ خوف اور درد وہ اس وقت تک محسوس کرتے رہتے ہیں جب تک کہ انہیں اس بات کا اچھی طرح یقین نہ ہو جائے کہ وہ جو سوچ رہے ہیں وہ غلط ہے

ہم سب یہ بات اچھی طرح جانتے ہیں کہ دکھ اور سکھ ہماری زندگی کا لازمی حصہ ہیں اگر دکھ نہ ہوں تو ہمارے لیے خوشی کی پہچان کرنا بھی ممکن نہ ہو۔ دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا شخص ہوگا جو خوشی اور غم کے احساسات سے واقف نہ ہو۔ البتہ اتنا ضرور ہے کہ خوشیوں کی ہم خواہش کرتے ہیں جبکہ دکھ اور پریشانیوں سے ہمارا نہ چاہتے ہوئے بھی واسطہ پڑ جاتا ہے لیکن ہمارے صحت مند فرد ہونے کی علامت یہ ہے کہ ہم حقائق کو قبول کرتے ہوئے کسی بھی تلخ یا افسوسناک واقعے کو بھلا کر خوشیوں کی تلاش کا سفر جاری رکھتے ہیں لیکن ڈیپریشن کے دوران ایسا کرنا ممکن نہیں رہتا۔ انسان پر دکھ اور پریشانیاں مستقل طور پر مسلط ہو جاتی ہیں۔ یہاں تک کہ پھر مریض کے سامنے کسی بڑی سی بڑی خوشی کی بھی کوئی حیثیت نہیں رہتی۔ اس قسم کو عام الفاظ میں ڈیپریشن کہا جاتا ہے۔

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ ڈیپریشن صرف ایک عام مرض ہی نہیں بلکہ ذیابیطس کی طرح ایک حیاتیاتی بیماری ہے البتہ اتنا فرق ضرور ہے کہ اس مرض کی علامات نفسیاتی ہیں۔ دراصل اس کی وجہ انسانی ذہن میں ہونے والی حیاتیاتی کیمیائی تبدیلیاں ہیں جو اسے زندگی سے مایوس اور بیزار بنا دیتی ہیں۔ ایک عام مشاہدے کے مطابق معاشرے کا ہر طبقہ اس مرض کی یکساں زد میں ہے۔ انتہائی امیر اور انتہائی غریب افراد بھی اس کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ ایک الگ بات ہے کہ 90 فیصد افراد محض یہ سوچ کر علاج کی طرف راغب نہیں ہوتے کہ لوگ کہیں یہ نہ سمجھ بیٹھیں کہ انہیں کسی دماغی مسئلے کا سامنا ہے یا وہ ذہنی خرابی کا شکار ہیں۔ صرف 10 فیصد افراد ایسے ہیں جو اسے نہ صرف ایک مرض سمجھتے ہیں بلکہ اپنا علاج کرانا بھی ضروری خیال کرتے ہیں۔ کراچی کے ایک جنرل پریکٹیشنر کے مطابق ہمارے ہاں مردوں کے مقابلے میں عورتوں میں ڈیپریشن کا رجحان کہیں زیادہ ہے۔ 4 خواتین میں سے ایک خاتون اور سات مردوں میں سے ایک مرد اپنی زندگی میں ڈیپریشن کا کبھی نہ کبھی سامنا ضرور کرتا ہے۔

بعض لوگوں کے خیال میں ایسی خواتین جن کے شوہروں کی آمدنی کم ہوتی ہے یا جن کے معاشی حالات انتہائی خراب ہوتے ہیں انہیں ڈیپریشن کا زیادہ خطرہ رہتا ہے لیکن ڈاکٹرز کی رائے میں یہ خیال درست نہیں کیونکہ ایسی بیشتر اعلیٰ سوسائٹیز کی خواتین دیکھی گئی ہیں جنہیں کسی قسم کی مالی پریشانیوں کا سامنا نہیں ہوتا لیکن وہ کم آمدنی رکھنے والی خواتین کے مقابلے میں ڈیپریشن کا زیادہ شکار ہوتی ہیں۔

ڈیپریشن میں مبتلا افراد کے سر پر کسی بھی افسوسناک واقعہ یا کسی چیز کے واقع ہونے کا خوف مستقل سوار رہتا ہے اور یہ خوف اور درد وہ اس وقت تک محسوس کرتے رہتے ہیں جب تک کہ انہیں اس بات کا اچھی طرح یقین نہ ہو جائے کہ وہ جو سوچ رہے ہیں وہ غلط ہے اور ایسا کچھ ہونے والا نہیں ہے یا پیش آئندہ مشکل حالات پر وہ کسی نہ کسی طرح قابو پا لیں گے لیکن ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ یہ حقیقت تسلیم کرنے میں کوئی عار نہیں ہونی چاہیے کہ ڈیپریشن کے مریضوں کو پُرامید زندگی کی طرف واپس لانا اتنا آسان کام نہیں۔ طبی لحاظ سے دیگر جسمانی امراض کی طرح ڈیپریشن کی بھی تشخیص و تحقیق بروقت ہونی چاہیے اسی طرح جیسے دیگر امرض کے شکار افراد کو علاج، توجہ اور محبت کی ضرورت ہوتی ہے ویسے ہی ڈیپریشن میں مبتلا افراد بھی اس کا حق رکھتے ہیں۔

ڈیپریشن کے معاملے میں دنیا بھر کے مقابلے میں شاید ہمارا واحد ملک ہے جہاں ڈیپریشن کو پاگل پن کے مصداق تصور کیا جاتا ہے اور سائیکاٹرسٹ کے پاس جانا تو جیسے قطعی ممنوع ہے۔ لوگ اس معاملے میں خاموش رہنے کو زیادہ ترجیح دیتے ہیں جبکہ ڈیپریشن کا شکار مریض گھر والوں کیلئے کوئی مسئلہ پیدا نہیں کرنا چاہتا۔ وہ اپنے اندر کی خاموش اور تکلیف دہ آوازیں خود ہی سنتا رہتا ہے۔ خاص طور پر خواتین اپنے مرض کو سمجھنے سے قاصر رہتی ہیں شوہر سمیت خاندان کے دیگر قریبی افراد بھی انہیں بیمار تسلیم کرنے کیلئے تیار نہیں ہوتے۔ چنانچہ ان حالات میں مریضہ کو کسی سائیکاٹرسٹ کے پاس لے جانے کا تو سوال ہی پیدا نہیں ہوتا اور بعض جگہ ایسی کوششوں کی مزاحمت بھی کی جاتی ہے۔ نتیجے میں خواتین اپنے مرض کے بارے میں کچھ جاننے سے قاصر رہتی ہیں اور بیماری کی بروقت تشخیص نہ ہونے کے سبب اس میں مسلسل اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ اکثر عورتیں نیند کی گولیوں کے ساتھ اپنا علاج خود ہی کرنا شروع کر دیتی ہیں۔

ہمارے ہاں ایک اور افسوسناک پہلو یہ بھی ہے کہ آپ ڈاکٹر کے نسخے کے بغیر ہر قسم کی دوا میڈیکل سٹور سے لے سکتے ہیں یہ انتہائی احمقانہ بات ہے کہ کوئی شخص یہ تجویز کر لے کہ مجھے چونکہ کسی مسئلے میں ایک مخصوص دوا سے آرام آ گیا تھا لہٰذا یہ دوا ہر بیماری کیلئے مفید ہے۔

ڈاکٹروں نے کئی ایسے شواہد بھی جمع کر لیے ہیں جن کے مطابق ڈیپریشن کے دوران جسم کا مدافعتی نظام بھی شدید دباؤ کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس کیفیت میں مریض کے دل کی دھڑکن غیر معمولی تیز ہو جاتی ہے، بلڈ پریشر، انسولین اور کولیسٹرول کی سطح بڑھ جاتی ہے یہاں تک کہ جسم میں خون کے تھکے (Blood Clotting) بھی زیادہ تیزی سے بننے لگتے ہیں جس کے نتیجے میں لوگوں کو امراض قلب کے علاوہ اور بھی کئی مسائل کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔

ڈیپریشن کے اسباب مختلف لوگوں میں مختلف ہوتے ہیں۔ اس کی کئی شکلیں اور کئی درجے ہیں لیکن عام طور پر تین قسم کے ڈیپریشن ہمارے ہاں زیادہ عام ہیں۔ طبی ڈیپریشن یا میجر ڈیپریشن، ڈس تھیمیا اور مینک ڈیپریشن۔

میجر ڈیپریشن کے شکار مریضوں کی سماجی زندگی بری طرح متاثر ہوتی ہے اور ان کے علاج کیلئے بھی خاصا وقت لگتا ہے۔ تاہم یہ بات حوصلہ افزا ہے کہ تمام قسم کے ڈیپریشن قابل علاج ہیں لیکن یہ بہت ہی اچھی بات ہوگی کہ ابتدا ہی میں ڈاکٹر سے مدد لے لی جائے۔ ماہرین کے خیال میں خواتین میں مردوں کے مقابلے میں ڈیپریشن زیادہ ہونے کی کئی وجوہات ہیں۔ سب سے بڑی وجہ یہ ہے کہ خواتین بہت حد تک سماجی تعاون سے محروم رہتی ہیں جبکہ مردوں کا معاملہ ذرا مختلف ہے۔ وہ اپنی کاروباری پریشانیاں، گھریلو پریشانیاں یہاں تک کہ ازدواجی معاملات پر بھی آپس میں کھل کر بات کر لیتے ہیں کیونکہ دل کی بھڑاس نکالنے کیلئے ان کے پاس ہر وقت کوئی نہ کوئی موجود ہوتا ہے جبکہ خواتین گھروں میں تنہائی کا شکار رہتی ہیں یہاں تک کہ ایک ہی گھر میں رہنے والی خواتین میں بھی ایک دوسرے سے تعاون اور ہمدردی کے مظاہرے کم ہی ہوتے ہیں۔

خدانخواستہ اگر آپ میں ڈیپریشن کی کوئی علامت پائی جاتی ہے تو ان تمام باتوں کے باوجود یہ چیز ذہن میں رکھیں کہ ''ڈیپریشن کا علاج خود آپ کے ہاتھوں میں ہے''، معالج آپ کا ہاتھ تھام سکتا ہے لیکن صحت مندی کی طرف چلنے کیلئے پہلا قدم آپ کو خود اٹھانا پڑے گا۔ بہادر بنیں اور قدم اٹھانے کیلئے تیار ہو جائیں۔

سردی کا عروج اور تندرستی کے راز

(ڈاکٹر ناصرالدین سید)

پندرہ برس بعد وہ دمہ کے شکار ہوئے' دس سال تک اس کی تکلیف اٹھاتے رہے' بالآخر پانچ ماہ اپنا علاج کرانے بعد مکمل صحت یاب ہوئے۔ اب یہاں دو باتیں قابل توجہ ہیں ایک تو یہ کہ اس قسم کی بے احتیاطی سے کیا کچھ ہوسکتا ہے

آج کل پاکستان میں موسم سرما شروع ہوچکا ہے۔ بہت سے لوگ اس موسم سے متاثر بھی ہورہے ہوں گے۔ اگر آپ کسی بھی ایسے عمر رسیدہ شخص جو کھانسی یا سانس کی تکلیف میں مبتلا ہو اس مرض کی بابت دریافت کریں گے تو معلوم ہوگا کہ یہ مرض ٹھنڈ لگنے کی ہی وجہ سے ہوا تھا۔ آج کل نوجوانوں کی اکثریت ایسی ہے جو اس موسم کو کسی خاطر ہی میں نہیں لاتے بنا کسی گرم چیز کے ٹھنڈی ہوا میں گھومتے پھرتے ہیں' بے شک جوانی میں خون گرم ہوتا ہے اس لیے محسوس ہی نہیں ہوتا مگر اس کے اثرات بڑھتی ہوئی عمر میں جا کر ملتے ہیں۔ کچھ عرصہ قبل ایک ایسے صاحب کا علاج کیا تھا جو اپنی شادی کے ایک برس بعد سردیوں میں شام کو نہا کر موٹر سائیکل پر گھومنے نکل گئے تھے۔ اس وقت جو ہوا لگی اس کے اثرات آہستہ آہستہ بڑھتے چلے گئے۔

پندرہ برس بعد وہ دمہ کے شکار ہوئے' دس سال تک اس کی تکلیف اٹھاتے رہے' بالآخر پانچ ماہ اپنا علاج کرانے بعد مکمل صحت یاب ہوئے۔ اب یہاں دو باتیں قابل توجہ ہیں ایک تو یہ کہ اس قسم کی بے احتیاطی سے کیا کچھ ہوسکتا ہے دوسرے یہ کہ مستقل علاج کی وجہ سے یہ مرض جڑ سے ختم ہوا۔ سرد موسم میں احتیاط کرنا ضروری ہوتا ہے۔ بالخصوص یہ موسم چھوٹے بچوں اور بوڑھے افراد کیلئے نقصان دہ ہوسکتا ہے۔ بوڑھے افراد تو پھر بھی خود احتیاط کرسکتے ہیں مگر بچوں کو کرانا پڑتی ہے۔ بوڑھے افراد خاص طور پر سانس اور کھانسی کی تکلیف میں مبتلا ہوا کرتے ہیں اور اگر ایسے افراد سگریٹ نوش بھی ہوں تو سونے پر سہاگہ ہوجاتا ہے۔ کھانسی کسی پل قرار نہیں لینے دیتی۔ کھانسی ہوتی رہتی ہے سینہ پر بلغم جما ہوا ہوتا ہے مگر بمشکل خارج ہوا کرتا ہے اسی وجہ سے سانس میں دشواری ہوجاتی ہے اس عمر میں آکر سگریٹ نوشی چھوڑنا دشوار ترین کام ہوجاتا ہے اور رہ رہ کر وہ زمانہ یاد آیا کرتا ہے جب یہ نشہ شروع کیا تھا اب اگر آج کے نوجوانوں کو یہ بات سمجھائی بھی جائے تو سمجھنا بہت مشکل ہے۔ پہلے پہل تو شوق میں ایک آدھ سگریٹ پی لی جاتی ہے پھر یہ بتدریج بڑھتی جاتی ہے حالانکہ ہر پیکٹ پر وزارت صحت کی وارننگ موجود ہوتی ہے مگر اس طرف توجہ ہی نہیں دی جاتی۔

بوڑھے افراد کی مندرجہ بالا کیفیت کیلئے دو تین گھریلو نسخے پیش خدمت ہیں ان پر عمل پیرا ہوکر وہ اپنی کیفیات میں کافی کمی محسوس کریں گے۔ رات کے کھانے کے بعد آدھا کپ بغیر چینی کا قہوہ بنوائیں اور اس میں ایک چمچ شہد کا ملا کر پی لیا کریں۔ عصر و مغرب کے درمیان ایک معمول بنالیں کہ ایک کپ گرم پانی میں دو چمچ شہد ملا کر پینا ہے۔ انشاءاللہ اس پر عمل کرکے ان کا موسم سرما بہت بہتر گزر سکے گا۔ روزانہ صبح نو سے 10 بجے کے درمیان دھوپ میں بیٹھنے کی عادت ڈالیں۔ سورج کی گرم شعاعیں جو فائدہ پہنچائیں گی وہ کمبل یا لحاف کی گرمائی نہیں پہنچا سکتی۔ اگر خدانخواستہ رات کو کھانسی کی شدت کی وجہ سے سانس میں دشواری ہو تو کسی برتن میں گرم پانی لے کر دونوں ہاتھوں کو ڈبوئے رکھیں۔ انشاءاللہ بہتری ہوگی۔ ٹھنڈی تاثیر والے پھل انگور' انار' کیلا' امرود' کینو ان کیلئے نقصان کا باعث ہوں گے۔ قطعی استعمال نہ کریں۔ اسی طرح چاول یا دہی کا استعمال بھی نقصان دہ ہوگا۔ دو تین دہائی قبل تک بڑے بزرگ گڑ کا استعمال کیا کرتے تھے جس کی وجہ سے اس قسم کی صورتحال سے واسطہ نہیں پڑتا تھا مگر آج کل تو گڑ دیکھنے میں بھی نہیں آتا' ممکن ہے کہ چھوٹے شہروں یا گاؤں میں اب بھی استعمال ہوتا ہو۔ حالانکہ اس کے استعمال کرنے سے سینہ صاف ہوجاتا ہے۔

جنوری میں لباس کیسا پہننا چاہیے

جنوری میں گرم لباس زیب تن کرنا چاہیے۔ گرم کپڑے انسانی جسم کو سردی سے محفوظ رکھتے ہیں مگر لباس زیادہ تنگ یا چست نہ ہو' لباس ڈھیلا اور کھلا ہونا چاہیے تاکہ جسم کے اعضاء آسانی سے حرکت کرسکیں تنگ کالر بھی نقصان دہ ہے۔ سردیوں میں لباس میں اعتدال ہو' نہ تو بانکپن کا ثبوت دینے کیلئے فقط قمیض پتلون پر اکتفا کریں اور نہ اس قدر بھاری لباس زیب تن کریں کہ نقل وحرکت میں دشواری ہو زیادہ بھاری لباس سے انسان نازک ہوجاتا ہے اور سردی کا مقابلہ کرنے کی قوت کم ہوجاتی ہے۔ لباس میں گرم بنیان' قمیض' کوٹ یا اچکن پہنیں زیادہ سردی محسوس ہو تو سویٹر کا اضافہ بھی کرسکتے ہیں۔ سینے اور پیٹ کو بالخصوص سردی سے بچانا چاہیے۔ جن حضرات کا معدہ خراب ہو انہیں خصوصاً پیٹ گرم رکھنا چاہیے۔ رات کو سوتے وقت پیٹ پر فلالین کی گرم پٹی لپیٹ لیں ایک ضروری چیز پاؤں کو گرم رکھنا چاہیے۔ پاؤں گرم رہیں تو جسم ٹھنڈا نہیں ہوتا۔

جنوری ورزش کا مہینہ ہے جواں سالوں کو خوب ورزش کرنی چاہیے اگر کھیل میں حصہ نہ لے سکیں تو پیدل سیر کیا کریں۔ بعض حضرات صبح بیدار ہوتے ہی بستر سے نکل کر کھلی ہوا کا رخ کرتے ہیں ایسا کرنا مناسب نہیں ہے۔ بستر سے اٹھنے کے بعد گرم لباس پہن کر کھلی ہوا میں سیر کیا کریں۔

جنوری میں ایک مفید تدبیر نمکین گرم پانی کے غرارے کریں۔ گرم پانی میں نصف چمچہ نمک ڈال کر غرارے کریں۔ سردیوں میں پیشاب کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس سے پریشان نہیں ہونا چاہیے۔ غذا میں تل' ریوڑی وغیرہ استعمال کریں۔ اس سے فائدہ ہوتا ہے۔

جوڑوں کا درد: جنوری میں نزلہ' زکام' دمہ اور نمونیا وغیرہ مختلف امراض ہوتے ہیں مگر اس ماہ کا مخصوص مرض جوڑوں کا درد ہے۔ جب تک اس مرض کے حقیقی سبب کو دور نہ کیا جائے مریض کو فائدہ نہیں ہوگا۔ جوڑوں کا درد گھٹنے' ٹخنے' کندھے' کہنی کلائی اور انگلیوں میں ہوتا ہے۔ اس درد کے مختلف اسباب ہیں۔ بالعموم تو بدن میں تیزابی مادہ کے زیادہ ہونے سے ہوتا ہے۔ تیزابی مادہ خون میں شامل ہوکر بدن کے مختلف جوڑوں میں درد ہوجاتا ہے جس سے درد کی شکایت ہوجاتی ہے۔ مرض کے اصلی سبب کو معلوم کرکے اس کے مطابق علاج کرنا چاہیے۔ مریض کو بستر پر لٹانا چاہیے تیزابی مادے کی وجہ ہو تو حسب نسخہ بڑا مفید ہے۔ صبح و شام گاؤ دنتی دو رتی' معجون سورنجان چھ ماشے کھائیں بعد از غذا استر شفائیں استعمال کریں۔ ترپھلا چھ ماشے رات پانی میں بھگو کر علی الصبح پانی چھان کر پلائیں۔ جوڑوں کے درد میں حب گوگل بھی مفید ہے۔ گوگل ایک تولہ چاندی کے ورق دو ماشے چنے کے برابر گولیاں کھائیں ایک گولی خوراک ہے۔ خون کی خرابی سے شکایت ہو تو معجون عشبہ فائدہ مند ہے۔ غذائیں: بکری کا شوربا' چنے کا شوربا' مونگ کی دال کا شوربا' مونگ کی دال' دلیہ' گاجر' مولی' شلغم' کدو' سیب' دودھ اور کھارا سوڈا وغیرہ دیں۔

دانتوں کی پیلاہٹ دور کرنے کیلئے

ایک چائے کا چمچ میٹھا سوڈا' ایک چمچ پسا ہوا نمک اور ایک چمچ پسا ہوا سہاگہ لیکر تینوں کو مکس کرلیں۔ روزانہ اس سے دانت صاف کریں۔ انشاءاللہ دانتوں کی پیلاہٹ دور ہوجائیگی نیز منہ سے پیاز کی بو دور کرنے کیلئے تھوڑا سا دھنیا چبالیں یا شکر کھالیں۔ **(ا۔ب۔احمد پور شرقیہ)**

صفر المظفر کی فضیلت سے استفادہ

ماہ صفر کے آخری چہارشنبہ میں نفل نمازیں پڑھنے سے اللہ تعالیٰ بندے پر خصوصی فضل وکرم فرمایا ہے۔ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری چہارشنبہ کے دن نماز اشراق کے بعد غسل کرکے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کرے

جب صفر کا چاند دیکھیں تو نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ نہایت توجہ و یکسوئی سے یہ درود پاک پڑھیں: اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِ بفضل باری تعالیٰ اس عمل کے کرنے سے گناہوں کی معافی ہوگی' اللہ تعالیٰ اپنی حفظ وامان میں رکھے گا۔

ماہ صفر کی پہلی شب: جو کوئی نماز عشاء کی وتر اور نفل نماز سے پہلی چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۃ کافرون پڑھے' دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے' تیسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۃ فلق پڑھے اور چوتھی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۃ الناس پڑھے۔نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُوَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ پڑھے۔پھر ستر مرتبہ درود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ہر بلا ومصیبت سے محفوظ رہے گا۔پروردگار عالم اپنی حفظ وامان میں رکھے گا۔

ثواب حاصل کرنا: جو کوئی چاہے کہ اسے بہت زیادہ ثواب حاصل ہو' اللہ تعالیٰ اُس کے گناہ معاف کرے اور اسے نیکی کرنے کی توفیق مرحمت فرمائے تو وہ آخری چہارشنبہ کے دن چاشت کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔پھر جب سلام پھیرے تو ستر مرتبہ سورۃ الم نشرح پڑھے۔ستر مرتبہ سورۃ والتین پڑھے' ستر مرتبہ سورۃ نصر پڑھے اور ستر مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔

صفر المظفر کے آخری عشرہ کی عبادات

ماہ صفر کے آخری عشرہ میں نفل نمازیں پڑھنے سے اللہ تعالیٰ بندے پر خصوصی فضل وکرم فرماتا ہے۔ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری عشرہ پہلے کے دن نماز اشراق کے بعد غسل کرکے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کرے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ستر مرتبہ سورۃ کوثر' پانچ مرتبہ سورۃ اخلاص اور ایک مرتبہ معوذتین پڑھے۔پھر سلام پھیرنے کے بعد اپنا سر سجدے میں رکھے اور ایک مرتبہ یَاوَھَّابُ اور اَلْحَیُّ اَلْحَقُّ کہے۔اس کے بعد اٹھ کر بیٹھ جائے اور اکسٹھ مرتبہ سورۃ الم نشرح' اکسٹھ مرتبہ سورۃ والتین' اکسٹھ بار اذا جاء' اکسٹھ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔پھر ایک ہزار چودہ مرتبہ یَاوَھَّابُ کا ورد کرے۔اس کے بعد سو مرتبہ اَلْحَیُّ اَلْحَقُّ پڑھے پھر سجدے سے سر اٹھائے اور تین مرتبہ یہ درود پاک پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَنَبِیِّکَ وَرَسُوْلِکَ النَّبِیِّ الْاُمِّیِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ۔

تکلیف سے نجات کیلئے

اکثر مشائخ عظام کا کہنا ہے کہ آخری عشرہ کے پہلے روز طلوع آفتاب کے وقت باوضو حالت میں یہ تعویذ لکھے:

بسم اللہ الرحمن الرحیم o آلٓمٓ. آلٓمٓصٓ. کٓھٰیٰعٓصٓ. طٰہٰ. طٰسٓمٓ. یٰسٓ. صٓ. حٰمٓ. عٓسٓقٓ. قٓ. نٓ.

تعویذ لکھنے کے بعد پانی میں خوب اچھی طرح گھول دے اور اس میں سات مرتبہ چاندی کا چھلا بجھائے۔اس کے بعد اگر حاملہ عورت اس کو دردزہ کے وقت اپنی کمر سے باندھے تو اسے درد کی شدت میں کمی ہوگی اور وہ بہت جلد فراغت حاصل کرے گی اگر یہ چھلا بواسیر کا مریض اپنے بائیں ہاتھ کی چھنگلیا میں پہنے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کا مرض رفع ہوگا۔ اللہ تعالیٰ اسے شفائے کاملہ سے نوازے گا۔

روحانی پھکی سے کثرت پیشاب سے نجات

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عرصہ تین سال سے کثرت بول کے مرض میں مبتلا تھا جس کی وجہ سے میں کسی محفل میں بھی نہیں جاسکتا تھا' سفر کرنا میرے لیے محال ہوتا تھا۔ میں نے بہت سے ڈاکٹروں اور حکیموں سے ادویات لے لے کر استعمال کیں لیکن صرف وقتی فائدہ ہوتا تھا۔ایک دفعہ اپنے ایک دوست کی دکان پر بیٹھا تھا وہاں عبقری رسالہ دیکھا اور پڑھا اس میں روحانی پھکی کا تعارف پڑھا اور عبقری کے دفتر سے لے کر کچھ عرصہ استعمال کی' آپ یقین کریں میرا مرض اب 80 فیصد ٹھیک ہوچکا ہے اور اب بھی میں روحانی پھکی باقاعدگی سے کھارہا ہوں۔ مجھے خود یقین نہیں آرہا کہ صرف 10 روپے کی پھکی سے مجھے شفاملی۔**(ریحان' شیخوپورہ)**

روحانی ماہانہ محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 8 جنوری بروز اتوار سہ پہر 2 بجکر 35 منٹ سے لیکر 4 بجکر 19 منٹ تک' 19 جنوری بروز جمعرات صبح 10 تا 12 بجکر 21 منٹ تک' 25 جنوری بروز بدھ عصر تا مغرب یَامُرِیْدُ یَاوَاسِعُ یَاھُوْ پڑھیں۔یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1-روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے دو بھائی ہیں اور دونوں ہی بے روزگار تھے' جس کی وجہ سے ہمارے گھر میں بہت سے سارے مسائل تھے' میرے بھائی جہاں بھی نوکری کیلئے کوشش کرتے عین وقت پر آکر انکار ہوجاتا' ٹیسٹ وغیرہ سب کچھ ٹھیک ہوتا لیکن نوکری نہیں ملتی اور ہر بار مایوسی ہی ہوتی ہے۔کچھ عرصہ پہلے میرے بھائی کے دوست نے میرے بھائی کو عبقری دیا تو وہ گھر لے آیا۔ میں نے عبقری کا مطالعہ کیا اور بھائی کو اسے ہر ماہ لازمی لانے کو **(باقی صفحہ نمبر 29)**

شیخ کمال الدین مخفی کے وظائف

اگر کوئی شخص کسی جسمانی بیماری میں مبتلا ہو یا خارش' کھانسی یا کسی اندرونی بیماری سے پریشان ہو تو باوضو روزانہ گیارہ بار آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کرکے (پھونک مار کے) تمام جسم پر سر سے پاؤں تک پھیر لے اور گیارہ مرتبہ باوضو آیۃ الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کرکے پی لے

مرض' آسیب' سحر' جن معلوم کرنیکا طریقہ

مریض کا ایسا کپڑا لے جس میں اس نے رات گزاری ہو پہلے اس کپڑے کو گز یا بالشت سے ناپ لے اس کپڑے پر نشان لگا دے۔ پھر مندرجہ ذیل عزیمت پڑھ کر دم کرکے کپڑے کو رکھ دے۔ ذرا دیر کے بعد پھر کپڑے کو ناپے اگر کپڑا بڑھ جائے تو بیماری شیاطین کے اثر سے ہے اور اگر کپڑا گھٹ جائے بیماری جن سحر یا جادو کے سبب سے ہے اور کپڑا سابقہ ناپ کے مطابق برابر رہا تو مرض جسمانی ہے۔ وہ عزیمت یہ ہے:۔

☆سورۂ فاتحہ مکمل تین مرتبہ مع بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o. ☆والصفت سے لے کر لفظ ''لازب'' تک ایک بار۔ (آیت نمبر 11)

☆ سورۂ جن شروع سے لے کر لفظ ''شططا'' تک (آیت نمبر 1) ایک بار۔

☆سورۃ الفلق آخر تک ایک بار۔

☆سورۃ الناس آخر تک ایک بار۔

مریض کا حال معلوم کرنا

اگر مریض کا حال معلوم کرنا چاہتے ہو تو مندرجہ ذیل عزیمت پڑھ کر مریض پر دم کرے اگر مرض بڑھ جائے تو آسیب ہے اگر کم ہو جائے تو جادو ہے اور اگر بدستور مرض رہے تو بیماری ہے۔ عزیمت یہ ہے:۔

☆الحمد شریف (پوری سورۂ فاتحہ) سات مرتبہ۔

☆ آیۃ الکرسی سات مرتبہ۔

☆سورۂ کافرون آخر تک سات مرتبہ۔

☆سورۂ اخلاص آخر تک سات مرتبہ۔

☆سورۂ فلق آخر تک سات مرتبہ۔

☆سورۃ الناس آخر تک سات مرتبہ۔

مرض معلوم کرنے کا طریقہ

مریض کے پاؤں کے ناخن سے سر کے بالوں تک ایک ڈورا (دھاگہ) ناپ لیں۔ پھر گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ درود شریف کے بعد سورۂ مزمل سات بار پڑھیں۔ آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر ڈورے پر دم کریں پھر ڈورے کو ناپیں اگر ڈورا ناپ سے چھوٹا رہ جائے تو شیاطین کے اثر سے بیماری ہے اور اگر ڈورا ناپ سے بڑا (لمبا) ہو جائے تو سحر ہے یا جن کے اثر سے مرض ہے اور اگر ڈورا قد کے برابر ہے تو مرض جسمانی ہے۔ ڈاکٹر' حکیم سے علاج کرائے۔

سفر میں حفاظت

اگر کوئی شخص سفر پر جا رہا ہو اور چاہتا ہو کہ سفر میں حفاظت رہے اور ہر قسم کے جانی و مالی نقصان سے محفوظ رہے تو باوضو ایک بار آیۃ الکرسی اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلے۔ انشاء اللہ تعالیٰ سفر سے واپسی تک پڑھنے والا امن وامان میں رہے گا۔

اگر اپنے وطن میں رہتے ہوئے کوئی شخص صبح کو ایک بار آیۃ الکرسی اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھ لے تو صبح سے شام تک ہر طرح کی مصیبت و پریشانی سے محفوظ رہے گا اور رات کو پڑھ کر دم کرلے تو صبح تک چوری ڈاکے' قتل اور مصیبت سے محفوظ رہے گا۔

جسمانی امراض سے نجات کیلئے

اگر کوئی شخص کسی جسمانی بیماری میں مبتلا ہو یا خارش' کھانسی یا کسی اندرونی بیماری سے پریشان ہو تو باوضو روزانہ گیارہ بار آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کرکے (پھونک مار کے) تمام جسم پر سر سے پاؤں تک پھیر لے اور گیارہ مرتبہ باوضو آیۃ الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کرکے پی لے۔ اگر کوئی دوسرا مریض ہے تو پڑھ کر اس کے دونوں ہاتھوں پر دم کردے تاکہ وہ اپنے تمام جسم پر پھیر لے اور گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کرکے مریض کو دے دے کہ وہ اس میں سے تھوڑا تھوڑا پانی پیتا رہے۔ انشاء اللہ چند دن میں مرض سے نجات حاصل ہوگی۔

سفر میں کامیابی

اگر کوئی شخص تذبذب کا شکار ہو کہ یہ سفر کامیاب ہوتا ہے یا ناکام رہتا ہے تو اس کیلئے سفر میں جانے سے قبل باوضو ایک ہزار بار یَاحَفِیْظُ پڑھ کر گھر سے روانہ ہو تو انشاء اللہ تعالیٰ سفر میں ہر قسم کے حادثات سے حفاظت رہے گی اور سفر ہر طرح سے کامیاب رہے گا۔

روزگار کیلئے

جو شخص روزگار کے سلسلے میں پریشان ہو اور بہت زیادہ کوشش کے باوجود اسے روزگار نہ ملتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل تیر بہدف ہے۔ **عمل یہ ہے:۔** چاند دکھائی دینے کے بعد پہلی جمعرات اور جمعہ کے دن روزہ رکھے۔ جمعرات کا روزہ کھولنے کے بعد جو رات آئے اس میں سات مرتبہ سورۂ یوسف پڑھے۔ جمعہ کے دن روزہ کی حالت میں جمعہ کی نماز کے بعد مندرجہ ذیل آیات باوضو ایک سفید کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کرکے آیت لکھ کر اپنے دائیں بازو پر باندھ لے (عورت بائیں بازو پر باندھے) اور عصر کی نماز سے قبل ایک مرتبہ سورۂ یوسف پڑھے۔ اس کے بعد افطار سے قبل بعد نماز عصر ایک مرتبہ سورۂ یوسف پڑھے۔ عشاء کی نماز کے بعد بھی ایک مرتبہ سورۂ یوسف پڑھے۔ سونے سے قبل پہلے پچاس مرتبہ درود شریف پڑھے اس کے بعد ایک سو مرتبہ لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ پڑھے۔ آخر میں پھر پچاس مرتبہ درود شریف پڑھے جو آیت عرق گلاب میں زعفران حل کرکے لکھی جائے گی وہ یہ ہے:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o وَقَالَ الْمَلِکُ ائْتُوْنِیْ بِہٖٓ اَسْتَخْلِصْہُ لِنَفْسِیْ ۚ فَلَمَّا کَلَّمَہٗ قَالَ اِنَّکَ الْیَوْمَ لَدَیْنَا مَکِیْنٌ اَمِیْنٌ o قَالَ اجْعَلْنِیْ عَلٰی خَزَآئِنِ الْاَرْضِ ۚ اِنِّیْ حَفِیْظٌ عَلِیْمٌ o وَکَذٰلِکَ مَکَّنَّا لِیُوْسُفَ فِی الْاَرْضِ یَتَبَوَّاُ مِنْہَا حَیْثُ یَشَآءُ ۚ نُصِیْبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَّشَآءُ وَلَا نُضِیْعُ اَجْرَ الْمُحْسِنِیْنَ o (یوسف 54-56)

بھولی ہوئی چیز یاد آنے کیلئے

اگر کوئی چیز رکھ کر بھول گئے اور یاد نہیں آرہی ہے اور اس کی وجہ سے طبیعت پریشان ہو تو ایک رومال میں سات گرہ لگائیں اس کے بعد سورۂ الم نشرح پوری سورۃ پڑھ کر ایک گرہ کھولیں۔ اسی طرح ایک بارہ سورۂ الم نشرح پڑھ کر ایک ایک گرہ کھولتے جائیں اور اسی طرح ساتوں گرہ کھولیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل

[redacted]

رَبِّ اَدْخِلْنِیْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّاَخْرِجْنِیْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّاجْعَلْ لِّیْ مِنْ لَّدُنْکَ سُلْطٰنًا نَّصِیْرًا o جسے شوگر کی بیماری ہو وہ اس دعا کو 41 مرتبہ روزانہ پڑھے انشاء اللہ کے فضل و کرم سے ٹھیک ہو جائیگا۔ یہ عمل ہمارا آزمایا ہوا ہے' ہم نے آج تک جس کسی کو بھی دیا اللہ نے اس کو شفاء دی ہے ۔فوری فوائد کیلئے یقین' اور توجہ بہت ضروری ہے۔ (ملیحہ

سنگترہ اور مسمی سے بیماریوں کا علاج

ڈاکٹر شفیق الرحمٰن، کوئٹہ

یہ پھل قبض کشا ہیں' آنتوں میں تحریک پیدا کر کے فضلات کا اخراج کرتے ہیں یہ پھل پیشاب آور ہیں ان میں حیاتین (وٹامن) خاصی مقدار میں ہوتے ہیں اور ان کے استعمال سے امراض نہیں ہوتے ان پھلوں میں وٹامن سی (حیاتین ج) کافی تعداد میں ہیں

پاکستان میں بہترین ترشادہ پھل پیدا ہوتے ہیں' ترشادہ پھل کا خانوادۂ بڑا وسیع ہے اس میں لیموں' سنگترہ' چکوترہ' مالٹا' کینو' مسمی وغیرہ شامل ہیں غذائیت کی تکمیل کیلئے ان کا استعمال ضروری ہے۔ ان پھلوں کی خوشبو طبیعت کو فرحت بخشتی ہے۔ یہ پھل قبض کشا ہیں' آنتوں میں تحریک پیدا کر کے فضلات کا اخراج کرتے ہیں یہ پھل پیشاب آور ہیں ان میں حیاتین (وٹامن) خاصی مقدار میں ہوتے ہیں اور ان کے استعمال سے امراض نہیں ہوتے ان پھلوں میں وٹامن سی (حیاتین ج) کافی تعداد میں ہیں۔ نزلہ' زکام کی صورت میں یہ پھل نہ کھائیں البتہ مسمی کھا سکتے ہیں۔ مسمی کی قاشیں کر کے آگ پر سینک کر استعمال کریں' دائمی نزلہ' قے اور دست کی صورت میں ترشادہ پھل بڑا فائدہ مند ہے۔ لیموں پر نمک لگا کر کھائیں' خون کی صفائی' دل اور معدہ کی تقویت کیلئے ترشادہ پھل مفید ہے۔

شہروں میں مالٹا وغیرہ کے رس پینے کا رواج ہے اکثر حضرات پھلوں کا رس پیتے ہیں' طبی نقطہ نگاہ سے رس کی بجائے پھل کو استعمال کریں رس پھل کے تمام مفید اجزاء پر مشتمل نہیں ہوتا پھل کے گودا میں کئی مفید اجزاء اور حیاتین ہوتے ہیں جنہیں ہم ضائع کر دیتے ہیں۔ پھل کا گودا قبض کشا ہے اور معدہ کی اصلاح کرتا ہے جن حضرات کو تیزابیت کی شکایت ہے انہیں مالٹا یا کینو کی بجائے مسمی کا استعمال کرنا چاہیے خاندان مغلیہ کے تاجداران کو باغات اور پھلوں سے بڑا ذوق وشوق تھا مغل بادشاہوں کو یہ شوق وراثت میں ملا تھا۔ مغل بادشاہ ہندوستانی پھلوں میں سے سنگترہ کے بڑے شائق تھے آئین اکبری میں اسے سونترہ سے موسوم کیا گیا ہے۔ محمد شاہ رنگیلا سنگترے کی پھانکوں کے باریک سفید چھلکے اور بیج نکلواتے اور اس گودہ کو چینی کے شربت میں ایک گھنٹہ تک بھیگا رہنے دیتے پھر اس میں عرق گلاب کا اضافہ کرنے کے بعد اس مشروب کو پی لیتے اور گودہ کو کھا لیتے بادشاہ نے اس مرکب کو راحت جان کا نام دیا تھا۔ سنگترہ کی قاشوں کو برف میں ٹھنڈا کر کے کھایا جائے تو بے حد لذیذ ہوتا ہے۔

غذائی اجزاء: سنگترہ اور کنو نارنگی کی قسم ہے۔ جدید غزائی تحقیق کے مطابق سنگترہ کا شمار ترشادہ پھلوں میں ہوتا ہے ان پھلوں میں بالخصوص حیاتین ج (وٹامن سی) ہوتا ہے' سنگترہ میں لحمی مواد (پروٹین) چکنائی' نشاستہ دار اجزاء' چونا (کیلشیم)' فاسفورس اور فولاد ہوتا ہے۔ حیاتین الف اور ب بھی سنگترہ میں ہے۔ طب یونانی کی رو سے سنگترہ بڑا مفید پھل ہے یہ بڑا لطیف ہے اور مناسب غذا ہے خون کو صاف کرتا ہے دل اور معدہ کیلئے مقوی ہے۔ سنگترہ میں ایک خصوصیت یہ ہے کہ یہ گھبراہٹ اور وحشت کو دور کرتا ہے اور تفریح پیدا کرتا ہے' پیاس بجھاتا ہے جگر اور معدہ کی سوزش میں فائدہ مند ہے۔ یہ پیشاب آور بھی ہے شراب کے نشہ کو اتارنے میں سنگترہ بڑا مؤثر ہے' سنگترہ کا رس پینے کی بجائے سنگترہ کو گودہ سمیت کھانا چاہیے سنگترہ کی پھانک پر چینی چھڑک کر کھائیں تو بے حد لذیذ ہوتا ہے۔

سنگتروں کے چھلکے

سنگترے کا چھلکا معدہ کیلئے مفید ہے' بعض حضرات کیلئے یہ امر تعجب کا باعث ہوگا کہ مارملیڈ سنگترے کے چھلکے سے تیار کیا جاتا ہے اس بنیاد پر مارملیڈ معدہ کیلئے فائدہ مند ہے جو حضرات جام کے شائق ہیں انہیں مارملیڈ استعمال کرنا چاہیے مارملیڈ تو گراں چیز ہے سنگترے کے چھلکا کا مربہ بازار سے ارزاں ملتا ہے خود بھی تیار کر سکتے ہیں۔ سنگترے کے چھلکے کے باریک ٹکڑے کریں اور مربہ ڈال لیں۔ سنگترے کے تازہ چھلکے کو چہرہ پر لگانے سے چھائیاں دور ہو جاتی ہیں' سنگترے کے چھلکے کو خشک کر کے دوسری دواؤں کے ساتھ ملا کر چہرے پر لگاتے ہیں۔ چھلکے جانوروں کو کھلائیں تو دودھ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ سنگترہ کو نزلہ' کھانسی اور گلے کی خرابی کی صورت میں استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

نامہ تحریر کر دیا۔ اس کے بعد شمعون صدق دل کیساتھ مشرف بہ اسلام ہو گیا اور استدعا کی کہ میرے مرنے کے بعد آپ رحمۃ اللہ علیہ اپنے ہاتھ سے غسل دیکر قبر میں اتاریں اور عہد نامہ میرے ہاتھ میں رکھ دیں تاکہ روز محشر مومن ہونے کا ثبوت میرے پاس رہے اور یہ وصیت کر کے کلمہ شہادت پڑھتا ہوا دنیا سے رخصت ہو گیا۔ اسی شب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے خواب دیکھا کہ شمعون بہت قیمتی لباس اور زریں پہنے ہوئے جنت کی سیر میں مصروف ہے اور جب آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس سے سوال کیا کہ کیا گزری؟ تو اس نے عرض کیا کہ خدا نے اپنے فضل سے میری مغفرت فرما دی اور جو انعامات مجھ پر کیے وہ ناقابل بیان ہیں۔ لہٰذا اب آپ رحمۃ اللہ علیہ کے اوپر کوئی بار نہیں آپ رحمۃ اللہ علیہ اپنا عہد نامہ واپس لے لیں کیونکہ اب اس کی حاجت نہیں اور صبح جب آپ رحمۃ اللہ علیہ بیدار ہوئے تو وہ عہد نامہ آپ رحمۃ اللہ علیہ کے ہاتھ میں تھا۔

وٹامن ای کے کرشمے

اپنی لڑکی حالت اور معالجین کے چہرے دیکھ دیکھ کر میں بے جان سا ہو گیا تھا۔ ایک روز میں نے طے کر لیا

میری نوجوان شادی شدہ لڑکی کی شدید علالت کی اطلاع ملنے پر ہم اس کے گھر پہنچے تو سب کو بے حد متفکر پایا۔ وہ بخار میں بھن رہی تھی۔ مقامی ڈاکٹروں نے اسے کراچی لے جانے کا مشورہ دیا۔ ہم اسے اپنے ساتھ لے آئے اور ہسپتال میں داخل کرا دیا۔ طول طویل امتحانوں کے بعد پتہ چلا کہ لڑکی کے قلب کی اندرونی جھلی پر ورم آ گیا ہے' چنانچہ ڈاکٹروں نے اس کے علاج کیلئے پنسلین تجویز کی۔ اسے 24 گھنٹوں میں پنسلین کے دو کروڑ یونٹ دیئے جانے لگے۔ اس کے علاوہ بھی دوسری ضد حیوی دوائیں اور گولیاں وغیرہ کھلائی جا رہی تھیں۔

میں بذات خود اپنی صحت کے سلسلے میں خاصا محتاط رہتا ہوں' باقاعدہ ورزش کے ساتھ ساتھ سادہ' تازہ اور غذائیت بخش چیزیں کھاتا ہوں۔ اس کے علاوہ حیاتین اور ضروری نمکیات بھی استعمال کرتا ہوں۔ میں بالخصوص حیاتین ای کی افادیت کا قائل ہوں۔ یہ حیاتین رگوں اور شریانوں کو صاف رکھتی ہے۔ اس طرح قلب پر کوئی بوجھ نہیں پڑتا۔

اپنی لڑکی حالت اور معالجین کے چہرے دیکھ دیکھ کر میں بے جان سا ہو گیا تھا۔ ایک روز میں نے طے کر لیا کہ اپنی لڑکی کو حیاتین ای اور جست کھلاؤں گا' چنانچہ میں نے اللہ کا نام لے کر ان کا استعمال کرا دیا۔ اس وقت مریضہ کی کیفیت یہ تھی کہ جو دوائیں اسے دی جا رہی تھیں ان کی وجہ سے اس کے جسم میں سخت خارش رہتی تھی۔ معالجین اس سلسلے میں کچھ نہیں کر پا رہے تھے بس یہی کہہ دیا کرتے تھے کہ یہ پنسلین کے علاج کی علامت ہے اور اسے یہ تکلیف اٹھانی ہی ہوگی۔

میں نے ایک روز حیاتین ای کے کیپسول میں سوراخ کیا اور نکلے والے تیل کو کھجلی کے مقامات پر لگا دیا اس سے فوری طور پر آرام ہو گیا تاہم یہ آرام وقتی تھا۔ جب میں نے یہ کیفیت دیکھی تو اسے حیاتین ای کے کیپسول کھلائے۔ جوں ہی یہ کیپسول معدے میں پہنچے اور خون میں یہ حیاتین جذب ہوئی کھجلی کی شکایت رفوچکر ہو گئی اور جسم میں پرے چکتے اور دودڑے غائب ہو گئے۔ اس کے بعد میری بیٹی کی طبیعت تیزی سے سنبھلنے لگی۔ خود ڈاکٹر صاحبان حیران تھے' لیکن انہیں کیا پتا کہ یہ کرشمہ قدرت کے دو اہم غذائی اجزا کا تھا۔ (صفحہ 22)

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز طبی تجربات اور نسخے حاصل کرنے کیلئے "معالج اور مریضوں کے تجربات" کا مطالعہ کریں۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

بال جھڑ رہے ہیں☆مہاسے اور نشانات☆ناف کے مقام پر درد☆منہ سے بدبو☆بادام کی کھلی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

بال جھڑ رہے ہیں

سوال: گزشتہ دو تین ماہ سے میرے سر کے بال بہت تیزی سے گر رہے ہیں، بالوں میں خشکی بھی ہے اور بالوں میں پہلی جیسی چمک اور ملائمت بھی نہیں رہی۔ بال روکھے اور بے رونق سے لگتے ہیں۔ بالوں کے تیزی سے گرنے کی وجہ سے میں سخت پریشان ہوں۔ براہ مہربانی کوئی آسان سا گھریلو نسخہ تجویز کریں۔ **(عمران جیلانی، فیصل آباد)**

جواب: آملہ، چھوٹی ہڑ، سیکا کائی، ریٹھا، بیری کے پتے اور بالچھڑ ہر ایک 12 گرام لے کر 250 ملی گرام پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح اس پانی میں تلوں کا تیل 200 ملی لیٹر ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں جب پانی نصف رہ جائے تو تیل کو الگ کر کے چھان کر کسی بوتل میں بھر لیں۔ اس تیل کو رات کو ہلکے ہاتھ سے بالوں کی جڑوں میں انگلیوں سے مساج کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

[redacted]

سوال: میرے اور میری چھوٹی بہنوں کے چہرے پر آئے دن دانے نکل آتے ہیں جن میں جلن اور خارش ہوتی ہے۔ یہ دانے چند روز میں از خود ختم ہو جاتے ہیں لیکن بعض دانوں کے نشانات رہ جاتے ہیں جو چہرے پر بدنما لگتے ہیں۔ آپ کوئی ایسا نسخہ بتائیں جس کے استعمال سے ایک تو دانے نہ نکلیں اور دوسرے نشانات بھی ختم ہو جائیں۔ **(مزمل، راولپنڈی)**

مشورہ: آپ 25 گرام بیسن، ایک لیموں کا رس اور چند قطرے عرق گلاب ایک پیالی میں ڈال کر مکس کر کے پیسٹ بنالیں۔ اب اس مرکب کو کریم کی طرح چہرے پر لیپ کریں۔ جب خشک ہو جائے تو سادے پانی سے چہرہ دھولیں۔ مذکورہ تکلیف میں خون صفاء شربت ایک ایک چمچ صبح شام پینا بھی مفید ہے۔ نشانات دور کرنے کیلئے ہلدی کو باریک پیس کر دہی میں ملا کر کریم لگا کر پندرہ منٹ بعد چہرہ سادہ پانی سے دھولیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

دانت کھٹے ہوجاتے ہیں

اکثر میرے دانت کھٹے ہو جاتے ہیں جس سے مجھے سخت تکلیف ہوتی ہے روٹی چبانا مشکل ہو جاتا ہے۔ ایسا اس وقت ہوتا ہے جب میں کوئی ترش چیز کھا لیتی ہوں مگر وہی چیز سب گھر والے کھاتے ہیں انہیں تو کچھ نہیں ہوتا۔ آج کل بھی میں سخت تکلیف میں ہوں۔ **(وجیہہ.....سکھر)**

مشورہ: گرم توے سے اترتی ہوئی پھلکہ چپاتی کا نوالہ دانتوں کے درمیان رکھ کر چبائیں۔ چار پانچ نوالے چبانے سے دانتوں کی کھٹاس جاتی رہے گی اور آپ آرام سے کھانا کھا سکیں گی۔ سچا منجن باقاعدگی سے استعمال کریں۔

[redacted]

تین چار سال سے ناف کے مقام پر درد رہتا ہے۔ زیادہ وزنی کام کروں تو سینے میں ایک گولہ سا بن جاتا ہے۔ کھانا کھاتے ہی پیٹ پھول جاتا ہے۔ پیٹ میں ہلکا ہلکا درد بھی رہتا ہے۔ پیشاب بہت زیادہ آتا ہے۔ درد کمر میں بھی محسوس ہوتا ہے۔ پیٹ کے اندر سے مختلف قسم کی آوازیں بھی آتی ہیں۔ میں اس بیماری سے بہت پریشان ہوں۔ **(شفیق، حیدرآباد)**

مشورہ: اسپغول کی بھوسی 1 چائے والی چمچی 1 گلاس پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ غذا میں سبزیاں پکا کر روٹی سے کھائیں۔ مرچ مصالحہ اور کھٹائی سے پرہیز کریں۔ غذا کے بعد عرق بادیان دو اونس دن میں تین بار پئیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

منہ سے بدبو

میرے منہ سے شدید بدبو آتی ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ یہ بو دانتوں سے نہیں بلکہ معدہ اور ناک سے آتی ہے مجھے اس بدبو سے چھٹکارا دلوائیں۔ **(ساجدہ، سیالکوٹ)**

مشورہ: آپ ہاضم خاص اور جو ہر شفاء مدینہ دی گئی ہدایات کے مطابق کھانے سے گھنٹہ قبل یا بعد کھائیں۔ نمک کے نیم گرم پانی سے غرغرے کریں اور یہی پانی ناک میں وضو کی طرح دیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

[redacted]

میری عمر 14 سال ہے۔ میرے چہرے پر بہت سے دانے نکلے ہوئے ہیں۔ کیل بھی ہیں اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے بھی بنے ہوئے ہیں۔ کوئی ایسا نسخہ تجویز کریں جس میں شامل اشیاء آسانی سے دستیاب ہوں۔ **(اصغر علی، شورکوٹ)**

مشورہ: آپ خون صفاء دن میں تین بار استعمال کریں۔ تین ہفتے کے بعد خط لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

[redacted]

میری عمر 20 سال ہے میرے بال روکھے ہیں۔ بال نہ صرف گرتے ہیں بلکہ خشکی بھی بہت ہے اور بال کے دومنہ بھی ہیں۔ میں نے بالوں کے مسائل میں پڑھا کہ بادام کی کھلی استعمال کریں۔ لیکن طریقہ معلوم نہیں کہ کس طرح کرنی ہے۔ براہ مہربانی طریقہ استعمال بتادیں۔ **(میمونہ، لاہور)**

مشورہ: بادام کی کھلی کو کوٹ کر باریک کر لیں اور چمچہ بھر یا کم و بیش حسب ضرورت رات کو گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح بالوں کی جڑوں میں لگائیں اور پانی بہادیں۔

[redacted]

میری عمر 16 سال ہے۔ میرے سر کے بال سفید ہو رہے ہیں۔ پہلے نزلہ بھی رہتا تھا لیکن اب نہیں ہے۔ میں کولڈ ڈرنک کا استعمال بھی کثرت سے کرتا ہوں اس وجہ سے تو یہ مسئلہ نہیں ہے؟ **(ہدایت اللہ، راولپنڈی)**

مشورہ: نزلہ زکام میں کولڈ ڈرنکس، لسی، شربت، دہی، جوس، سرد اشیاء سے پرہیز ضروری ہے۔ سرد مزاج بلغمی امراض والوں کو بھی ان چیزوں سے پرہیز رکھنا چاہیے۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ گیا

میری شادی کو سولہ ماہ کا عرصہ گزر چکا ہے اور میرا ایک بیٹا بھی ہے جو سات ماہ کا ہے۔ پہلے میں سمارٹ تھی جب بیٹا پیدا ہوا تو اس کے بعد جسم تھوڑا پھول گیا اور پیٹ زیادہ بڑھ گیا ہے۔ میں پیٹ کی وجہ سے باہر جانے سے کتراتی ہوں۔ **(انیلا، لاہور)**

مشورہ: صبح وشام ایک گھنٹہ تیز چلیں' ایک ماہ کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ چاول اور دالوں سے پرہیز ضروری ہے۔ شدید بھوک پر بھوک رکھ کر غذا کھائیں۔ غذا نمبر1 استعمال کریں۔

[redacted]

موزے پہننے سے میرے پیروں سے ہر وقت بو آتی ہے اور اگر چپل پہن لوں تو پسینے کی وجہ سے چلا نہیں جاتا۔ مہربانی فرما کر مجھے کوئی دوا بتا دیں۔ **(عنصر شہزاد' نواب شاہ)**

مشورہ: میٹھے عمدہ آڑو کھائیں۔ پھٹکڑی کے پانی سے پیر دھوئیں۔ گرم چیزیں نہ کھائیں۔ غذا نمبر1 استعمال کریں۔

پیٹ پھول گیا

میری عمر 13 سال ہے۔ میرا پیٹ بہت زیادہ پھول گیا ہے اور ہر کوئی مجھے موٹا کہتا ہے۔ **(ملک زاہد' ملتان)**

مشورہ: آپ کی عمر کھیل کود کی ہے کم از کم دو گھنٹے روزانہ فٹ بال یا کرکٹ کھیلیں۔ دوا کی ضرورت نہیں ہے۔ چاول سے اور فاسٹ فوڈز سے پرہیز کریں۔

دائمی زکام

نزلہ رہتا ہے' ناک کا گوشت بڑھ گیا ہے۔ رات کو ناک بند ہوجاتی ہے۔ سردی ہو یا گرمی چھینکیں آتی ہیں' بلغم بہت آتا ہے۔ **(موسیٰ خان' کراچی)**

مشورہ: آپ کچھ عرصہ جوہر شفاء مدینہ اور بنفشی قہوہ استعمال کریں۔ تین چٹکی لاہوری نمک' پانچ تازہ نیم کے پتے' ایک گلاس پانی میں جوش دے کر چھان کر نیم گرم پانی وضو کی طرح ناک میں دیں۔ غذا نمبر2 استعمال کریں۔

سر میں درد

سر میں شدت کا درد ہوتا ہے' جو پورے سر میں پھیل جاتا ہے۔ خاص طور پر کلاس میں وقفہ کے بعد ہوتا ہے۔ **(محمود علی' لاہور)**

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ آپ صبح نامکمل ناشتہ کرتے ہیں۔ صبح پیٹ بھر کر ناشتہ کریں۔ خاص طور پر گرم روٹی پر خالص دیسی گھی ڈال کر کھائیں۔ دیسی انڈا کھائیں۔ بادام اور شہد بھی مفید ہے۔ چائے پی سکتے ہیں۔ غذا نمبر2 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ رہا ہے

میری عمر 24 سال ہے۔ میرا پیٹ بڑھ رہا ہے۔ مجھے بھوک بہت لگتی ہے۔ میں باہر کے کھانوں کی شوقین ہوں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ ڈائٹنگ کرو۔ میں بھوک برداشت نہیں کرسکتی۔ **(بیگم رشید' کراچی)**

مشورہ: ڈائٹنگ نہ کریں' صبح ہاف بوائل انڈا' توس' رس' چائے دوپہر رات کو دیسی چوزہ' دیسی مرغ' باربی کیو' چپاتی' سبزیاں اور سبزیوں کا سوپ لیں۔ پپیتہ' خربوزہ' سیب' چیری' بیر' مالٹا' موسمی' لیچی' آلوچہ مفید ہیں۔ مسور کی دال' چنے کی دال' ارہر کی دال' مٹر' پالک' میتھی' ٹماٹر' بینگن کھاسکتی ہیں۔ صبح و شام تیز واک' سونے سے پہلے نارمل واک اور تھوڑی سی پیٹ گھٹانے کی ورزش ضروری ہے۔ غذا نمبر1 استعمال کریں۔

درد ایام

چار سال سے ایام میں شدید تکلیف کی شکایت ہے یہ تکلیف اتنی شدید ہوتی ہے کہ اس کی وجہ سے الٹیاں آنے لگتی ہیں ڈاکٹر انجکشن لگاتے ہیں' گولیاں کھلاتے ہیں مگر مجھے جب تک دو انجکشن نہیں لگتے آرام نہیں آتا' انجکشن کی وجہ سے میری نظر بری طرح متاثر ہوتی ہے' میری عمر 20 سال ہے اور شادی ابھی نہیں ہوئی ہے۔ یہ انجکشن مضر ہیں آئندہ والی زندگی کیلئے ٹھیک نہیں ہیں اس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ **(شازیہ' بھگوال)**

مشورہ: آپ "پوشیدہ کورس" کچھ عرصہ استعمال کریں اور ٹیسو کے پھول پانی میں جوش دیکر نیم گرم رہنے پر اس میں بیٹھا کریں (ایام کے دوران ٹیسو کے پانی میں نہ بیٹھیں) اکڑوں نہ بیٹھیں' وزن نہ اٹھائیں' ورزش نہ کریں۔ غذا نمبر1 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 7,8 جنوری 2012
جہانیاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012 رابطہ کیلئے: حاجی جاوید صاحب: 0333-7655898 چوہدری نیاز صاحب: 03467166234
اٹک	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 4,5 فروری 2012
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ اتوار 11,12 فروری 2012
مظفر گڑھ	کلینک	بروز ہفتہ اتوار 18,19 فروری 2012
سکھر	درس	بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

صفورا خیری، لالہ موسیٰ

لازوال حسن کیلئے بہترین غذائیں

دانوں سے نجات حاصل کرنے کا ایک آزمودہ اور جلد اثر کرنے والا طریقہ یہ ہے کہ کچے لہسن کا رس لیموں کے رس کے ساتھ ملا کر دن میں ایک بار لگا یا جائے دانوں کے ساتھ ان کے بننے کا عمل بھی ختم ہو جائیگا' ہوسکتا ہے کہ جلد پر جلن خارش یا کھچاؤ کا احساس ہو لیکن یہ نسخہ بہت تیزی سے اثر کرتا ہے

قدرت نے ہمیں اپنے خزانے سے ایسی غذائیں عطا کی ہیں جو صحت و تندرستی کیلئے ناگزیر سمجھی جاتی ہیں چہرے کی جلد کی خوبصورتی بھی انہی خزانوں سے ان گنت فوائد حاصل کرسکتی ہے۔ کچھ غذائیں جلد کیلئے انتہائی فائدہ مند ثابت ہوئی ہیں۔ صحت مند جلد کی جھائیوں جھریوں' کیل مہاسوں اور داغ دھبوں سے پاک ہوتی ہے۔ ایسی خوبصورت جلد آپ بھی حاصل کرسکتی ہیں اور وہ بھی روزمرہ عام استعمال کی فطری غذاؤں سے آپ نتیجہ دیکھ کر خود حیران رہ جائیں گی۔

نارنگی: اس میں موجود وٹامن سی سورج کی الٹراوائلٹ شعاعوں سے محفوظ رکھتا ہے' جھریوں سے بچاتا ہے جھریاں دراصل جلد Collagin کے بننے سے اپنا راستہ ہموار کرتی ہیں روزانہ ایک سنگترہ یا مالٹا کھائیں اور اس کے چھلکوں کو سکھا کر پاؤڈر بنا کر کسی ایئر ٹائٹ جار میں محفوظ کرلیں اور روزانہ دودھ سے اس کا پیسٹ بنا کر چہرے پر لگالیں۔ چند ہی دنوں میں چونکا دینے والا روپ سروپ آپ کے سامنے ہوگا۔

سورج مکھی کے بیج: جلد کیلئے ضروری فیٹی ایسڈز جو جلد کی قدرتی نمی اور آئل میں اضافہ کرنے کیلئے اہم ہیں ان بیجوں میں مناسب تعداد میں پائے جاتے ہیں۔ جلد کا ٹیکسچر اور بالوں کی مضبوط بڑھاتے جبکہ بلیک ہیڈز بننے کے عمل کو بتدریج ختم کردیتے ہیں ہفتے میں دو بار تین چائے کے چمچ سورج مکھی کے بیج کھالیں یا پھر کھانا سن فلاور کوکنگ آئل میں بنالیں۔

پپیتا: یہ ایک کم حراروں والی غذا اور وٹامن اے کا بھرپور ذخیرہ ہے۔ اس میں ایک اینٹی آکسیڈنٹ تاثیر پائی جاتی ہے جس میں جلد کو جوان رکھنے کی خصوصیت ہے۔ روزانہ ایک پیالہ تقریباً دو سے دوسو پچاس گرام پپیتا استعمال کیجئے۔

گندم جو اور گیہوں: بی گروپ میں شامل وٹامنز کیلئے انتہائی ضروری ہے یہ قوت مدافعت کے ساتھ جلد میں مردہ خلیات کی جگہ نئے خلیات بناتے ہیں۔ ان کا ایک بنیادی جز Niacin ہے جس میں جلد کے خلیات میں غذائیت کو جذب کرنے اور توانائی کے حصول کی طاقت میں اضافے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اگر آپ کی ڈائٹ میں بیکری کی بریڈ شامل ہے تو اس کی جگہ گندم' گیہوں یا جو کو دیجئے۔ ایسے بسکٹس اور پاستا خوراک میں شامل کریں جو ان غذائی اجناس سے تیار کردہ ہوں۔

سبز چائے: سبز چائے میں Flavonoids اور Anti Oxidents کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے جلد کو سورج کی مضر شعاعوں اور ماحول میں موجود فری ریڈیکل کیمیائی عناصر سے بچاتی ہے۔ یہ داغ دھبے اور جھائیوں کا بہترین علاج ہے دن میں دو مرتبہ پانی میں سبز چائے کی چند پتیاں ابال کر پینے سے جسمانی اور جلدی صحت کیلئے مفید ہے۔

دالیں: پروٹین حاصل کرنے کا بھرپور منبع دالیں ہیں' پروٹین جلد کی قدرتی چمک کو بحال کرتی ہیں۔ گرتے بالوں کو روکنے کیلئے ان میں Blotin کی وافر مقدار موجود ہے۔ اپنی ڈائیٹ میں بالوں کا استعمال ضرور شامل کیجئے۔ اس کے علاوہ چنے یا لال مسور کی دال کو بھگو کر پیس کر دودھ اور عرق گلاب میں ملا کر لگانے سے سکن برن ٹھیک ہوجاتا ہے۔ روزانہ پبلک ٹرانسپورٹ میں سفر کرنے والی خواتین کو چھٹی کا ایک دن اپنے لیے مخصوص کرلینا چاہیے اور سورج کی تپش سے ہونے والی ہر نقصان اس ایک دن میں پورا کرسکتی ہیں ایسے تمام گھریلو ٹوٹکے جھلسی ہوئی اور داغدار جلد کیلئے اکسیر ثابت ہوتے ہیں۔

خوبانی کا تازہ رس: خوبانی کا تازہ رس چہرے پر پندرہ منٹ تک لگائیے یہ سن برن اور خارش شدہ جلد کو تقویت دیتا ہے اس کے علاوہ ایگزیما اور کھینچی کھنچی جلد کیلئے بھی زوداثر مانا جاتا ہے۔ روزانہ مسلسل دس دن تک لگانے سے نتیجہ ظاہر ہونے لگے گا۔

ایلوویرا یا گھیکوار: بے شمار فوائد کی وجہ سے اسے معجزاتی یا جادوئی پودا بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا رس خارش جلد کیلئے انتہائی فائدہ مند ہے۔ کیل مہاسوں اور اسکن پگمینٹیشن کے مسائل بھی ایلوویرا سے ٹھیک کیے جاسکتے ہیں تیس سے چالیس ملی لیٹر ایلوویرا کا جوس پینے سے آپ کی جلد کرشماتی خوبصورتی حاصل کرسکتی ہے لیکن یاد رکھیے آپ یہ رس ایلوویرا سے خود نکالنے سے گریز کریں بلکہ میڈیکل سٹور پر دستیاب محفوظ شکل میں موجود رس خریدیئے۔

ایلوویرا میں کچھ ایسے نقصان دہ اجزا بھی پائے جاتے ہیں جو جلد پر خارش یا معدہ کی تکالیف کا باعث سبب بن سکتے ہیں لہٰذا ہمیشہ کیمسٹ کی دکان پر دستیاب محفوظ ایلوویرا کا انتخاب کیجئے۔ گھیکوار کا گودا پیسٹ بنا کر بالوں میں لگائیے بال نرم ملائم اور گرنے ٹوٹنے سے محفوظ رہتے ہیں۔

چہرے پر گھیکوار کا استعمال اسے پرکشش و جاذب نظر بناتا ہے اور کوئی مصنوعی کاسمیٹکس چہرے کی تابانی میں تا دیر تاثر نہیں چھوڑتی۔

قدرتی غذائیں جنہیں آپ براہ راست جلد پر لگاسکتے ہیں مہنگی کریموں کے متبادل کے طور پر آپ بھی بآسانی دستیاب قدرتی اجزاء کو براہ راست جلد پر استعمال کرسکتی ہیں۔ منرلز اسٹرنجنٹ اور قدرتی ملائمت سے بھرپور یہ قدرتی اجزاء جدید کاسمیٹکس سا اثر رکھتی ہے۔

خالص بادام کا تیل: اسے جلد کی فطری نمی بحال اور برقرار رکھنے کیلئے شہرت حاصل ہے خشک اور کھینچی کھینچی جلد پر اس سے مساج کیجئے۔ چہرے کے ساتھ دیگر کھلے حصے جیسے ہاتھ' گردن اور پاؤں پر بھی مساج کیا جاسکتا ہے۔ جلد کی غذائی ضروریات پوری کرنے کے ساتھ زخم کے نشانات بھی بھرتا ہے۔ خشک موسم میں اس کی افادیت سے بھرپور فائدہ حاصل کیا جاسکتا ہے جب بھی جلد کی نورشنگ کیلئے مصنوعات کا انتخاب کریں پراڈکٹ کے اجزا میں بادام کے تیل کو خریداری کی لسٹ بھی ضرور شامل کرلیں۔

چہرے کے بہت سے بنیادی مسائل مرد و خواتین دونوں میں یکساں پائے جاتے ہیں' دانے بلیک ہیڈز اور خارش چہرے کے علاوہ بازوؤں اور ٹانگوں پر بھی نمودار ہوسکتی ہیں۔ جلدی مسائل فطری غذائی اجزا سے درست کیے جاسکتے ہیں۔ قدرتی طریقہ علاج نا صرف سستے بلکہ بآسانی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

دانوں سے نجات حاصل کرنے کا ایک آزمودہ اور جلد اثر کرنے والا طریقہ یہ ہے کہ کچے لہسن کا رس لیموں کے رس کے ساتھ ملا کر دن میں ایک بار لگا یا جائے دانوں کے ساتھ ان کے بننے کا عمل بھی ختم ہو جائیگا' ہوسکتا ہے کہ جلد پر جلن خارش یا کھچاؤ کا احساس ہو لیکن یہ نسخہ بہت تیزی سے اثر کرتا ہے آپ یہ ترکیب دن میں دو بار بھی دہرا سکتی ہیں اس کا انحصار جلد کی حالت پر ہوگا۔

عبقری ادویات سے نقصان

عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس شکل میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ **حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔** (ادارہ)

توبہ کے ذریعے اولاد کی نعمت

مسز ارشد حسین

ایک حدیث رسول ﷺ کا مفہوم ہے کہ ہر تنگی سے نجات کا راستہ استغفار ہے۔ ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ مرنے والوں کیلئے سب سے بہتر تحفہ استغفار ہے۔ استغفار کی کثرت نے کس طرح کئی بے اولاد جوڑوں کو اولاد عطا کی یہ خود ان ہی کی زبانی معلوم ہوا

کئی سالوں سے ہم سب کی یہ عادت ہوگئی ہے کہ کسی بھی پریشانی کیلئے نبی کریم ﷺ کی بتائی ہوئی دعاؤں کو اپنانے کے بجائے ادھر ادھر کے چکروں اور مشکل وظیفوں کی تلاش میں ہوجاتے ہیں۔ حالانکہ سب سے آسان اور سہل طریقہ سنت کا طریقہ ہے۔ ایک حدیث رسول ﷺ کا مفہوم ہے کہ ہر تنگی سے نجات کا راستہ استغفار ہے۔ ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ مرنے والوں کیلئے سب سے بہتر تحفہ استغفار ہے۔ استغفار کی کثرت نے کس طرح کئی بے اولاد جوڑوں کو اولاد عطا کی یہ خود ان ہی کی زبانی معلوم ہوا۔

☆ میرا بڑا لڑکا جس فرم میں سروس کرتا ہے وہاں سے اکثر مختلف دفتروں میں جانا پڑتا ہے۔ ایک دن جب وہ صبح آفس پہنچا تو معلوم ہوا کہ اسی وقت کسی صاحب سے ملنے جانا ہے تاکہ ان کو کوئی فائل دکھائی جاسکے۔ وہ تمام کاغذات لیکر متعلقہ دفتر پہنچا تو وہ صاحب کسی میٹنگ میں تھے۔ وہاں چند اور حضرات بھی ان کا انتظار کررہے تھے۔ اتنے میں بات کچھ دعاؤں کی طرف نکل گئی۔ انہی میں سے ایک صاحب جو سعودی تھے (یہ واقعہ سعودی عرب کا ہے) کہنے لگے کہ میں خود آپ کو اپنا واقعہ سناتا ہوں وہ یہ کہ میری شادی کو کئی سال ہوگئے تھے اور ہماری اولاد نہیں تھی۔ میں نے اور میری بیوی نے ہر قسم کے ڈاکٹری، گھریلو، حکیمی دائیوں کے علاج کئے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ ایک دفعہ ہمیں کسی نے ایک ڈاکٹر کا بتایا ہم دونوں وہاں گئے تو ڈاکٹر نے ہماری تمام پچھلی رپورٹیں اور نسخے دیکھ کر بڑے افسوس سے صاف کہہ دیا کہ آپ دونوں دعا کریں ڈاکٹر رپورٹوں کے مطابق آپ کے ہاں اولاد نہیں ہوسکتی، ہم دونوں انتہائی صدمے اور غم کی کیفیت میں گھر آگئے۔ پھر ایک دن کسی نے ہمیں ایک شیخ کا بتایا ہم دونوں اسی غم کی حالت میں ان کے پاس پہنچ گئے انہیں سب بتایا تو انہوں نے کہا کہ مایوسی کی کوئی بات نہیں اللہ تعالیٰ کی قدرت کامل ہے آپ دونوں دعا کے ساتھ استغفار کی کثرت کریں۔ ہمیں بہت تسلی دی اور کہا کہ جب آپ دونوں کا ایک ایک لاکھ (الگ الگ) استغفار ہوجائے تو میرے پاس آیئے گا شاید کسی کو یقین نہ آئے کہ جس دن ہم دونوں کا ایک ایک لاکھ استغفار ختم ہوا اللہ پاک نے اسی دن ہمیں اولاد کی خوشخبری سنادی۔ ہمیں ایک ایک لاکھ استغفار کرنے میں کوئی دو مہینے کے قریب لگے۔ بس کیا اللہ کے کرم کا شکر ادا کیا جائے کہ اس نے ہمیں زندہ سلامت تندرست بیٹا عطا کیا۔ قربان جاؤں آقائے دوجہاں ﷺ کے نسخے کے......!

☆ ایک اور سعودی صاحب نے بتایا کہ میری شادی کو کوئی تین سال ہوگئے تھے اور ہمیں اولاد کی بہت ہی تڑپ تھی ہم بھی حسب طریقہ ڈاکٹروں وغیرہ کو دکھانے لگے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ میری پریشانی دیکھ کر ایک دن مجھ سے میرے ایک دوست نے کہا کہ تم اور کثرت سے استغفار کرو۔ میں روزانہ مسجد میں سات سو مرتبہ استغفار کرنے لگا۔ مسجد میں اس لیے کہ یکسوئی ہوتی ہے۔ گھر میں ہزار بکھیڑے کبھی فون تو کبھی کچھ کبھی کچھ اور اللہ پاک کی شان کہ چار سال میں میرے تین بچے ہوگئے۔

کینسر، ہیپاٹائٹس، رسولی، ٹی بی اور دوسرے موذی امراض کیلئے میرا تجربہ شدہ روحانی نسخہ

☆ اول و آخر گیارہ، گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھنا ہے۔ ☆ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم 786 مرتبہ ☆ سورۂ فاتحہ 101 مرتبہ ☆ سورۂ رحمٰن 7 مرتبہ ☆ سورۂ قریش 1001 مرتبہ ☆ آیت کریمہ 313 مرتبہ ☆ چاروں قل 4000 مرتبہ (یعنی ہر سورۃ ایک ہزار مرتبہ) ☆ آیۃ الکرسی 41 مرتبہ۔ ☆ آیت الشفاء (التوبہ 14، یونس 57، النحل 41، الاسراء 82، الشعراء 80، حٰم السجدہ 44) 33 مرتبہ۔ یہ سب پانی پر دم کرکے وہ پانی اکیس دن تک مریض کو پلائیں۔ نوٹ: پانی پینے کا طریقہ یہ ہے:۔ پانی دن میں تین مرتبہ باوضو پینا ہے۔

فجر کی نماز کے بعد، ظہر کی نماز کے بعد، عشاء کی نماز کے بعد۔ ہر دفعہ پانی پیتے وقت اکیس مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ اور سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور پانی پی لیا کریں۔ اکیس دن کے بعد کسی اچھی لیبارٹری سے ٹیسٹ کروائیں تو انشاء اللہ آپ کو یہ بیماری نہیں ہوگی۔ (ایم آر مروت)

دوسرا موقع

مولانا وحیدالدین خان

زندگی سیکنڈ چانس (دوسرے موقع) کو استعمال کرنے کا نام ہے۔ یہ ایک ایسی حقیقت ہے جو فرد کیلئے بھی اتنی ہی صحیح ہے جتنی قوم کیلئے۔

فروری 1987ء میں ایک مضمون شائع ہوا ہے اس کا عنوان ہے: Dare to Change Your Life (اپنی زندگی کو بدلنے کی جرأت کرو) اس مضمون میں کئی ایسے واقعات دیئے گئے ہیں جن میں ایک شخص کو ابتداء میں ناکامی پیش آئی۔ وہ نقصانات اور مشکلات سے دوچار ہوا مگر اس نے حوصلہ نہیں کھویا۔ ایک موقع کو کھونے کے باوجود اس کی نظر دوسرے موقع پر لگی رہی۔ یہ تدبیر کارگر ہوئی۔ ایک بار ناکام ہوکر اس نے دوسری بار کامیابی حاصل کرلی۔

مضمون کے آخر میں مضمون نگار نے لکھا ہے کہ زندگی دوسرے مواقع سے بھری ہوئی ہے۔ دوسرے موقع کو استعمال کرنے کیلئے جو کچھ درکار ہے وہ صرف یہ صلاحیت ہے کہ آدمی اس کو پہچانے اور حوصلہ مندانہ طور پر اس پر عمل کرے۔

زندگی سیکنڈ چانس (دوسرے موقع) کو استعمال کرنے کا نام ہے۔ یہ ایک ایسی حقیقت ہے جو فرد کیلئے بھی اتنی ہی صحیح ہے جتنی قوم کیلئے۔ پوری تاریخ اس حقیقت کی تصدیق کرتی ہے۔ دور اول میں اسلام کو مکہ میں موقع نہ مل سکا۔ اس کے بعد اسلام نے مدینہ شریف کے موقع کو استعمال کرکے اپنی تاریخ بنائی۔ مغربی قومیں صلیبی جنگوں میں اپنے لیے موقع نہ پاسکیں تو انہوں نے علمی مواقع کو استعمال کرکے دوبارہ کامیابی کا مقام حاصل کیا وغیرہ......موجودہ دنیا میں اکثر ایسا ہوتا ہے کہ آدمی پہلے موقع کو کھو دیتا ہے۔ کبھی اپنے ناقص تجربہ کی وجہ سے اور کبھی دوسروں کی سرکشی کی وجہ سے۔ مگر پہلے موقع کو کھونے کا مطلب ایک موقع کو کھونا ہے نہ کہ سارے مواقع کو کھونا۔ پہلا موقع کھونے کے بعد اگر آدمی مایوس نہ ہو تو جلد ہی وہ دوسرا موقع پالے گا جس کو استعمال کرکے وہ دوبارہ اپنی منزل پر پہنچ جائے۔ جن مواقع پر دوسرے لوگ قابض ہوچکے ان کو ان سے چھیننے کی کوشش کرنا عقلمندی نہیں عقل مندی یہ ہے کہ جو مواقع ابھی باقی ہیں ان پر قبضہ حاصل کرنے کی کوشش کی جائے۔

خوشگوار ازدواجی زندگی آپکے بس میں

انتخاب: محمد مجتبیٰ، ملتان

جس طرح گھر میں خواتین کا رول بہ حیثیت ماں اور بیوی بڑی سماجی اہمیت کا حامل ہے اسی طرح مردوں کا یہ گھریلو رول بہ حیثیت باپ اور شوہر برابر کا اہم ہے۔ اس سلسلے میں شوہر یا بیوی دونوں میں سے کسی کو خود کو برتر، افضل یا خود مختار کل تصور نہیں کرنا چاہیے

ازدواجی زندگی کو پُرمسرت بھرپور اور ہم آہنگی بنانا زن و شوہر میں سے کسی ایک کی ذمہ داری نہیں بلکہ ایسے خوشگوار سے ماحول کیلئے دونوں کی عملی ذہنی اور نفسیاتی ہم آہنگی اور تعاون لازمی ہے۔ اس طرح کا خوشگوار گھریلو ماحول نہ صرف عمدہ اور کامیاب گرہستی، ازدواجی زندگی اور صحت کیلئے ضروری ہے بلکہ گھر کے عمدہ ماحول یا زن و شوہر میں گہری رفاقت کا یہ احساس شوہر کی پیشہ ورانہ کارکردگی اور بچوں کی نفسیاتی اور اخلاقی تربیت پر بھی دوررس طور پر اثر انداز ہوتا ہے۔ اسلام نے بھی جو لوگوں کی مادی، اخلاقی اور روحانی سربلندی کا پیام بر ہے زن و شوہر کے درمیان گہری مفاہمت ہم آہنگی محبت اور تعاون پر زور دیا ہے اس کا واضح سبب یہ ہے کہ اچھے اور صحت مند معاشرے کا آغاز گھر کی چاردیواری یا خاندان سے ہوتا ہے۔

جس طرح گھر میں خواتین کا رول بہ حیثیت ماں اور بیوی بڑی سماجی اہمیت کا حامل ہے اسی طرح مردوں کا یہ گھریلو رول بہ حیثیت باپ اور شوہر برابر کا اہم ہے۔ اس سلسلے میں شوہر یا بیوی دونوں میں سے کسی کو خود کو برتر، افضل یا خود مختار کل تصور نہیں کرنا چاہیے۔ عموماً یہ غلطی مردوں سے سرزد ہوتی ہے کہ وہ گھر میں ہر معاملے میں عورت کو محکوم اور خود کو حاکم دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ حالانکہ اس کے بے شمار نقصانات ہیں۔ گھریلو اور ازدواجی زندگی میں بدمزگی یا عورتوں کی مظلومیت اور گھٹن کا اثر بچوں، خود شوہر اور بیوی کی صحت، نفسیاتی عوامل اور کارکردگی پر پڑتا ہے۔ اس کے مضر اثرات سے خاص طور پر بچوں کے طرز عمل، عادات، اخلاق اور نفسیات کو بہت نقصان پہنچ سکتا ہے۔

خاتون! آپ پر بہت کچھ منحصر ہے......!!!

چونکہ مرد کام کاج اور ملازمت کی غرض سے زیادہ تر گھر سے باہر رہتے ہیں اس لیے گھر کو حقیقی معنے میں گوشۂ عافیت بنانے میں بڑا حصہ عورت یا بیوی کا ہوتا ہے لیکن وہ بے چاری مرد کے تدبر، تعاون اور خلوص عمل کے بغیر آخر کیسے اس ذمہ داری میں کامیاب ہوسکتی ہے؟ خواتین کو شوہر کے تعاون کی بہت ضرورت ہوتی ہے لیکن یہ تعاون اور خلوص اور فکری ربط حاصل کرنا بھی تو اپنی جگہ تربیت اور شعور کا طالب ہوتا ہے۔ یہی سبب ہے کہ جب ہم کہتے ہیں کہ ''خاتون آپ پر بہت کچھ منحصر ہے'' تو اس سے ہماری مراد یہ ہوتی ہے کہ آپ شوہر کو ڈھالنے میں بہت اہم رول ادا کرتی ہیں۔ اس سلسلہ میں زن و شوہر کے درمیان ذہنی قربت اور تعاون کا انحصار چھوٹی چھوٹی گھریلو باتوں پر ہوتا ہے جو بظاہر اہم نہیں معلوم ہوتیں لیکن بہت اہم ہوتی ہیں۔ ماہرین کی رائے میں چند اہم عوام درج ذیل ہیں:۔

☆ زن و شوہر کا رویہ اور گھریلو عادتیں۔ ☆ کام اور اوقات کار میں تعاون، گھریلو مشاغل اور دلچسپیاں۔ ☆ ایک دوسرے کیلئے خلوص اور فکر۔ ☆ مزاج میں یکسانیت اور باہمی ہمدردی جس کا اظہار عمل کے ساتھ ساتھ کبھی کبھی زبانی بھی کرنا چاہیے۔ ☆ توصیفِ باہمی اور حوصلہ افزائی۔ ☆ ایک دوسرے کی حفاظت اور دیکھ بھال جس سے اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ ایک دوسرے پر مالی، اخلاقی، جنسی اور نفسیاتی بھروسہ اور کلی اعتماد۔

خاتون ماہر نفسیات کی رائے اور مشورہ

امریکہ کی مشہور ماہر نفسیات خاتون ڈاکٹر لزووڈ نے سرد مہری سے پیش آنے والے شوہروں اور بیویوں کیلئے گھریلو اور ازدواجی ماحول میں گرما گرمی اور رونق پھر سے لوٹانے کیلئے اپنے تجربات اور مشاہدات کی روشنی میں چند دلچسپ اور مفید تجاویز اور مشورے پیش کیے ہیں جو خواتین اور مردوں دونوں کیلئے یکساں طور پر سودمند اور مفید ثابت ہوئے ہیں۔ ان کا سب سے پہلا مشورہ تو یہ ہے کہ شوہر اور بیوی دونوں ایک دوسرے کو اپنی مشکلات، مسائل، الجھنوں، خوشیوں، کامیابیوں اور ناکامیوں کے بارے میں اعتماد میں لیں اور مطلع رکھیں نیز ایک دوسرے سے مشورے کرتے رہیں ان کے مشوروں کی ترتیب اس طرح سے ہے:۔

کلی رفاقت اور ساتھ اس سے مراد بچوں کی نگہداشت، گھریلو کاموں اور مسائل میں تعاون، کتابوں کے مطالعے میں تبادلہ خیال اور ٹیلی ویژن پروگراموں میں پسند وغیرہ کو حتی الامکان یکساں بنانے کی کوشش، ایک دوسرے کی خوشی، دکھ، الجھن، اور جذبات میں گہری شمولیت ہے۔ چھوٹی چھوٹی الجھنوں کو باہمی طور پر حل کرکے اُن بڑی الجھنوں سے بچایا جاسکتا ہے جو بعد کو پیش آسکتی ہیں۔ مردوں کیلئے ملازمت گھر کی اقتصادی بہبود کیلئے ناگزیر ہے اس لیے وہ زیادہ وقت اسی تگ و دو میں صرف کرنے پر مجبور ہیں۔ اسے دور کرنے میں انہیں کئی طرح کی الجھنوں، تلخیوں، کامیابیوں یا ناکامیوں کا سامنا ہوتا ہے۔ ان کے تمام احساسات میں بیویاں شوہروں کو مشورہ دے سکتی ہیں یا کم سے کم ہمدردانہ باتوں سے ان کا ذہنی بوجھ ہلکا کرسکتی ہیں۔ اس میں شوہروں کو بھی بیویوں کی رائے اور ہمدردانہ جذبات کی قدر کرنی چاہیے اور انہیں یہ احساس دلانا چاہیے کہ ان کی رائے اور ہمدردی بہت اہم ہے۔ ڈاکٹر لزووڈ نے بتایا ہے میرے اس مشورے پر عمل کرکے کئی گھر، ماحول کو حیرت انگیز طور پر خوشگوار بنا چکے ہیں۔ مثلاً اگر شوہر کسی بک کا مطالعہ کررہا ہے تو بیوی بور ہوکر چڑچڑا پن نہیں کرتی اور جب بیوی سلائی یا کڑھائی میں لگی ہوتی ہے تو شوہر گھر کے چھوٹے موٹے کام کرکے اس کی مدد کرتا ہے بلکہ اب تو کئی گھروں میں ان مشوروں سے ایسا بھی ہوتا ہے کہ بیوی شوہر کے بک کے مطالعہ کے اوقات میں اسے کافی یا کیک بنا کر کھلاتی ہے اور جب بیوی کپڑے دھوتی ہے یا کڑھائی بنائی کرتی ہے تو شوہر بچوں کو پڑھاتا ہے۔ بیوی کہتی ہے کہ ''اچھا میں تمہارے ساتھ کیرم بورڈ کھیلوں گی تم میرے ساتھ سہیلی کے گھر چلو'' لیجئے سارا جھگڑا ہی ختم!

حضور نبی کریم ﷺ کی سواریاں

آپ ﷺ کی زندگی میں صرف سات گھوڑوں کو یہ اعزاز نصیب ہوا کہ آپ ﷺ نے ان پر سواری کی ان کے نام یہ ہیں:۔

السکب: یہ آپ ﷺ کا پہلا گھوڑا تھا۔ ☆ المرتجز: یہ ایک اعرابی سے خریدا گیا تھا۔ ☆ اللزاز: یہ اسکندریہ کے بادشاہ مقوقس نے بھیجا تھا۔ ☆ الظرب: یہ ربیعہ بن ابراء رضی اللہ عنہٗ نے آپ ﷺ کو پیش کیا۔ ☆ الورد: یہ تمیم داری رضی اللہ عنہٗ نے بطور ہدیہ پیش کیا تھا۔ ☆ یعسوب، الجیف: یہ دونوں بھی آپ ﷺ کے جنگی گھوڑے تھے۔

اونٹنی قصواتھی اسے جدعاء اور عضباء بھی کہتے ہیں۔ یہ وہ اونٹنی ہے جس پر آپ ﷺ نے ہجرت فرمائی تھی۔

دعا: دعا عبادت کا مغز ہے۔ ☆ دعا بلاؤں کو ٹالتی ہے۔ ☆ دعا کا چھوڑنا گناہ ہے۔ ☆ لوگوں میں کمزور وہ ہے جو دعا نہ کرے۔ ☆ دعا رحمت کی کنجی ہے۔ لہٰذا ہمیں چاہیے کہ زیادہ سے زیادہ دعا مانگیں اپنے لئے گھر والوں کیلئے سب مسلمانوں کیلئے، مجاہدین اسلام کیلئے۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔

(نعیم الحسن، وسیم زبیر)

نماز کے ارکان سے کولیسٹرول میں کمی

کھانا کھانے کے بعد ہمارے خون میں اس کی مقدار اچانک بڑھ جاتی ہے۔ کولیسٹرول کو جمنے سے پہلے تحلیل کرنے کا ایک سادہ اور فطری طریقہ اللہ تعالیٰ نے نماز پنجگانہ کی صورت میں عطا کیا ہے

تعدیل ارکان کے بغیر ڈھیلے ڈھالے طریقے پر نماز پڑھنے کا کوئی روحانی فائدہ ہے اور نہ طبی وجسمانی جبکہ درست طریقے سے نماز کی ادائیگی کولیسٹرول لیول کو اعتدال میں رکھنے کا ایک مستقل اور متوازن ذریعہ ہے۔

قرآنی احکامات کی مزید توضیح سرکار مدینہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی اس حدیث مبارکہ سے بھی ہوتی ہے۔ ترجمہ: ’’بیشک نماز میں شفاء ہے۔‘‘ (ابن ماجہ)

جدید سائنسی پیش رفت کے مطابق وہ چربی جو شریانوں میں جم جاتی ہے رفتہ رفتہ ہماری شریانوں کو تنگ کر دیتی ہے اور اس کے نتیجہ میں بلڈ پریشر، امراض قلب اور فالج جیسی مہلک بیماریاں جنم لیتی ہیں۔

عام طور پر انسانی بدن میں کولیسٹرول کی مقدار 150 سے 250 ملی گرام کے درمیان ہوتی ہے۔ کھانا کھانے کے بعد ہمارے خون میں اس کی مقدار اچانک بڑھ جاتی ہے۔ کولیسٹرول کو جمنے سے پہلے تحلیل کرنے کا ایک سادہ اور فطری طریقہ اللہ تعالیٰ نے نماز پنجگانہ کی صورت میں عطا کیا ہے۔

دن بھر میں ایک مسلمان پر فرض کی گئی پانچ نمازوں میں سے تین یعنی فجر، عصر اور مغرب ایسے اوقات میں ادا کی جاتی ہیں جب انسانی معدہ عام طور پر خالی ہوتا ہے چنانچہ ان نمازوں کی رکعات کم رکھی گئیں جبکہ دوسری طرف نماز ظہر اور نماز عشاء عام طور پر کھانے کے بعد ادا کی جاتی ہیں اس لیے ان کی رکعتیں بالترتیب بارہ اور سترہ رکھیں تاکہ کولیسٹرول کی زیادہ مقدار کو حل کیا جائے۔

نماز کے ذریعے کولیسٹرول لیول کو اعتدال میں رکھنے کی حکمت دور جدید کی تحقیقات ہی کے ذریعے سامنے نہیں آئی بلکہ اس بارے میں تاجدار حکمت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی حدیث مبارکہ بھی نہایت اہمیت کی حامل ہے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: ’’اپنی خوراک کے کولیسٹرول کو اللہ کی یاد اور نماز کی ادائیگی سے حل کرو۔‘‘ (مجمع الزوائد)

اگر ہم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے ارشاد اور عمل کے مطابق صحیح طریقے پر پنج وقتی نماز ادا کریں تو جسم کا کوئی عضو ایسا نہیں جس کی احسن طریقے سے ہلکی پھلکی ورزش نہ ہو جائے۔

لیوپولڈ دلیس پر اذان و جماعت کے منظر کا اثر

لیوپولڈ دلیس اپنی کتاب میں قاہرہ میں مؤذن کی اذان اور جماعت کی نماز کے منظر نے ان کے دل و دماغ پر جو اثر ڈالا اس کو بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

’’مجھے اندازہ ہوا کہ مسلمانوں کا اندرونی اتحاد، یکسانی اور ہم آہنگی کتنی گہری ہے اور ان کو تقسیم اور متفرق کرنے والی چیزیں کتنی مصنوعی سطحی اور بے اثر ہیں، اپنے عقیدہ، طرز فکر، حق وباطل کی تمیز بہتر اور صحیح زندگی کے مزاج اور بناوٹ کو سمجھنے میں وہ ’’ایک انسان‘‘ کی مانند تھے۔ مجھے ایسا لگا کہ میں نے پہلی بار ایک ایسی سوسائٹی میں قدم رکھا ہے جس میں انسانوں کے درمیان رشتہ اور تعلق کی بنیاد اقتصادی مصالح یا رنگ ونسل پر نہ تھی بلکہ اس سے زیادہ گہری مضبوط اور پائیدار چیز پر تھی وہ زندگی کے متعلق اس مشترک نقطہ نظر کا رشتہ تھا جس نے انسانوں کے درمیان سے علیحدگی اور بے تعلقی کی تمام دیواروں کو گرا دیا تھا۔

اذان دے کر نماز پڑھنے کے اثرات

ایک غیر ملکی اڈے پر کچھ ساتھی اترے، ان میں کچھ ہمارے علاقے کے بھی تھے نماز کا وقت ہو چکا تھا۔ چنانچہ انہوں نے اذان دی۔ اذان کے دوران مسافروں میں سے ایک مسافر آ کر ان کے قریب بیٹھ گیا جب انہوں نے نماز شروع کی تو ان کے ساتھ شریک ہو گیا۔ آخر میں اس نے بتایا کہ اذان اور نماز کے دوران اس نے بہت سکون پایا۔ اس مذہب میں داخل ہونے کی کیا شرائط ہیں۔ ساتھیوں نے اس کو سب چیزیں بتائیں اور وہ وہیں مسلمان ہو گیا اور بہت مطمئن تھا۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ’’سنت نبویؐ اور جدید سائنس‘‘ ضرور پڑھیں۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

روحانی کیفیت

ایک بہن (پوشیدہ)

اب وہ واپس ہمارے گھر آ گئے ہیں اور ہم سب مل جل کر ہنسی خوشی رہ رہے ہیں اور ہمارے گھر سے تمام جھگڑے ختم ہو گئے ہیں

حکیم صاحب تسبیح خانہ اور درس نے تو میری زندگی ہی بدل دی ہے جب سے میں نے اسباب کو چھوڑ کر اعمال کو اپنایا ہے میرے ایسے ایسے ناممکن کام، ایسی ایسی ناممکن خواہشات پوری ہوئی ہیں اور ہو رہی ہیں کہ میں بتا نہیں سکتی مجھے خود یقین نہیں آتا۔ میرے پیپر سے پہلے میں بہت زیادہ بیمار ہو گئی تھی جس کی وجہ سے میری کوئی تیاری نہ ہو سکی لیکن میں نے صرف اللہ سے مانگا ابھی کل کی بات ہے کہ میرا پیپر تھا اور میں بہت سخت پریشان تھی جب سب جلدی جلدی رٹے لگا رہے تھے میں نے اپنے اللہ سے باتیں کیں اور پھر ایسا ہوا کہ ایگزامینر نے مجھ سے کچھ پوچھے بنا میرے اچھے نمبر لگا دیئے اور شاباش بھی دی بس میری کاپی پر ایکسیلنٹ لکھا دیکھ کر مجھے واپس بھیج دیا۔ حکیم صاحب آپ پلیز دعا کیجئے گا کہ میں باقی پیپرز میں بھی پاس ہو جاؤں اور حکیم صاحب سورۂ کوثر کی برکات تو نہ ہی پوچھیں۔ پہلے میں ٹیوشن پڑھاتی تھی اور اپنا خرچہ پورا کرتی تھی لیکن پھر اللہ کی طرف سے ہی سب بچوں نے چھوڑ دیا اب حکیم صاحب بنا محنت کے ہی اللہ مجھے غیب سے نواز رہا ہے۔ بس جو تھوڑے بہت پیسے ہوں برکت کی تھیلی میں رکھ دیتی ہوں سورۂ کوثر کا اہتمام کرتی ہوں اور کام کرتی جاتی ہوں لیکن پیسے ختم نہیں ہوتے۔ میری زندگی اعمال نے آسان بنا دی ہے۔

حکیم صاحب میرا ایک جو اہم مسئلہ تھا وہ میرے والد صاحب کا تھا ان کیلئے بھی میں نے پچھلے پورا سال درس میں بہت دعائیں کی تھیں حکیم صاحب ان کی سچی توجہ بھی مجھے ملی ہے اور حالات کیسے بدلے ہیں میں تو دنگ ہی رہ گئی ہوں۔ اب وہ واپس ہمارے گھر آ گئے ہیں اور ہم سب مل جل کر ہنسی خوشی رہ رہے ہیں اور ہمارے گھر سے تمام جھگڑے ختم ہو گئے ہیں۔ حکیم صاحب والد صاحب کی محبت ملنے کے بعد بھی میری بے قراری ختم نہیں ہوئی کوئی خلا ہے میرے اندر کوئی کمی ہے کوئی لاحاصل جستجو ہے جو مسلسل میرے اندر چل رہی ہے مجھے بے چین رکھتی ہے۔ حکیم صاحب مجھے آج پتہ چلا ہے کہ مجھے عشق حقیقی کی تلاش ہے مجھے میرے اللہ سے ملا دیں۔ حکیم صاحب دعا کریں مجھے میرا اللہ مل جائے، وہی میری اصل تلاش ہے۔ میں بہت دور ہوں اپنے خالق سے، میں بہت گنہگار ہوں، میں نے اپنے پیدا کرنیوالے کا حق ادا نہیں کیا، مجھے میرے اللہ سے ملا دیں۔

ہردلعزیز بننے کا انوکھا راز

سویرا جلیل، کراچی

نہ صرف اپنی ذات میں بلکہ اپنے شعبے سے متعلق بھی وہ چند کمزوریوں کی خود نشاندہی کردے گا لیکن کیا کیا جائے اس حضرت انسان کا کہ وہ عام طور پر تنقیدی رویہ اختیار کرتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو تنقید برائے تعمیر کا راستہ منتخب کرتے ہیں

کیا آپ کا شمار ایسے لوگوں میں ہوتا ہے جو دوسروں کی خامیوں پر نظر رکھتے ہیں؟ اگر ایسا ہے تو آپ اپنے بارے میں یہ خوش فہمی دل سے نکال دیں کہ لوگ آپ کو پسند کرتے ہیں؟ یا لوگ آپ کی قدر کرتے ہوں گے۔ اگر آپ کا رویہ ہر وقت ناقدانہ رہتا ہے تو آپ دوسروں سے یہ توقع رکھنی چھوڑ دیں کہ وہ آپ کے اچھے کاموں کو سراہتے ہوں گے اور آپ کا دل سے احترام کرتے ہوں گے۔ اسی طرح اگر آپ یہ سوچتے ہیں کہ دوسروں کو ان کی خامیاں بتائیں گے اور وہ اس کی اصلاح کرلیں گے تو شاید آپ غلطی پر ہیں۔ اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ لوگوں کے روشن پہلو، ان کی ذاتی خوبیوں اور اچھائیوں کو تلاش کرنے کی عادت ڈالیں۔ پھر آپ دیکھئے کہ وہ لوگ خود بخود اپنی کمزوریوں اور عیوب کا اعتراف کرلیں گے۔

اگرچہ یہ مثال ہم بچپن سے سنتے آئے ہیں لیکن ہوسکتا ہے کہ ہمارے کئی ساتھیوں نے نہ سنی ہو اس لیے اسے بیان کرنا ہی بہتر ہوگا۔ ایک تجارتی مشیر کا کہنا تھا کہ شروع میں جب اس نے یہ پیشہ اختیار کیا تو اسے اس میں بہت کامیابی ہوئی۔ وہ کسی بھی جگہ پہنچ کر ذرا سی دیر میں لوگوں کی خامیوں کو تلاش کرلیتا اور ان کو بتادیتا کہ ان کے کام میں کیا کیا خامیاں اور کیا کیا عیب ہیں لیکن اس کا کہنا ہے کہ اسے یہ دیکھ کر تعجب ہوا کہ لوگ اس بات کو ناپسند کرتے تھے اور ناگواری کا اظہار کرتے تھے حالانکہ اس کا ارادہ کوئی ان کی دل آزاری کرنا ہرگز نہیں ہوتا تھا بلکہ وہ چاہتا تھا کہ اس خامی کو دور کرنے سے وہ کمپنی یا وہ شخص زیادہ کامیاب ہوسکتا ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ اپنے معاشرتی حلقے میں بھی لوگ اس کی صحبت کو ناپسند کرنے لگے اور بعض تو مشتعل بھی ہوجاتے تھے تب اس نے اپنے ایک اور دوست سے مشورہ کیا جو ہردلعزیز سمجھا جاتا تھا۔ اس نے اسے بتایا کہ جب کبھی میں کسی تجارتی حلقہ میں جاتا ہوں تو سب سے پہلے یہ دیکھتا ہوں کہ سیلزمینوں کے کام میں کون کون سی خوبیاں ہیں اور پھر میں انہیں ان خوبیوں پر مبارکباد دیتا ہوں اور ان سے درخواست کرتا ہوں کہ وہ میرے ساتھ تعاون کرکے مزید ایسی خوبیاں اور کامیابی کی راہیں تلاش کرسکتے ہیں۔

سچی بات یہ ہے کہ یہ سمجھنا مشکل نہیں کیونکہ یہ طریقہ زیادہ موثر ثابت ہوتا ہے اگر آپ کسی شخص کو یہ اطمینان دلائیں کہ اس کی ذات میں بہت سی خوبیاں ہیں آپ ایک دو کی نشاندہی بھی کریں اور پھر آپ دیکھیں گے کہ وہ خود اس بات کا اعتراف کرے گا کہ وہ سمجھتا ہے کہ اس میں ابھی فلاں خامیاں بھی ہیں۔ نہ صرف اپنی ذات میں بلکہ اپنے شعبے سے متعلق بھی وہ چند کمزوریوں کی خود نشاندہی کردے گا لیکن کیا کیا جائے اس حضرت انسان کا کہ وہ عام طور پر تنقیدی رویہ اختیار کرتا ہے۔ کم لوگ ہیں جو تنقید برائے تعمیر کا راستہ منتخب کرتے ہیں ایک ماہر نفسیات اپنی کتاب میں اسی پہلو پر روشنی ڈالتے ہوئے لکھتا ہے کہ ایک شخص اس کے پاس آیا اور اپنی بیوی کی شکایت کرنے لگا۔ شکایت کیا بلکہ شکایتوں کے ڈھیر کہیں۔ چند منٹ میں اس نے یہ ثابت کردیا کہ اس کی بیوی دنیا کی نالائق ترین عورت ہے اور اب وہ اس نتیجے پر پہنچا تھا کہ وہ اسے طلاق دے دیگا۔ اس کے خیال میں اب اس کے علاوہ کوئی اور صورت باقی نہیں بچی تھی۔

ماہر نفسیات نے اس کی باتیں غور سے سنیں اور پھر کہا کہ دیکھو تمہاری بیوی میں اتنی ساری برائیاں ہیں لیکن کچھ اچھائیاں بھی تو ہوں گی کیونکہ دنیا میں کوئی شخص ایسا نہیں جس میں برائیاں ہی برائیاں ہوں۔ ماہر نفسیات نے اسے کاغذ اور قلم دیا اور کہا کہ اس پر اپنی بیوی کی چند اچھائیاں بھی لکھو اور پندرہ منٹ تک ماہر نفسیات کمرے سے باہر چلا گیا۔ جب وہ واپس آیا تو اس شخص نے چار خوبیاں لکھی تھیں جو اس کی بیوی میں موجود تھیں۔

اب ماہر نفسیات نے اسے بتایا کہ اس پر یہ واضح ہوگیا ہے کہ تم دونوں میاں بیوی بھی اسی غلطی کا شکار ہو جس میں عام ازدواجی جوڑے نظر آتے ہیں۔ تم دونوں ایک دوسرے کو غیر ضروری طور پر نیچا دکھانے کی کوشش میں لگے رہتے ہو۔ ایک دوسرے پر تنقید کرنے کے عادی ہو اور صرف ایک دوسرے کی خامیوں اور کمزوریوں پر نظر رکھتے ہو۔ تم ایک دوسرے پر تنقید کا کوئی موقع ضائع نہیں جانے دیتے لیکن تم چاہو تو اپنی یہ بری عادت تبدیل کرسکتے ہو۔ صرف ان چار خوبیوں کو لے لو جو اس وقت تم کو اپنی بیوی میں نظر آرہی ہیں اور ان کے علاوہ بھی اپنی بیوی میں خوبیاں تلاش کرو جو ہوسکتا ہے کہ دل میں تم انہیں تسلیم کرتے ہو لیکن زبان پر نہیں لانا چاہتے۔ شاید اس سے تمہاری انا کو تسکین ملتی ہے۔ ماہر نفسیات نے اس سے کہا کہ دیکھو ایک دوسرے کو نیچا دکھانے کی بجائے ایک دوسرے کو بلند کرو اور اسے سمجھاؤ کہ وہ بھی یہی رویہ اختیار کرے۔ صرف چند ہفتے اس پر عمل کرکے دیکھو اور پھر مجھے نتیجے سے آگاہ کرو۔ ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ پھر اس شخص کے دل میں کبھی بیوی کو طلاق دینے کا خیال پیدا نہیں ہوا۔ اگر آپ کسی کے عمل کو پسند کرتے ہیں تو اس سے کہیں کہ آپ کا یہ کام مجھے بہت پسند ہے۔ اگر آپ کسی کے عمل کو پسند کرتے ہیں تو اس سے کہیں کہ آپ کا یہ کام مجھے بہت پسند ہے۔ اگر آپ کسی کے عاجزانہ رویے سے متاثر ہیں تو اس سے کہیں کہ اس کا یہ رویہ انتہائی متاثر کن ہے اور آپ اس کی قدر کرتے ہیں۔ یہ ایک طرح کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے جو اچھائیوں پر نہ صرف دوسروں کو قائم رہنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے بلکہ انہیں مزید اچھے رویوں اور اچھی عادات اختیار کرنے کی تحریک دیتی ہے۔ دیکھا یہی گیا ہے کہ زیادہ تر لوگ اس بات کے شاکی رہتے ہیں کہ ان کے دفتر میں فیکٹری میں یا جہاں بھی وہ کام کرتے ہیں ان کے افسران اور ان کے ساتھیوں میں کیا برائیاں ہیں کم لوگ ایسے ہیں جو اچھائیوں کو تلاش کرتے ہیں۔

اس بات سے یہ نہ سمجھ لیا جائے کہ ہر شخص اور ہر جگہ میں صرف اچھائیاں اور خوبیاں ہی ہوتی ہیں اور برائیاں یا عیوب یکسر نہیں ہوتے اور نہ ہمارا یہ مقصد ہے کہ لوگوں اور ماحول میں موجود خامیوں کو یکسر نظر انداز کردیا جائے اور انہیں دور کرنے کی کوشش ہی نہ کی جائے۔

کہنے کا مقصد صرف اتنا ہے کہ انسان خواہ کیسے بھی ہوں اور کہیں بھی ہوں سب یکساں ہیں۔ اگر آپ ان سے لڑتے ہیں ان کی مخالفت کرتے ہیں اگر آپ ہمیشہ اس تلاش میں رہتے ہیں کہ لوگوں میں کون کون سی خامیاں اور کیا کیا کمزوریاں ہیں تو آپ ہمیشہ دشواریوں کا شکار رہیں گے اور لوگ آپ کو ناپسند کریں گے۔ لیکن اگر آپ خود میں یہ عادت ڈالیں گے کہ لوگوں، جگہوں اور خیالات میں خوبیاں اور اچھائیاں کیا کیا ہیں؟ تو آپ لوگوں کو اپنا دوست بنائیں گے لوگ آپ کو پسند کرینگے اور یہ بھی کہ وہ خود اپنی کمزوریوں کا نہ صرف اعتراف کرینگے بلکہ انہیں دور کرنے کی کوشش بھی کرینگے۔

مسافران آخرت

عبقری کے مخلص ساتھی محمد آصف کا نوزائیدہ بیٹا رضائے الٰہی سے دنیا سے رخصت ہوگیا ہے۔ اللہ پاک سے دعا ہے اللہ پاک ان کو بہترین نعم البدل عطا فرمائے۔ آمین۔

غموں کو خوشیوں میں بدلنے والا عمل

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص کو کوئی غم وحزن یا کسی قسم کی تکلیف پہنچے اور وہ یہ دعا پڑھے تو اس کے غموں کے بادل چھٹ جائیں گے اور مصائب و مشکلات کی جگہ خوشی و مسرت کی لہر دوڑ جائے گی

(فاطمہ نثار)

غموں کو خوشیوں میں بدلنے والی دعائے نبوی ﷺ

اَللّٰھُمَّ اِنِّیۡ عَبۡدُکَ وَابۡنُ عَبۡدِکَ وَابۡنُ اَمَتِکَ نَاصِیَتِیۡ بِیَدِکَ مَاضٍ فِیَّ حُکۡمُکَ عَدۡلٌ فِیَّ قَضَاءُکَ اَسۡاَلُکَ بِکُلِّ اسۡمٍ ھُوَلَکَ سَمَّیۡتَ بِہٖ نَفۡسَکَ اَوۡ اَنۡزَلۡتَہٗ فِیۡ کِتَابِکَ اَوۡ عَلَّمۡتَہٗ اَحَدًا مِّنۡ خَلۡقِکَ اَوِاسۡتَأۡثَرۡتَ بِہٖ فِیۡ عِلۡمِ الۡغَیۡبِ عِنۡدَکَ اَنۡ تَجۡعَلَ الۡقُرۡاٰنَ الۡعَظِیۡمَ رَبِیۡعَ قَلۡبِیۡ وَ نُوۡرَ صَدۡرِیۡ وَجَلَاءُ حُزۡنِیۡ وَذَھَابَ ھَمِّیۡ۔ (مناجات مقبول)

فائدہ: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص کو کوئی غم وحزن یا کسی قسم کی تکلیف پہنچے اور وہ یہ (اوپر لکھی) دعا پڑھے تو اس کے غموں کے بادل چھٹ جائیں گے اور مصائب و مشکلات کی جگہ خوشی و مسرت کی لہر دوڑ جائے گی۔ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے یہ سن کر عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ ہم وہ دعا سیکھ لیں آپ ﷺ نے فرمایا کہ ہاں اسے ضرور یاد کرلو۔

آپریشن ولادت یا ہر مشکل کے وقت کی دعا

اول و آخر ایک ایک مرتبہ درود شریف

اَللّٰھُمَّ الۡطُفۡ بِیۡ فِیۡ تَیۡسِیۡرِ کُلِّ عَسِیۡرٍ فَاِنَّ تَیۡسِیۡرَ کُلِّ عَسِیۡرٍ عَلَیۡکَ یَسِیۡرٌ تین مرتبہ

یَالَطِیۡفُ۔ یَالَطِیۡفُ۔ اُلۡطُفۡ بِیۡ بِلُطۡفِکَ الۡخَفِیِّ یَالَطِیۡفُ کَفِیۡتَنِیۡ ھٰذِہِ الۡمُصِیۡبَۃَ (تین مرتبہ)

حلال رزق وروزگار کیلئے

روزانہ مغرب کی نماز کے بعد ایک مرتبہ سورۃ الواقعہ۔ اگر مالی حالات بہت زیادہ خراب ہیں تو پھر تین مرتبہ ضرور پڑھیں۔

☆ عشاء کی نماز کے بعد یَاوَھَّابُ جَلَّ جَلَالُہٗ 1100 مرتبہ پڑھیں 41 راتیں۔

☆ عصر کی نماز کے بعد حَسۡبُنَا اللّٰہُ وَنِعۡمَ الۡوَکِیۡل 500 مرتبہ پڑھیں۔ 41 دن۔

تسمیہ کی عجیب فضیلت

(محمد بابر علی سکھیرا، ملتان)

آپ ﷺ نے فرمایا کہ ہر اچھا کام جس کی ابتداء اللہ کے نام کے ساتھ نہ ہو وہ کام دم بریدہ بے برکت ہوتا ہے۔ اس حدیث شریف کا مقصد یہ ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اے لوگو! جو بھی اچھا کام ہو خواہ اس کا تعلق دنیا کے ساتھ ہو یا دین کے ساتھ اس کی ابتدا میں بسم اللہ پڑھا کرو‘ جیسے مسجد میں داخل ہوتے وقت بسم اللہ پڑھیں‘ اگر آپ تاجر ہیں تو تجارت کی ابتداء کے وقت بسم اللہ پڑھیں‘ اگر آپ دکاندار ہیں تو دکان کھولتے وقت‘ اگر آپ طالبعلم ہیں تو کتاب کھولتے وقت‘ اگر آپ ڈرائیور ہیں تو گاڑی چلاتے وقت‘ اگر آپ استاد ہیں تو سبق پڑھاتے وقت بسم اللہ پڑھیں۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا جب بندہ وضو کرتا ہے اگر ابتداء میں بسم اللہ والحمدللہ پڑھتا ہے تو جب تک وضو کیساتھ رہے گا فرشتے اس کے نامہ اعمال میں نیکیاں لکھتے رہیں گے۔

ہزاروں نیکیاں: بسم اللہ کا پڑھنا کار ثواب‘ بسم اللہ کا لکھنا ذریعہ نجات اور بسم اللہ کا وظیفہ باعث برکات ہے‘ اس کی تلاوت کے اجروثواب کا ذکر کرتے ہوئے مشہور صحابی رسول حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کی تلاوت کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ بسم اللہ کے ہر حرف کے بدلے میں اس کے نامہ اعمال میں چار ہزار نیکیاں درج فرمادیتا ہے اور اس کے چار ہزار گناہ معاف فرمادیتا ہے اور اس کے چار ہزار درجات بلند فرمادیتا ہے۔

کھانے میں برکت: ایک صحابی نے عرض کیا ’’یارسول اللہ! ہم کھانا کھاتے ہیں لیکن سیر نہیں ہوتے یعنی پیٹ نہیں بھرتا‘ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا شاید تم جدا جدا کھاتے ہو‘ صحابی رضی اللہ عنہ نے عرض کیا جی ہاں! فرمایا بسم اللہ کہہ کر اکٹھے مل کر کھایا کرو واللہ تمہارے کھانے میں برکت دیگا۔ (ابوداؤد)

بسم اللہ گھر میں داخل ہوتے وقت: ایک حدیث میں ہے کہ جب کوئی گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھاتے وقت بسم اللہ پڑھتا ہے تو شیطان اپنے ساتھیوں سے کہتا ہے کہ یہاں تمہارے لیے نہ کھانا ہے نہ رات گزارنے کیلئے جگہ‘ اور اگر آدمی گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھاتے وقت بسم اللہ نہیں پڑھتا تو شیطان اپنے ساتھیوں سے کہتا ہے تمہارے لیے کھانے اور رات گزارنے کا انتظام ہوگیا۔ (مسلم، ابن ماجہ)

لمبی عمر کی اللہ کے ہاں حیثیت

امجد حسین، لاہور

جب اسے خدا کے دین پر 50 سال گزرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ اس کے حساب میں تخفیف فرمادیتے ہیں

رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں کہ بچہ جب تک بلوغت کو نہ پہنچے اس کی نیکیاں اس کے ماں باپ کے نامہ اعمال میں لکھی جاتی ہیں اور برائی نہ اس پر نہ اس کے والدین پر۔ بلوغت پر پہنچتے ہی قلم اس پر چلنے لگتا ہے اس کے ساتھ فرشتوں کو اس کی حفاظت کرنے اور درست رکھنے کا حکم مل جاتا ہے۔

☆ جب بندہ اسلام پر 40 سال کی عمر کو پہنچتا ہے تو خدا تعالیٰ اسے تین بلاؤں سے نجات دے دیتا ہے جنون سے‘ جذام سے اور برص سے......

☆ جب اسے خدا کے دین پر 50 سال گزرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ اس کے حساب میں تخفیف فرمادیتے ہیں۔

☆ جب وہ 60 سال کا ہوجاتا ہے تو اللہ تعالیٰ اپنی رضامندی کے کاموں کی طرف اس کی طبیعت کا پورا میلان فرمادیتے ہیں اور اسے اپنی طرف راغب کردیتے ہیں۔

☆ جب وہ ستر سال کا ہوجاتا ہے تو آسمانی فرشتے اس سے محبت کرنے لگتے ہیں۔

☆ جب وہ 80 سال کا ہوجاتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کی نیکیاں تو لکھتا ہے لیکن برائیوں سے تجاوز فرمالیتا ہے۔

☆ جب وہ 90 سال کی عمر کو پہنچتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے اگلے پچھلے گناہ بخش دیتا ہے اس کے گھر والوں کیلئے اسے سفارشی اور شفیع بنادیتا ہے وہ خدا کے ہاں ’’امین اللہ‘‘ کا خطاب پاتا ہے اور زمین میں خدا کے قیدیوں کی طرح رہتا ہے۔

☆ جب بہت بڑی ناکارہ عمر کو پہنچ جاتا ہے جب کہ علم کے بعد بے علم ہوجاتا ہے تو جو کچھ بھی وہ اپنی صحت اور ہوش کے زمانے میں نیکیاں کیا کرتا تھا سب اس کے نامہ اعمال میں برابر لکھی جاتی ہیں اور اگر کوئی برائی ہوگئی ہو تو وہ نہیں لکھی جاتی۔ (تفسیر ابن کثیر)

صدقے والے عمل سے گھر میں سکون

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے ہمیں صدقے والا عمل بتایا میں نے وہ عمل شروع کرلیا‘ میری سوچوں میں بھی نہیں تھا کہ اللہ میری ہر حاجت پوری فرمائیں گے۔ میرے گھر میں ماشاء اللہ کافی سکون ہوگیا ہے ہم دل سے آپ کیلئے دعا گو ہیں۔ اللہ آپ کو جزائے خیر دے۔ (مسز ابرار)

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

کیا کوئی جادو ہے؟ | بے خوابی | کاروبار میں دل نہیں لگتا | والدین کا اعتماد | ابو کے حالات

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

بے خوابی

سوال: میں بے خوابی کی شکایت میں مبتلا ہوں۔ رات کو دیر تک نیند نہیں آتی۔ صبح کے دو تین گھنٹہ کی نیند آتی ہے۔ میری عمر 38 سال ہے۔ اس کے علاوہ کوئی اور تکلیف نہیں ہے۔ نیند کی کمی کی وجہ سے میری صحت اور دفتری کام متاثر ہو رہے ہیں۔ براہ مہربانی کوئی حل بتا دیں۔

جواب: آپ روزانہ سر میں سونے سے پہلے روغن کدو کی مالش کیا کریں۔ اس کے علاوہ رات سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے سورۂ بقرہ کی ابتدائی آیات الٓـمّٓ سے لے کر یومنون بالغیب تک پڑھیں۔ چند ایک بار پڑھنے سے ہی نیند آ جائیگی۔

کیا کوئی جادو بندش ہے؟

میری بہن کی ابھی تک شادی نہیں ہوئی ہے۔ رشتے آتے ہیں اور واپس چلے جاتے ہیں کیا کوئی جادو بندش یا کوئی رکاوٹ ہے؟ **(خالد محمود، راولپنڈی)**

جواب: بدعملیات کے اثرات ہیں، اسی وجہ سے شادی میں رکاوٹیں و بندش ہے۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ یَاوَارِثُ یَابَاسِطُ یَاعَزِیْزُ یَالَطِیْفُ 1100 مرتبہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں، اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 41 دن تک جاری رکھیں۔

[redacted]

شوہر کا بہت اچھا کاروبار چلتا تھا۔ اب آئے دن نقصان ہو جاتا ہے۔ کاروبار میں ان کا دل بھی نہیں لگ رہا ہے۔ **(ریحانہ کوثر، ٹیکسلا)**

جواب: بدعملیات کرا کے کاروبار آمدنی میں رکاوٹیں کرا دی گئی ہیں، جلن وحسد ہے۔ اسی وجہ سے نقصانات ہو رہے ہیں اور گھریلو اختلافات بڑھ رہے ہیں۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ یَااَللّٰہُ یَارَزَّاقُ یَاجَامِعُ 114 مرتبہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں۔ اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 41 دن تک جاری رکھیں۔

میری بیٹی شوہر سے جھگڑا کرتی ہے

میری ایک ہی بیٹی ہے جو اپنے گھر میں ایڈجسٹ نہیں ہو پائی، شوہر سے جھگڑا کرتی ہے۔ اس کیلئے وظائف بھی پڑھے، صدقہ بھی کیا لیکن مشکلات کا کوئی حل نہیں نکلا؟ **(نسرین، کراچی)**

جواب: بدعملیات کے اثرات ہیں جو شادی سے پہلے کے معلوم ہو رہے ہیں۔ اسی وجہ سے آپس میں میاں بیوی میں اختلافات و لڑائی جھگڑے رہتے ہیں۔ حالات میں بہتری کیلئے وظیفہ حاضر خدمت ہے۔ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْم 232 دفعہ روزانہ بعد نماز عشاء پڑھیں۔ اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور 28 دن تک جاری رکھیں۔ پانی پر دم کر کے پلائیں۔

والدین کا اعتماد

میں نے میٹرک کا امتحان فرسٹ ڈویژن میں پاس کیا تھا اور مجھے سکالرشپ بھی ملا تھا اب میں نے ایف ایس سی سیکنڈ ایئر کے امتحان دیئے ہوئے ہیں۔ مجھے ڈاکٹر بننے کا بہت شوق ہے لیکن مجھ سے ایک غلطی ہوگئی جس کی وجہ سے میری والدہ مجھے آگے نہیں پڑھا رہی ہیں۔ اصل وجہ یہ ہے کہ میری ایک دوست نے میری دوستی ایک لڑکے سے کروادی جس سے میں نے آج تک صرف فون پر بات کی ہے لیکن دیکھا نہیں ہوا اور نہ کبھی ملی ہوں اس بات کا میری والدہ کو علم ہو گیا ہے جس کی وجہ سے انہوں نے میرا کالج جانا بند کر دیا ہے لیکن میں مزید پڑھنا چاہتی ہوں کوئی حل بتائیں۔ **(انیسہ کامران، راولپنڈی)**

جواب: والدین کے اعتماد کو دھوکا دینا غلط بات ہے۔ اپنی والدہ سے اس بات کی معافی مانگئے۔ یَاسَلَامُ یَافَتَّاحُ بکثرت پڑھا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔

ابو کے حالات

میرے والد صاحب دو سال کی عمر میں ہی یتیم ہو گئے تھے پھر میری دادی امی نے دوسری شادی کر لی۔ میرے ابو سے بڑے میرے تایا بھی ہیں۔ میرے دوسرے دادا ابو نے میرے ابو اور تایا کو روٹی اور جگہ تو دے دی مگر پیار، شفقت اور رہنمائی سے محروم رکھا جس کی وجہ سے ابو آوارہ گردی کرنا شروع ہو گئے نہ پڑھ سکے اور نہ کوئی کام سیکھا، بس گاڑی چلانی سیکھ لی۔ پہلے تو جیسے تیسے گزارہ ہوتا رہا لیکن اب ان کے بچے جوان ہو گئے ہیں تو ہاتھ بہت تنگ ہے۔ کوئی حل بتائیں۔ **(طیبہ خان، بنوں)**

مشورہ: آپ ہر نماز کے بعد 13 مرتبہ سورۂ قریش پڑھ کر دعا کر لیں۔ اول آخر 3،3 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ نرمی اور خوش گفتاری، مسائل کو حل کرنے میں ہمیشہ مدد کرتی ہے۔

ہمارے گھر خون گرتا ہے

میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے گھر میں تقریباً ڈیڑھ سال سے خون کے قطرے پڑتے ہیں جب ہم صفائی کرتی ہیں تو وہ قطرے ہمیں نظر آتے ہیں۔ ہمیں ایک اللہ والے نے بتایا کہ آپ کے گھر پر بہت سخت کالا جادو ہوا ہے جس وقت سے ہمارے گھر میں قطرے گر رہے ہیں ہمارے گھر کے حالات بہت زیادہ خراب ہو گئے ہیں میرے بھائی اور ابو جو کام پہلے کرتے تھے وہ سب چھوٹ گئے ہیں اور جو نیا کاروبار کرتے ہیں اس میں بھی نقصان ہو رہا ہے ہمیں سمجھ نہیں آتی کہ ہم کیا کریں کیونکہ ہمارے سر پر قرضہ بھی بہت ہے ایک بھائی ملک سے باہر گیا ہے لیکن وہ وہاں پر بھی ناکام ہیں۔ تھوڑے دن پہلے ابو کا ایکسیڈنٹ ہو گیا تھا اللہ نے بہت کرم کیا بس اب کچھ سمجھ نہیں آرہی رہنمائی فرمائیں کہ اب کیا کیا جائے۔ **(عتیقہ بٹ، ملتان)**

مشورہ: گھر میں نماز کا باقاعدہ اہتمام کیا کریں۔ سورۂ بقرہ کی بکثرت تلاوت کیا کریں۔ اللہ فضل و کرم فرمائے گا۔

[redacted]

میرا مسئلہ کچھ یوں کہ میری شادی کو تقریباً بیس سال ہو گئے ہیں لیکن اولاد کی نعمت سے محروم ہوں۔ ڈاکٹر سے ہم نے چیک اپ کروایا ہے ان کی رپورٹس کے مطابق ہم دونوں بالکل ٹھیک ہیں اس کے باوجود اولاد نہیں آپ سے گزارش

ہے کہ کوئی وظیفہ بتائیں۔**(احمد علی، کوئٹہ)**

مشورہ: یَاکَرِیْمُ یَاسَلَامُ یَاوَارِثُ یَابَاقِیُ 313 مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔اللہ تعالیٰ فضل وکرم فرمائے گا۔

[redacted]

میری عمر 20 سال ہے۔میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت زیادہ گررہے ہیں ان میں خشکی بھی بہت ہے اور تیزی سے سفید ہورہے ہیں۔ بہت علاج کروائے ہیں ہر طرح کا تیل استعمال کیا ہے لیکن بال گرنا بند نہیں ہورہے اب تو آدھے بال رہ گئے ہیں اور وہ بھی تیزی سے سفید ہورہے ہیں پچھلے تین سال سے یہ مسئلہ ہے۔ مجھے کچھ بتائیں کہ میرے بال گرنا بند ہوجائیں۔آپ یَامُصَوِّرُ یَارَحْمٰنُ پڑھیں۔نماز کی پابندی فرمائیں۔

امتحان میں فیل

میں نہم جماعت فیل ہوگیا ہوں اب دوبارہ پیپر دینا چاہتا ہوں اس کیلئے آپ سے رابطہ کیا ہے میری خواہش ہے کہ میں زیادہ سبق یاد کروں اور اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤں اس کیلئے مجھے کوئی حل بتائیں۔**(محمد شبیر، شیخوپورہ)**

مشورہ: ہر نماز کے بعد 13 مرتبہ سورۃ الم نشرح پڑھ کر دعا کیا کریں۔اللہ تعالیٰ آپ کو علمی کامیابی نصیب فرمائے۔

[redacted]

محترم حکیم صاحب! میری شادی کو سات سال ہوچکے ہیں۔ ایک بیٹی اور ایک بیٹا ہے۔ بیٹی چھ سال اور بیٹا چار سال کا ہے۔ میرے شوہر کا رویہ بچوں کے ساتھ نہایت سخت ہے۔ ذرا ذرا سی بات پر انہیں غصہ آجاتا ہے اور معصوم بچے ان کے غصے سے سہم جاتے ہیں۔ میں انہیں سمجھانے کی کوشش کرتی ہوں تو وہ کہتے ہیں کہ تمہارے لاڈ و پیار سے بچے بگڑ جائیں گے۔**(ج۔و۔اسلام آباد)**

مشورہ: رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورۃ بقرہ 2 کی آیت نمبر 115 اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کرکے دم کردیں اور ان کے مزاج میں مثبت تبدیلی اور رویے میں بہتری کیلئے دعا کریں۔ تین ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں۔ ناغے کے دن شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

[redacted]

میں بی اے میں پڑھتا ہوں کچھ عرصے سے میرا رجحان پڑھائی کی طرف سے ہٹ گیا ہے۔ پڑھنے بیٹھتا ہوں تو تھوڑی دیر بعد پڑھائی سے دل اچاٹ ہوجاتا ہے۔ مطالعے کے دوران بھی میرا ذہن دوسرے کاموں کی طرف مشغول رہتا ہے۔ یادداشت بھی بہت کمزور ہوگئی ہے۔ میں پڑھائی میں اس بے دلی و بیزاری سے بہت پریشان ہوں۔ **(ارسلان حیدر، لاہور)**

مشورہ: آپ صبح وشام اکیس اکیس مرتبہ اَللّٰھُمَّ افْتَحْ عَلَیْنَا حِکْمَتَکَ وَانْشُرْ عَلَیْنَا رَحْمَتَکَ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامُ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک چمچ شہد پر دم کرکے پئیں اور اپنے اوپر بھی دم کرلیں۔ پڑھائی میں یکسوئی اور دل لگانے کیلئے ہر فرض نماز کے بعد اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں خشوع وخضوع سے دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

شادی......بندش یا جادو

میری دو بیٹیاں ہیں۔ایک بیٹی کی شادی تیس سال کی عمر میں ہوئی جبکہ دوسری بیٹی کی عمر اس وقت 35 سال ہوچکی ہے۔ اس کے رشتے پچیس سال کے بعد آنا شروع ہوئے لیکن کہیں بھی بات طے نہیں ہوسکی۔ میری بیٹی نے گریجوایٹ کیا ہوا ہے گھر کے دوسروں کاموں کے علاوہ سلائی کڑھائی وغیرہ بھی کرلیتی ہے کوئی کہتا ہے کہ بندش ہے اور کوئی جادو بتاتا ہے۔**(جمیلہ، خانیوال)**

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 10 مرتبہ سورۃ احزاب 33 کی آیات نمبر 71-70 گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے مقصد کے حصول کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ہر جمعرات کے دن حسب استطاعت صدقہ خیرات کردیں۔ بیٹی سے کہیں کہ وہ وضو بے وضو کثرت سے یَاوَھَّابُ کا ورد کرتی رہا کرے۔

[redacted]

میں گزشتہ دو سال سے شدید احساس کمتری میں مبتلا ہوں۔ ہمیشہ اپنی کمزوریوں کے متعلق خیالات آتے رہتے ہیں۔ میری جاب پبلک ڈیلنگ کی ہے جس کی وجہ سے میرا لوگوں کے ساتھ ملنا، اٹھنا بیٹھنا اور قریبی رابطہ زیادہ رہتا ہے۔ ایسے میں اپنے متعلق اس طرح کے خیالات نے میری شخصیت پر بہت منفی اثرات ڈالے ہیں۔ سیدھے سادے کاموں کے متعلق بھی میں کنفیوژ ہوجاتا ہوں۔ کام کرنے سے پہلے یہ خیال غالب رہتا ہے کہ یہ مجھ سے نہیں ہوسکے گا۔

جواب: ہر نماز کے بعد 101 مرتبہ اسم الٰہی ’’یَااَللّٰہُ‘‘ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ احساس کمتری سے نجات کیلئے ہر وقت باوضو رہنا بھی ایک مفید عمل ہے۔ آپ زیادہ وقت باوضو رہیں۔ تاہم وضو قائم رکھنے کیلئے طبیعت پر جبر نہ کریں۔ اگر وضو ٹوٹ جائے تو دوبارہ کرلیں۔

[redacted]

میں اپنے والدین کا اکلوتا بیٹا ہوں میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں ایک کمپنی میں چھ سال سے ڈیلی ویجز پر کام کررہا ہوں۔ میرے بعد آنے والے ریگولر ہوگئے ہیں لیکن میں ابھی تک ڈیلی ویجز پر ہی ہوں۔ برائے کرم درس میں میرے لیے دعا کروا دیں کہ اس ادارہ میں میری ملازمت مستقل ہوجائے تاکہ الاؤنس اور سالانہ بونس کے علاوہ میڈیکل کی سہولت بھی مجھے مل سکے۔ معاشی پریشانی کی وجہ سے کئی طرح کے مسائل کا سامنا ہے۔ مجھے کوئی وظیفہ بھی عنایت کریں۔

مشورہ: معاشی خوش حالی گھر میں خیر وبرکت اور آپس میں محبت وحسن سلوک کیلئے بطور وظیفہ رات سوتے وقت گیارہ مرتبہ یَارَزَّاقُ گیارہ مرتبہ یَارَحِیْمُ گیارہ مرتبہ یَارَحْمٰنُ اور گیارہ مرتبہ سورۃ عمران کی آیت نمبر 37 اِنَّ اللّٰہَ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ بِغَیْرِ حِسَابٍ o‘‘ پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں میں پھونک ماردیا کریں۔عمل کی مدت نوے روز ہے۔ ہر وقت کثرت سے اسمائے الٰہیہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کیا کریں۔ ہر جمعرات کو کم از کم 50 روپے خیرات کردیا کریں۔ گھر میں بزرگوں کو سلام کریں اور ان کی خدمت کریں۔ بزرگوں کی دعائیں رزق میں برکت واضافہ اور گھریلو خوش حالی کا سبب ہیں۔ درس میں ان شاء اللہ آپ کیلئے دعا کردی جائے گی۔

جنت میں پہنچانے والا عمل

طبرانی شریف کی روایت ہے کہ ایک صحابی رضی اللہ عنہ نے اللہ کے محبوب ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوکر عرض کیا اے اللہ کے نبی ﷺ مجھے کوئی ایسا عمل بتادیجئے جس کے کرنے سے مجھے جنت مل جائے نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا: غصہ نہ کیا کر، اللہ رب العزت اس عمل کی وجہ سے تجھے جنت عطا فرمادیں گے۔ حدیث میں آتا ہے جو جنت میں اونچے محل اور اونچے درجات چاہتا ہے اس کو چاہیے کہ جو توڑے اس سے وہ جوڑے، جو محروم کرے اسے وہ عطا کرے جو ظلم کرے اس کو معاف کردے۔ یعنی ان تین کاموں کے کرنے والے بندوں کو اونچے محل اور اونچے درجات نصیب ہونگے۔ **(ضیاء حسین، جھنگ صدر)**

درد پیٹ: پیٹ میں ہوا یعنی ریح رک جانے سے درد پیدا ہو جائے تو دو ماشہ ہینگ لیکر 10 چھٹانک پانی میں اتنا پکائیں کہ ایک چھٹانک باقی رہ جائے اور نیم گرم مریض کو پلائیں۔

ذکیہ اقتدار، بہاولنگر

ٹھنڈ، الرجی، نزلہ، کھانسی، سردرد سے یقینی نجات

خالص دودھ تین کلو تمام اشیاء دھو کر کاٹ کر دودھ میں ڈال کر پتیلے میں چولہے پر پکنے کیلئے رکھ دیں۔ انتہائی دھیمی آنچ پر پکنے دیں۔ دو کلو دودھ رہ جائے گا' دودھ کا رنگ چائے جیسا ہوگا۔ دودھ ٹھنڈا کریں پھر چھان لیں۔ تمام اشیاء نکال دیں

سردی کی آمد کے ساتھ ہی تین خوفناک مرض ہر گھر میں داخل ہوتے ہیں ان امراض سے نجات اللہ نے اپنے میوہ جات میں رکھ دی ہے جو افراد اس نسخے کو استعمال کریں گے' وہ کبھی ان بیماریوں کا شکار نہیں ہوں گے۔ بچے جوان اور معمر افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ قارئین سے گزارش ہے عبقری کے نسخہ جات کو بہت مستقل مزاجی' دھیان سے یقین و اعتماد کے ساتھ استعمال کریں اب تک راقمہ نے جو عبقری کے نسخہ جات پہ عمل کیا پھر ان پر ریسرچ کی تو لاعلاج امراض کا نسخہ ملا۔ انشاء اللہ عبقری کو وہ تحفے جلد لوٹا دوں گی۔

یہ نسخہ جنوری میں ہفتے میں ایک بار' فروری میں تین مرتبہ اس ترتیب سے استعمال کریں۔ ان خوفناک مرض سے یوں نجات پائیں گے جیسے کوا پتھر دیکھ کر بھاگتا ہے۔

چھوہارے ایک پاؤ' بادام شیریں آدھا پاؤ' کھجور ایک پاؤ' خشک خوبانی ایک پاؤ' پستہ ایک چھٹانک' سونف ایک چھٹانک' اخروٹ مغز آدھا پاؤ' خشخاش ایک چھٹانک' ناریل آدھا پاؤ' مصری حسب ضرورت......چینی نہ ڈالیں۔

خالص دودھ تین کلو تمام اشیاء دھو کر کاٹ کر دودھ میں ڈال کر پتیلے میں چولہے پر پکنے کیلئے رکھ دیں۔ انتہائی دھیمی آنچ پر پکنے دیں۔ دو کلو دودھ رہ جائے گا' دودھ کا رنگ چائے جیسا ہوگا۔ دودھ ٹھنڈا کریں پھر چھان لیں۔ تمام اشیاء نکال دیں۔ جتنے افراد ہیں ان کو مصری ڈال کر دیجئے۔ کھانا وغیرہ عصر کے وقت کھالیں۔ ہر فرد کو ایک کپ دودھ دیجئے۔ یہ ہے وہ لاجواب سیرپ' بہترین غذا......اور ڈاکٹر کے پاس جائے بغیر دوا......راقمہ یہ سیرپ بچپن سے استعمال کرتی آئی ہے۔ والدین استعمال کرواتے تھے اب میں اپنے بچوں کو یہی سیرپ پکا کر دیتی ہوں۔ میرا بیٹا اسلام آباد میں زیر تعلیم ہے دو ہفتہ کی تعطیل میں آتا ہے یہ سیرپ اس کو کثرت سے پلاتی ہوں۔ یہ سیرپ اتنا مقوی ہے کہ بیٹا اسلام آباد میں ٹھیک رہتا ہے۔ ایک مرتبہ راقمہ علیل تھی' ایک مرتبہ یہ سیرپ نہ دے سکی اسی سال میرا بیٹا سردیوں میں بہت بیمار' نزلہ کھانسی سے پریشان رہا۔ ڈاکٹر سے علاج کروایا لیکن افاقہ نہیں ہوا۔ عبقری نسخہ جات کو تلاش کر کے قارئین کو تھما دیتا ہے عبقری کا بے حد محنت طلب کام ہے' قارئین قدر کریں۔

سردرد سے ہمیشہ کیلئے نجات پائیں

سر میں کتنا شدید درد ہو' خواہ آدھے سر کا ہو' سردی یا گرمی میں ہو۔ ہلدی ایک تولہ' پھٹکڑی ایک تولہ' دارچینی ایک تولہ' دیسی انڈے کی زردی ایک عدد' کوری مٹی کی کونڈی لے لیں۔ اس میں تمام اشیاء کو ڈال کر خوب رگڑیں' بہت باریک ہو جائے تو سفید ململ کے کپڑے پر پسی ہوئی اشیاء کو انگلی سے پھیلائیں اس ململ کی پٹی کو جس پر دوا پھیلانی ہے جس فرد کو درد ہے اس کی پیشانی پر کان کی لوح تک لگا دیں۔ یہ دوا تین دن اسی وقت یہ استعمال کرنی ہے۔

وہ پٹی اتار کر اسی مقررہ وقت پر لگائے' نئی دوا' نئی پٹی......خیال رکھئے باوضو ہوں' پٹی لگاتے وقت درد شفاء پڑھتی رہیں۔ تین دن یہ عمل کریں زندگی میں دوسری بار درد نہیں ہوگا۔

ہمیشہ کیلئے دمے سے نجات پائیں

دیسی مرغی جس کی عمر 1 سال ہو دو یا تین سال ہو جائے تو بہتر ہے' مرغی ہونا لازمی ہے۔ ذبح کر کے اس کو صاف کر لیں۔ اب آدھا کلو گائے کا گھی میں اس مرغی کو ڈالیں۔ پتیلہ چولہے پر رکھیں' ڈھکن کو آٹا گوندھ کر اس کا منہ بند کر دیں۔ بھاپ باہر نہ نکلے' دھیمی آنچ پر دو گھنٹے پکائیں۔ دو گھنٹے بعد پتیلا آگ سے اتاریں۔ ایک گھنٹہ بعد اس کا ڈھکن کھول لیں۔

مرغی کا گوشت بچوں کو کھلا دیں' گھی کو نکال لیں اب ایک پاؤ بیسن ایک پاؤ گندم کا آٹا' ایک پاؤ چاسکو کا آٹا لے لیں (چاسکو پیس کر آٹا بنا ہوگا) جو گھی مرغی سے نکالا تھا۔ بھونتے وقت یہ خیال رکھیں کہ چکنائی اس قدر کم ہو کہ ہاتھ میں آٹا لیں تو ہتھیلی پر چکنائی محسوس نہ ہو۔ حسب ذائقہ شکر کی چاشنی بنائیں اور اس میں جو تینوں آٹے ہیں ڈال دیں۔ اب ایک چھٹانک چاروں مغز ایک چھٹانک بادام' ایک پاؤ خشخاش شامل کریں۔ تیار شدہ دوا صبح نہار منہ 4 چمچ چائے سے کھالیں۔ ویسے بھی کھا سکتے ہیں۔ ناشتہ 3 گھنٹے بعد کریں۔

یہ نسخہ ایک بار کافی ہے۔ دو سے چار مرتبہ استعمال کر سکتے ہیں۔ دمہ کا بہترین لاجواب علاج ہے بہت لوگوں نے اس کو استعمال کیا ہے اطمینان اور یقین سے استعمال کریں۔

چوٹ لگ جائے یا چھری یا کلہاڑی کا کٹ ہو

ایک 13 سالہ بچہ درخت سے گرا ٹانگ پر زخم آ گیا' انہی کے گھر اس وقت ایک مڈوائف موجود تھیں' بچے کو دیکھا چوٹ بھی لگی اور شدید زخم بھی تھا' مڈوائف نے مشورہ دیا آپ بچہ کو ڈاکٹر کے پاس نہ لے جائیں میں نسخہ دیتی ہوں وہ کریں نسخہ کیا تھا وہ لاجواب علاج تھا۔ بچے کے والد سے کہا کہ آپ ایک تولہ کافور' ایک تولہ سفید پھٹکڑی' دو تولے ہلدی' ان اشیاء کو پیس لیں۔ اب یہ تمام پاؤڈر بن جائیگا۔ اس کو زخم پر چھڑک دیں بلکہ نمک دانی میں ڈالیں اور زخم اور چوٹ کی جگہ پر اتنا چھڑکیں کہ ایک تہہ بن جائے۔ پھر سفید ململ کا کپڑا یا نئی پٹی بنا کے لپیٹ دیں۔ ایک گھنٹے بعد درد بالکل غائب ہو گیا۔ ایک ہفتے بعد زخم کا نشان تک نہ تھا۔ روزانہ وہ پٹی اتاریں اور نئی لگائیں۔ روزانہ ایک گلاس دودھ میں ایک تولہ ہلدی' ایک دیسی انڈا پھینٹ کر پلائیں' ایک چمچ گائے کا گھی ڈالیں۔

انمول خزانے کی برکت

السلام علیکم محترم حکیم صاحب! میری بہت مشکل سے بہت سالوں بعد لیکچرار کی نوکری ہوئی' لیکن شہر سے باہر' میں لاہور میں رہتی ہوں لیکن میری نوکری اوکاڑہ کے ایک دیہات بصیر پور میں ہوگئی۔

وہاں ہوسٹل تو تھا لیکن گھر میں اکیلے بھائی کا کہنا تھا کہ روز آنا جانا ہے اور اکیلئے نہیں والدہ کو ساتھ لیکر جانا ہے۔ میں روز صبح چار بجے والدہ کے ساتھ بس میں بیٹھتی اور شام پانچ بجے یا اس سے بھی زیادہ ٹائم تک واپس آتی۔ شدید سردی' دھند کے دن بھی ایسے گزارے' والدہ کا جوڑوں کا مرض ابھرنے لگا۔ روز صبح بس میں روتی جاتی اور دو انمول خزانے پڑھتی جاتی۔ پھر میں نے 313 دو انمول خزانے بانٹنے کا ارادہ کیا اور منت مانی کہ میری پوسٹنگ لاہور میں ہو جائے تو میں 313 انمول خزانے تقسیم کروں گی۔

3 ماہ میں بہت مشقت کی' دعا کی' دو انمول خزانے کو جاری رکھا تو اللہ تعالیٰ نے مدد فرماتے ہوئے میری تبدیلی لاہور کروادی۔ شکر ہے اس ذات پاک کا اور دو انمول خزانے کی برکات کا......! **(نورین قادر' لاہور)**

خسرہ کیلئے مجرب نسخہ

حکیم سعید احمد' بہاولپور

ھوالشافی: خوب کلاں 10 گرام' منقہ 5 دانے' گاؤزبان 5 گرام' لونگ 4 دانے' الائچی خورد 3 دانے' انجیر آدھا دانہ۔ ان چیزوں کو مکس کر کے دس پڑیاں بنالیں' روزانہ ایک پڑی کو ابال کر پانی کو چھان لیں دو چمچے دن میں 5-6 دفعہ دیں' دو تین دن میں بخار اتر جائیگا' خسرہ کے دانے بھی ختم ہو جائینگے

گردوں کے علاج کا خواب میں ملا عمل

راوی اللہ دتہ مرید کے

میں نے اپنی بیوی سے پوچھا مجھے صحیح بات بتاؤ۔اُس نے جواب دیا:’’ کچھ نہیں‘‘۔میں نے کہا مجھے صحیح بات بتاؤ‘ میرے اصرار پر میری بیوی نے بتایا کہ ڈاکٹر نے کہا ہے اس کے گردے ختم ہوگئے ہیں اس کی خدمت کرو

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

اللہ دتہ نامی بزرگ نے اپنی آپ بیتی عبقری کے دفتر میں انٹرویو دیتے ہوئے سنائی‘ ان کو گردوں کے لاعلاج امراض سے کیسے نجات ملی یہ انہی کی زبانی سنتے ہیں:۔

میرے گردے پہلے خراب ہوگئے تھے ہلکی ہلکی درد ہوتی رہتی تھی بعد میں آہستہ آہستہ زخم ہوگئے گردے میں جب زخم ہوئے تو میں جدے میں ڈرائیور تھا۔اس دوران میں ایک معجون بناتا تھا اس معجون کا فائدہ یہ تھا کہ جب بھی کھاتا تھا میرا پیٹ صاف ہوجاتا تھا۔اس کا نسخہ حسب ذیل ہے:۔

سکمونیاں ایک تولہ۔بادام کی گریاں ایک پاؤ۔گلقند ایک پاؤ۔ سکمونیاں اور بادام کی گریاں پیس کر یک جان کرلیں۔بعد میں بادام کی گریوں کا پاؤڈر بنانا ہے۔اس معجون کا مجھے بہت فائدہ ہوا جب میں کھاتا تھا تو میرے پورے معدے کی صفائی ہوجاتی تھی۔آہستہ آہستہ لوگوں کو سعودیہ میں پتہ چلنا شروع ہوگیا۔میں نے یہ نسخہ گھر میں بنانا شروع کردیا اور اس کے ایک پاؤ کی قیمت 35 ریال رکھ دی۔جس سے میری روزی چل پڑی۔دو تین شیشی لوگ لے جاتے تھے جس سے مجھے اچھی خاصی آمدن ہوجاتی تھی۔جس سے میں کھانا کھاتا‘ مکان کا کرایہ بھی دیتا تھا اور اس کے علاوہ بھی میرے بچ جاتے تھے۔جب میرے گردے زیادہ خراب ہوگئے تو درد بھی زیادہ ہونے لگی۔پھر پیشاب میں پس آنا شروع ہوگئی۔میں بڑا تنگ رہا۔ڈاکٹروں سے مشورہ کیا۔جدہ کے بڑے ڈاکٹر سے مشورہ کیا جو امریکہ سے پڑھ کر آیا تھا۔وہ میرا ہمسایہ تھا جس سے میری اچھی خاصی سلام دعا تھی۔اسکی ایک گورنمنٹ ہسپتال میں ڈیوٹی تھی۔میں گورنمنٹ ہسپتال گیا اس نے ٹیسٹ لیے اور کہا کہ آپ کے گردے ختم ہوگئے ہیں۔آپ کے ایک گردے میں دس زخم ہیں اور دوسرے گردے میں آٹھ زخم ہیں۔آپ اس طرح کریں آپ چپ کر کے گھر واپس پاکستان چلے جائیں۔آپ کا علاج نہیں ہوسکتا۔میں سترہ سال سعودی عرب رہا تھا۔پھر میں پاکستان واپس آگیا۔میرا کاروبار ختم ہوگیا۔ سعودیہ میں میرا پٹرول پمپ تھا جو میں نے ڈرائیوری سے پیسے کما کر ٹھیکے پر لیا تھا جو کہ سعودیہ کے شہر جیزان میں واقع تھا۔

میں نے پاکستان میں آکر لاہور‘ مرید کے اور نارنگ منڈی میں چیک کروایا سب نے مجھے جواب دے دیا۔

نارنگ میں ایک دیندار ہمدرد ڈاکٹر تھا اُس نے میری بیوی کے کان میں ایک بات بتائی وہ رونا شروع ہوگئی۔میں نے اپنی بیوی سے پوچھا مجھے صحیح بات بتاؤ۔اُس نے جواب دیا:’’ کچھ نہیں‘‘۔ میں نے کہا مجھے صحیح بات بتاؤ‘ میرے اصرار پر میری بیوی نے بتایا کہ ڈاکٹر نے کہا ہے اس کے گردے ختم ہوگئے ہیں اس کی خدمت کرو چونکہ وہاں کاروبار چھوڑ کر آیا تھا‘ میں نے کہا غریب آدمی ہوں نقصان ہوگیا ہے پھر میں دوبارہ سعودیہ چلا گیا۔

جب میں دوبارہ سعودیہ میں گیا تو اُس ڈاکٹر کے بھائی نے ڈاکٹر کو بتادیا کہ وہ دوبارہ آگیا ہے۔ ڈاکٹر مجھے ملنے گھر آگیا۔ڈاکٹر نے اصرار کیا کہ تم نے مرنا ہے لہٰذا گھر جا کر مرو‘ اپنی میت کو خراب مت کرو۔16 دن بعد میں واپس آگیا۔ جہاز میں ایئرہوسٹس اعلان کررہی تھی کہ ہم 32 ہزار فٹ کی بلندی پر ہیں۔اے سی بہت زیادہ ٹھنڈک کررہا تھا۔میں نے بٹن دبایا کرسی دراز ہوگئی اور میں سکون سے اپنے اوپر چادر لیکر لیٹ گیا۔میں ابھی لیٹا ہی تھا کہ مجھے نیند آگئی اور میں سوگیا۔مجھے خواب آیا۔خواب میں آواز آئی کہ تمہارا اللہ اور اُس کے نبی ﷺ پر ایمان نہیں؟ اللہ تعالیٰ نے شہد میں علاج رکھا ہے 80 موذی بیماریوں کا اور حدیث ہے کہ کلونجی میں سوائے موت کے ہر مرض کا علاج ہے اور جا کر شہد اور کلونجی (اس طریقے) پر ملا کر استعمال کرو۔ جب میں ایئرپورٹ سے باہر آیا تو لوگوں نے پوچھا کیا لائے ہو؟ میں نے کہا کچھ نہیں۔بس میرا علاج کرو۔ایئرپورٹ پر ہی ایک بندے سے میں نے کہا مجھے شہد لادو‘ ایک کو کہا مجھے کلونجی لادو۔ایک آدمی نے کہا کہ خالص شہد نہیں مل رہا۔میرا ایک دوست سرگودھا میں تھا میں دوسرے دن اُس کے پاس چلا گیا۔اُس نے مجھے پوچھا کیوں آئے؟ میں نے کہا شہد نہیں مل رہا؟ میں بہت پریشان ہوں۔اس نے کہا پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔اس نے اپنے آدمیوں سے کہا شہد ڈھونڈ کرلاؤ۔شام کو اس کے آدمی شہد ڈھونڈ لائے اور میں وہاں سے چھ کلو شہد لے کر واپس آیا۔شہد لا کر گھر میں میں نے وہ نسخہ اسی طرح بنایا جس طرح مجھے خواب میں بتایا گیا تھا۔کلونجی دو کلو لی اسے صاف کر کے اس میں پانی ڈال کر اس کو دھولیا اس میں سے مٹی نکل گئی پھر اس میں پانی صاف بھر دیا۔(باقی صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ۔ **پشاور:** اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189۔ **ایبٹ آباد:** طیبہ بک سنٹر 0344-9381998۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام ، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہرآباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفرگڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی ، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبۂ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤ جی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حا☆☆☆نی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجرخان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **راولپنڈی:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095 **سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ‘ 0300-5665317۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ کے ارادے کمزور ہیں اس لیے اب تک اتنا مالی نقصان ہونے کے باوجود ملنا نہیں چھوڑا۔ اس قسم کے تعلقات ہمیشہ نقصان کا سبب بنتے ہیں آپ ایک مرتبہ مستحکم ارادہ کریں اور اپنے ارادے پر قائم بھی رہیں۔ اہل خانہ کی پسند پر شادی کرلیں اس کے بعد ان خاتون کی طرف سے مکمل طور پر توجہ ہٹ جائے گی۔

بہت دکھ ہوتا ہے

میری بڑی بیٹی یونیورسٹی کی طالبہ ہے۔ چھوٹی کالج میں پڑھتی ہے جب یہ 5 سال کی تھی تو اسے دماغ کے دورے پڑنے لگے تھے لیکن علاج کے بعد ٹھیک ہوگئی اب اس کے مزاج میں حساسیت زیادہ ہے۔ میں اس کا بہت خیال رکھتی ہوں لیکن اس کے باوجود بڑی ناراض ہوتی ہے کہ آپ تو مجھ سے محبت ہی نہیں کرتیں۔ اس پر مجھے بہت دکھ ہوتا ہے۔ **(نسرین جاوید، کراچی)**

مشورہ: عام طور پر مائیں ان بچوں کو زیادہ توجہ دیتی ہیں جو کسی نہ کسی لحاظ سے کمزور ہوں۔ آپ کے ساتھ بھی ایسا ہی ہے۔ بچوں میں انصاف کرنا ضروری ہے ورنہ محرومیاں جنم لیتی ہیں۔ آپ بڑی بیٹی کا بھی خیال رکھیں۔ اس سے دوستی اور ہمدردی سے پیش آئیں۔ اگر چھوٹی بیٹی کو بیماری کی وجہ سے زیادہ توجہ دینا چاہتی ہیں تو دیں لیکن اس طرح کہ دوسرے بچوں کو محسوس نہ ہو۔

نہ ہنسی آتی ہے نہ رونا

مجھے نہ ہنسی آتا ہے نہ رونا، بس غصہ آتا رہتا ہے۔ گھر میں تقریباً سب ہی لاپرواقسم کے ہیں۔ ایک میں ہی ملازمت کرتی ہوں اور وہ بھی رات نو بجے سے صبح نو بجے تک یعنی 12 گھنٹے ہسپتال میں ڈیوٹی دیتی ہوں، زیادہ وقت جاگتے ہی گزرتا ہے۔ میں نرس ہوں جب صبح گھر آتی ہوں تو سکون نہیں ہوتا۔ صحت خراب ہورہی ہے۔ بھائی بہت غیرذمے دار ہیں۔ **(آمنہ کریم، اسلام آباد)**

مشورہ: کم خوش نصیب ہوتے ہیں جن کا کوئی خیال رکھنے والا ہو ورنہ تو ہر انسان کو خود اپنا خیال رکھنا ہوتا ہے۔ آپ کے مزاج پر منفی اثرات ہونے کا سبب رات کی نیند پوری نہ ہونے کے علاوہ گھر کے لوگوں کا رویہ اور غیرذمے داری بھی ہے، اپنے معاملات کو سمجھتے ہوئے بہتری کی کوشش کریں۔ پہلا قدم بھائیوں پر ذمے داری سونپنے کا ہے اس کیلئے انہیں کہیں جاب دلوائیں۔ گھر میں اپنے آرام وسکون کا بندوبست کرتے ہوئے اہل خانہ کو احساس دلائیں کہ آپ کو آرام کرنا ہے اور پھر ذہن سے تمام منفی باتیں نکال کر بے فکری سے سو جائیں۔ ذہن پرسکون ہوگا تو مزاج پر بھی اچھا اثر پڑے گا۔

شکوے شکایات سے گریز

آج کل سکول کی چھٹیاں ہیں۔ بچے سارا دن گھر سر پر اٹھا کر رکھتے ہیں۔ ان شرارتوں سے میرا سکون ختم ہوگیا ہے۔ شام کو ان کے والد سے دن بھر کی روداد کہتی ہوں تو وہ ان کی پٹائی کرتے ہیں۔ بچے تھوڑی دیر رو کر گھر سے باہر نکل جاتے ہیں۔ باہر کھیل کر واپس آتے ہیں تو میری ان سے بات تک نہیں ہوتی وہ تھکے ماندے سونے کیلئے بے چین ہوتے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ میرے بچے میرا کہنا مانیں ان کی شکایتیں نہ کرنی پڑیں۔ **(س......ملتان)**

مشورہ: بچوں کی شرارتوں اور معمولات سے ظاہر ہورہا ہے کہ وہ کم عمر ہیں۔ ان کے پاس چھٹیوں میں کوئی مصروفیت نہیں اس لیے وہ شرارتیں کرتے ہیں۔ آپ اپنے اور ان کے درمیان ایسے تعلقات قائم کریں کہ وہ آپ کی بات سنیں، توجہ دیں۔ فرمانبرداری کے ساتھ رہیں لیکن ایسے رویے کی توقع کرنے سے قبل ان کے والد سے شکایات کرنی ختم کردیں۔ دن بھر کے بعد شام میں ان سے ملاقات ہوتو وہ بچوں کو پیٹنے کے بجائے پیار ومحبت سے پیش آئیں، سب مل کر ساتھ بیٹھیں۔ ساتھ کھانا کھائیں۔ اچھی باتیں کریں تاکہ ان کی اچھی تربیت ہو اور مزاج پرسکون رہے۔ چھٹیوں میں بعض سکول اور ادارے، بچوں کو مصروف رکھنے کیلئے پروگرام ترتیب دیتے ہیں۔ اس سلسلے میں معلومات حاصل کی جاسکتی ہیں۔

[redacted]

میرا چھوٹا سا کاروبار ہے۔ عمر 26 سال ہے، ایک خاتون جو بار بار مجھے خود سے ملنے پر مجبور کرتی ہے میرے لیے مسئلہ بن گئی ہے۔ ان کی عمر 30 سال ہے۔ وہ شادی شدہ بھی ہے اب تک ہزاروں روپے کسی نہ کسی بہانے سے لے چکی ہے۔ میں بار بار ارادہ کرتا ہوں کہ اب رقم نہ دوں گا، اب ان سے نہ ملوں گا مگر خود کو روک نہیں پارہا۔ حالانکہ وہ خود جب چاہتی ہیں مجھ سے ملنا چھوڑ دیتی ہے۔ **(ج......اوکاڑہ)**

مشورہ: آپ کے ارادے کمزور ہیں اس لیے اب تک اتنا مالی نقصان ہونے کے باوجود ملنا نہیں چھوڑا۔ اس قسم کے تعلقات ہمیشہ نقصان کا سبب بنتے ہیں آپ ایک مرتبہ مستحکم ارادہ کریں اور اپنے ارادے پر قائم بھی رہیں۔ اہل خانہ کی پسند پر شادی کرلیں اس کے بعد ان خاتون کی طرف سے مکمل طور پر توجہ ہٹ جائے گی۔

میں متاثر کیوں ہوا؟

میری عمر 30 سال ہوگئی ہے اب میں ہمت ہار چکا ہوں۔ ذرا سی غفلت پر ملازمت سے فارغ کردیا گیا۔ حالانکہ اسی دفتر میں لوگ بڑی بڑی غلطیاں اب بھی کررہے ہیں۔ مجھے کوئی نظرانداز کرنے کو تیار نہیں۔ کبھی میری غلطی رہی اور کبھی لوگوں نے نقصان پہنچایا۔ ہر دو صورتوں میں میں ہی متاثر ہوا۔ **(عثمان، سکھر)**

مشورہ: غلطی اپنی ہو یا دوسروں کی فارغ وقت گزارنے سے اس کا احساس ختم نہیں ہوتا۔ ناکامیاں، محرومیاں وقتی ہوتی ہیں جو لوگ ان سے سبق حاصل کرکے خود کو بہتر بناتے ہیں ان کے حالات اچھی سمت میں بدل جاتے ہیں۔ پھر انہیں کسی طرح کا پچھتاوا نہیں رہتا۔ لوگوں سے غیرضروری مراعات حاصل کرنے کی کوشش نہ کریں آپ کیلئے جو ذرا سی غفلت ہے ادارے کیلئے بڑی غلطی ہوسکتی ہے۔ ان کے بارے میں نہیں سوچنا چاہیے جنہوں نے نقصان پہنچایا بلکہ انہیں دیکھیں جو خود کو اور دوسروں کو فائدہ پہنچارہے ہیں۔

نفسیاتی امراض کیلئے بہترین علاج

ہالینڈ کے ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ لفظ اللہ کا ذکر افسردگی اور ذہنی تناؤ کے شکار مریضوں کیلئے بہترین علاج ہے۔ ڈچ پروفیسر گزشتہ تین برس سے مریضوں پر تجربے کررہے ہیں ان میں بیشتر مریض غیرمسلم تھے جب انہیں لفظ اللہ صاف طور پر بولنے کی تربیت دی گئی تو اس کا غیرمعمولی نتیجہ برآمد ہوا۔ ماہر نفسیات کے مطابق اللہ کا ہر حرف نفسیاتی امراض میں مؤثر ہے۔ جو مسلمان بلاناغہ قرآن مجید کی تلاوت اور ذکر اللہ کرتے ہیں وہ خود کو ان بیماریوں سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ **(سعدیہ عامر، سرگودھا)**

اللہ الصمد اور درود تنجینا کے آزمودہ عمل

ڈاکٹر غزالہ خالد' لاہور

ان کی کزن نے انہیں یہ وظیفہ بیٹے کیلئے دیا اور اللہ تعالیٰ نے انہیں بیٹے کی نعمت سے نوازا۔ چودہ سال میں میرے سامنے انہوں نے جس جس عورت کو بھی یہ وظیفہ پڑھنے کیلئے دیا اللہ نے سب کو بیٹوں سے نوازا۔ یہ درود تنجینا کا عمل ہے

اَللّٰہُ الصَّمَدُ کے کمالات

حضرت مولانا مفتی عبدالحمید رحمۃ اللہ علیہ کے صاحبزادے کی اچانک اور جوانی کی وفات سے ان کے شاگرد احباب کے علاوہ ان کے والد محترم شدید صدمے سے دوچار ہوئے جبکہ ان کے چاروں بچے بہت چھوٹے تھے' بچوں کی صحت اور تربیت کے متعلق مفتی صاحب بہت پریشان تھے۔ قاری رشید صاحب میرے بھائی کے استاد محترم تھے ہمارے اور ان کے گھر والوں کے آپس میں تعلقات تھے۔

مفتی عبدالحمید صاحب بڑھاپے اور بیماری میں اپنے چھوٹے بیٹے قاری عبدالوحید کے ساتھ بیت اللہ تشریف لے گئے اور اللہ تعالیٰ سے رو رو کر اپنے پوتے پوتیوں کیلئے دعائیں کیں اور پاکستان آکر ذکر اذکار اور وظائف کا خصوصی اہتمام کیا جن میں میں اور میری والدہ شریک ہوئی تھیں۔ اَللّٰہُ الصَّمَد کا وظیفہ شروع کیا۔ 5 عورتیں اور 5 مرد حضرات ہوتے اور روزانہ ایک لاکھ ہوتا' دس دن میں مکمل کرتے' لاکھوں کی تعداد میں یہ وظیفہ پڑھا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے نام کی برکت سے ان کے دل کی دعا قبول کی اور بچوں کی زندگی نکھرتی اور سنورتی چلی گئی۔ بڑا بیٹا ماشاء اللہ حافظ عالم بنا' دونوں بیٹیاں بھی حافظہ عالمہ' خوشحال گھرانوں میں نیک سگھڑ' سعادت مند' بیویاں اور بہوئیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے مفتی صاحب کی دعاؤں اور وظائف کو قبول کیا۔ یہ اتنی بڑی تبدیلی ایک معجزہ تھی۔

بلڈ کینسر سے یقینی نجات ملی

قاری یونس صاحب میرے بھائی کے دوست اور لاہور صدر میں ایک مسجد میں خطیب اور امام ہیں۔ ڈیڑھ سال قبل ان کے جوان سال بھائی کو بلڈ کینسر ہو گیا۔ مرض آخری سٹیج پر تھا۔ لاہور اور اسلام آباد کے تمام بڑے ہسپتالوں نے انہیں لاعلاج قرار دے دیا۔ مگر قاری صاحب نے ہمت نہیں ہاری' بڑے بڑے علماء کرام کی خدمت میں اپنے بھائی کو لے کر جاتے دعا کرواتے' دم کراتے۔ نیک اللہ والوں کی دعاؤں سے مختلف دیسی علاج کرواتے ہوئے کچھ افاقہ ہوا پھر ڈاکٹرز سے رجوع کیا۔ ڈاکٹرز نے 20 لاکھ آپریشن کا مانگا۔ قاری صاحب انتہائی درویش صفت اور سفید پوش انسان تھے' اتنا پیسہ ان کے بس سے باہر تھا۔ مگر ہر لمحہ انہوں نے اللہ ہی سے مانگا' بالکل بھکاری بن کر۔ اللہ تعالیٰ نے غیب سے ان کی مدد کی اور پھر کامیاب آپریشن اور کامیاب علاج کے بعد آج الحمدللہ وہ صحت مند ہیں اور یہ ساری کرامات اللہ الصمد وظیفے کی ہیں۔ انہوں نے سوا کروڑ دفعہ یہ وظیفہ پڑھا۔ میں اس واقعہ کی چشم دید گواہ ہوں۔

درود تنجینا کے کمالات

میری دوست شیرزادی بشارت نے انہیں یہ وظیفہ بیٹے کیلئے دیا اور اللہ تعالیٰ نے انہیں بیٹے کی نعمت سے نوازا۔ چودہ سال میں میرے سامنے انہوں نے جس جس عورت کو بھی یہ وظیفہ پڑھنے کیلئے دیا اللہ نے سب کو بیٹوں سے نوازا۔ یہ درود تنجینا کا عمل ہے۔ حمل کے دن اوپر ہوں' پریگنینسی ٹیسٹ کروانے کے آدھ گھنٹے کے بعد بھی پڑھائی شروع کروادیں۔ پانچ خواتین مقررہ ٹائم میں تین دن تک روزانہ ایک ہزار مرتبہ پڑھیں جو خواتین پہلے دن پڑھیں گی وہ متواتر پابندی سے تین دن پڑھیں گی۔

درود تنجینا سے عزت بچ گئی

میری والدہ کے چچا زاد بھائی پر بینک غبن کیس بن گیا۔ ان کے بچنے کی کوئی صورت نظر نہیں آ رہی تھی۔ بینک منیجر جو ملوث تھا وہ بھاگ گیا۔ انتہائی پریشان کن حالات تھے۔ گھر کے بڑوں' بچوں نے نہایت توجہ اور فکر سے درود تنجینا ہزاروں کی تعداد میں پڑھا اور اللہ تعالیٰ نے عزت کے ساتھ بغیر رسوائی کے اس کیس سے نجات دلا دی۔

درود تنجینا سے ویزہ لگ گیا

میرے چھوٹے چچا جنہوں نے انگلینڈ میں ہی شادی کی اور ایک بیٹے کے باپ بنے تو ان کا ویزہ ایکسپائر ہو گیا۔ گورنمنٹ نے پاکستان واپس بھیج دیا' ان کی اہلیہ نے اپیل کی مگر نامنظور ہوگئی' میرا آنکھوں دیکھا حال ہے کہ انہوں نے اللہ کے در کا بھکاری بن کر صبح' دوپہر' شام بس ایک ہی دھن میں درود تنجینا پڑھا اور ان کا ویزہ لگ گیا۔ انگلینڈ میں اب بھی انہیں کوئی مشکل نوکری کی طرف سے یا بچوں کے مسائل ہوں تو وہ فوراً درود تنجینا کا اہتمام کرتے اور کرواتے ہیں اور تمام مسائل حل ہو جاتے ہیں۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

اولیاء کا چور کیسا تھا انوکھا معاملہ

عزیز الرحمٰن عزیز، پشاور

تب جا کر ابن سباط مطمئن ہوا۔ معاً اسے خیال آیا کہ وقت گزرتا جارہا ہے تو اس نے بوڑھے چور کو ایک گالی دیکر جلدی کرنے چلنے اور بھاگنے کا کہا بہرحال جب حویلی سے باہر نکلے تو باہر تو کوئی نہیں تھا اور وہ دونوں بھاگنے لگے ابن باساط اس اپنے بزرگ ساتھی کو گالیاں بکتا اور جلدی چلنے کا کہتا رہا

پچھلے کسی شمارے میں شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ سے متعلق ایک مضمون چھپا تھا جس میں شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ کو یہ مقام کیسے ملا تھا؟ شاید کچھ یوں تھا کہ شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ بہت بڑے بزرگ تھے، ولایت سے پہلے وہ بغداد کے بہت بڑے پہلوان تھے انہیں کوئی بچھاڑ ہی نہیں سکتا تھا کہ ایک اڈھیر عمر کے شخص نے چیلنج کر دیا جب آمنے سامنے ہوئے ہزاروں کی تعداد میں تماشائی موجود اور حاکم وقت بھی موجود کہ اس شخص کے سامنے جب شیخ صاحب ہوئے تو اس شخص نے کہا کہ میں سید ہوں، میری جوان بیٹیاں ہیں میں تم سے التجا کرتا ہوں کہ تم مقابلہ میں ہار جاؤ تاکہ مجھے انعام کی رقم مل سکے اور اس رقم سے میں اپنی بیٹیوں کے ہاتھ پیلے کرسکوں، نگاہ مرد مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں اور واقعی کہ تقدیر بدل گئی اور رستم بغداد مقابلہ میں ہار گئے، لوگوں نے ماننے سے انکار کر دیا، دوبارہ کشتی ہوئی دوسری دفعہ بھی اکھاڑے میں جنید بغدادی چت پڑتے تھے، تیسری، چوتھی مرتبہ بھی وہی نظارہ......

کسی نے بعد میں پہلوان سے پوچھا کہ پہلوان یہ بات تو سمجھ میں نہیں آتی یہ آپ بار بار کیوں چت (چاروں شانے چت) ہوجاتے ہیں تو حضرت شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ جب اس شخص نے مجھ سے التجا کی تو میرے دل میں اللہ نے ڈال دیا کہ چت گر جاؤ تو جب میں گرا تو مجھے جنت کا نظارہ ہوا جب جب میں گرا ہوں تو بار بار وہی جنت کا نظارہ ہوتا رہا۔ شیخ بغدادی رحمۃ اللہ علیہ پہلوانی چھوڑ کر اللہ کے حضور میں ہر وقت سجدہ ریز رہنے لگے۔ اللہ نے انہیں ہر نعمت سے نوازا مگر اللہ مہربان کی قربت سے کوئی بھی نعمت ہیچ تھی ذاتی طور پر کپڑے کی تجارت کرتے تھے ایک بہت بڑا محل نما گھر ان کے استعمال میں تھا۔ ابن سباط بہت بڑا چور تھا جس سے حکومت وقت بھی تنگ آچکی تھی، عدالت نے اسے سزائے موت دینے کا فیصلہ کر لیا تھا کیونکہ اس سے پہلے ابن باساط کا ایک ہاتھ چوری کے جرم میں کاٹا گیا تھا اس بدمزاج کردار کو ختم کردینے کا عدالت نے فیصلہ کر لیا تھا جس رات کی صبح کو اسکی گردن اڑانی تھی ہاتھ کٹا شیطان جیل توڑ کر بھاگا۔ جب جیل سے بھاگا تو اس کے شیطانی کردار نے اسے مجبور کیا کہ سارا بغداد سو رہا ہے اور تم خالی ہاتھ جارہے ہو کچھ تو ہونا چاہیے، اس نے ادھر اُدھر نظر دوڑائی تو اسے ایک محل نما حویلی دکھائی دی، رات کا تیسرا پہر ہے یہ شخص اندر محل میں داخل ہوا۔ ایک کمرے میں جب داخل ہوا تو اتفاقاً یہ کمرہ کپڑے کا گودام تھا، اس نے اندھیرے میں تھان اکٹھے کرنا شروع کر دیئے کہ ناگاہ روشنی اسی طرف آرہی تھی وہ بدبخت تیار ہو کر گھات میں بیٹھ گیا مگر جب اس کی نظر اس آنیوالے سفید کمزور سے بوڑھے پر پڑی تو اس کو کچھ اطمینان ہوا کہ یہ بوڑھا تو میرا کچھ بھی نہیں بگاڑ سکتا میں تو اسے ایک ہی جست میں دبوچ لونگا۔ پہلے چور بولا کہ تم کون ہو یہاں روشنی نہ کرو، گھر والے جاگ جائینگے اور تم ہو کون؟ اس کا جواب دیا گیا کہ تمہاری طرح کا ہوں، چور سمجھا کہ یہ بوڑھا میری طرح کا چور ہے مگر بوڑھا ہو چکا ہے چور ہنسا اور کہا ''عادت بدنہ رود تا لیب گور''، جواب میں بزرگ نے کچھ بھی نہ کہا اور دو گٹھڑیاں باندھنے لگا، ابن سباط نے جب دیکھا کہ تو اس نے تمسخرانہ انداز میں کہا کہ بوڑھا ہو گیا مگر ہیرا پھیری نہیں گئی، ہیرا پھیری اسے اس کا مقصد بددیانتی ہے یعنی دو گٹھڑیاں ایک چھوٹی اور ایک بڑی...... بزرگ تو اس (ابن سباط ہاتھ کٹا شیطان) کے تیور کو سمجھ گیا بولا بھائی یہ بڑی تمہارے لیے باندھ رہا ہوں اور یہ چھوٹی گٹھڑی اپنے لیے کیونکہ میں کمزور ہوں بوڑھا ہوں بڑی گٹھڑی نہیں اٹھا سکتا۔

تب جا کر ابن سباط مطمئن ہوا۔ معاً اسے خیال آیا کہ وقت گزرتا جارہا ہے تو اس نے بوڑھے چور کو ایک گالی دیکر جلدی کرنے چلنے اور بھاگنے کا کہا بہرحال جب حویلی سے باہر نکلے تو باہر تو کوئی نہیں تھا اور وہ دونوں بھاگنے لگے ابن باساط اس اپنے بزرگ ساتھی کو گالیاں بکتا اور جلدی چلنے کا کہتا رہا کیونکہ بوڑھا پیچھے پیچھے رہ جاتا تھا بالآخر بوڑھے چور نے بھاگنے میں ناکامی پر ہار مان لی اور اپنی گٹھڑی بھی ابن باساط کے حوالے کی اور ہانپنے لگا۔

ابن سباط گالیاں بکتا ہوا بوڑھے کو چھوڑ گیا اور دونوں گٹھڑیاں اٹھائیں اور کہیں گم ہو گیا۔ ایک دو دن کے بعد جب ذرا امن ہوا تو اسی طرح وہ بھیس بدل کر شہر کی جاسوسی کرنے اور اپنے بھاگنے کے متعلق معلومات کیلئے آیا تو ناگہاں اس کی نظر اس حویلی پر پڑی لوگ اندر جارہے تھے اسے فوراً خیال آیا کہ آج کتنے دنوں بعد تک لوگ افسوس (مال چوری ہونے کا) کرنے آرہے ہیں تو اس نے دل میں سوچا کہ چلو اس حویلی کے مالک کو تو دیکھ لوں کہ وہ کس طرح کی شکل وصورت رکھتا ہے جب وہ اندر داخل ہوا تو اس حویلی کا صحن جو کہ بڑا ہی وسیع وعریض تھا لوگوں سے بھرا پڑا تھا لوگ شاید مالک مکان کے انتظار میں تھے اور لوگ احترام میں کھڑے ہونا شروع ہو گئے اور ابن باساط تو حیران رہ گیا ارے یہ تو ہی بوڑھا ہے جو اس رات موم بتی اٹھائے آ گیا تھا اور خود کو چور کہہ رہا تھا اور میں اس بزرگ کی توہین کر رہا تھا مگر انہوں نے جواباً ایسی کوئی بات نہیں کی ان بزرگ ہستی کے اس رویہ نے اس کی دنیا ہی بدل دی۔ اصل دنیا تو کوئی اور ہے جس کا اسے پہلے علم نہیں تھا اور اب علم ہو گیا۔

پیارے بچو! ابن باساط جو کہ بغداد کا مشہور معروف چور تھا عدالت نے باز نہ آنے پر اس کا ایک ہاتھ کاٹنے کا حکم دیا مگر یہ ہاتھ کٹا شیطان تھا باز نہ آیا مگر ایک حادثاتی ملاقات (ایک بزرگ شیخ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ) نے اس کی دنیا ہی بدل دی اور اس نئی دنیا میں آکر اس نے بالکل نئی زندگی اختیار کی۔

ابن باساط جتنی دیر زندہ رہا اس دنیا کی بود وباش اختیار کر کے ابن باساط رحمۃ اللہ علیہ ہو گئے اللہ مہربان ہمیں بھی کوئی ایسا ہی بزرگ ملا دے۔ آمین ثم آمین۔

گنجے پن کا شرطیہ علاج

رتن جوت، ریٹھا، آملہ، سکاکائی، امربیل ان چیزوں کو ہم وزن لے کر باریک کرلیں، مشین میں باریک نہ کریں اس طرح تاثیر ختم ہوجائیگی۔ ان کو مکس کرکے ایک کلو سرسوں کے تیل میں ڈال دیں اور تیل پانچ دن بعد استعمال کریں اس وقت تک تیل کا رنگ سرخ ہوجائیگا۔ چند عرصہ مستقل استعمال سے آپ کے گرتے بال رک جائینگے اور گرے ہوئے بال بھی دوبارہ اگ آئینگے۔

جوڑوں کے درد کیلئے آسان نسخہ

عقر قرحا، سونٹھ ہم وزن پیس کر اس میں چھوٹا شہد ملا کر گولیاں بنائیں، ایک رتی کی ایک گولی ہو۔ ریح بادی اور جوڑوں کے درد کیلئے بہت مفید ہے۔ رات کو سوتے وقت ایک گولی دودھ سے لیں۔ **(سید شہباز بخاری، احمد پور شرقیہ)**

جنات نے بھینسیں چوری کرلیں

غلام مرتضیٰ ڈیہوئی پنوں عاقل

میں نے سوچا یہی وہ بھینسیں ہیں میں ان کے قریب جانے لگا چند قدم اٹھائے ہی تھے کہ جو دو جوڑے بھینسوں کے تھے مجھے پانچ نظر آنے لگے اور آواز بھی تیز ہونے لگی اور آہستہ آہستہ اتنے ہوگئے کہ میں گن نہیں سکا اور وہ میری طرف آنے لگے

میرا ایک دوست جس کا نام ریاض احمد ہے۔ انہوں نے بتایا کہ ہمارے ہاں گرمیوں کے موسم میں بھینس چوری ہوگئیں‘ پتہ لگا کہ وہ کوئی نہ کوئی چھوڑ کر چلا جائے گا‘ ہم رات کو انتظار کرتے تھے۔ ایک مرتبہ شام کو جب سورج اپنی روشنی کو مدھم کررہا تھا کہ سامنے ایک جوڑا بھینسوں کا آرہا ہے وہاں پر گھنگھرو بھی بج رہے ہیں۔ میں نے سوچا یہی وہ بھینسیں ہیں میں ان کے قریب جانے لگا چند قدم اٹھائے ہی تھے کہ جو دو جوڑے بھینسوں کے تھے مجھے پانچ نظر آنے لگے اور آواز بھی تیز ہونے لگی اور آہستہ آہستہ اتنے ہوگئے کہ میں گن نہیں سکا اور وہ حملے کی نیت میری طرف آنے لگے تیزی سے‘ میں گھبرا گیا اور بھاگنے لگا وہ بھی میرے پیچھے بھاگتے چلے آئے میں تیز بھاگتا تو وہ بھی تیز...... میں گھبرا کر سامنے ایک لڑکے سے ٹکرا گیا اور نزدیک ہی دکان میں گھس گیا اور بیہوش ہوکر گر پڑا۔ چند منٹ کے بعد ہوش آیا تو میں نے انہیں سارا قصہ سنایا وہ کہہ رہے تھے یعنی لڑکے کہ یہاں پر تو کچھ نہیں تھا۔ تمہارے پیچھے بھی کچھ بھی نہیں...... میں نے قسم اٹھا کر ان سے بات کی پھر مجھے دس دن سے بھی زیادہ بخار رہا۔ بڑی کوششوں سے میری طبیعت سنبھلی اب دن کو کام کرنے کے بعد سورج ڈوبنے سے پہلے گھر پہنچ جاتا ہوں۔

دوسرا قصہ بھی ان کی بہن کا ہے اس کی یعنی ریاض احمد کی بہن بہت چھوٹی نہ سہی لیکن 8 سال کی تھی اور مدرسے میں تعلیم حاصل کرتی تھیں‘ اس لڑکی کا گھر مدرسے سے دور تھا شام کو یہ مدرسے جاتیں تھیں ایک دن ان کو سبق لینے کے بعد کچھ دیر ہوئی یہ اپنی سہیلیوں کے ساتھ نزدیک ایک بیر کا درخت تھا کے نیچے کھڑی ہوئیں تھیں کہ اچانک ایک موٹا اور بہت بھاری وزن اٹھا کر لڑکی کی طرف پھینکا تو لڑکی رونے لگی۔ تھوڑی دیر بعد بیہوش ہوگئی‘ کافی فقیروں کو اللہ والوں کو دکھایا۔ انہوں نے یہی کہا کہ یہ خوش قسمت ہے اس لیے اسے چھوڑ دو۔ ایک دفعہ لڑکی کا بھائی کراچی کمانے کی نیت سے گیا ہوا تھا۔ رات کو اس کی بہن نے خواب میں دیکھا کہ میرا بھائی کراچی سے آرہا ہے اور کوچ میں ان کا ایکسیڈنٹ ہوا ہے۔ صبح کو اٹھ کر ماں کو بتایا پھر ماں نے کہا لڑکی کی خیر کی زبان کبھی بولی ہے۔ کچھ ہی دیر بعد ٹیلیفون آیا کہ ریاض اس کے بھائی کا ایکسیڈنٹ ہوگیا ہے۔ دوسرا قصہ یہ ہے کہ ان کے گھر میں آٹا بالکل تھوڑا تھا مہمان بہت تھے کوئی بھی روٹی پکانے کو تیار نہیں تھے۔ اس نے کہا کہ میں پکاتی ہوں۔ بسم اللہ پڑھ کر انہوں نے روٹی پکائی‘ 20 مہمان اور 25 گھر والے بھی کھا گئے لیکن روٹی بھی کافی بچ گئی۔

ہمارے علاقے میں ایک بزرگ آئے ان سے میری اکثر ملاقات ہوتی رہتی ہے‘ بڑی زبردست اعلیٰ اخلاق والے اور صاحب کردار بھی ہیں۔ انہوں نے مجھے بتایا کہ ایک مریض میرے پاس آیا انہوں نے بتایا کہ میں نے ایک عامل سے کہا کہ مجھے مؤکل دو۔ انہوں نے ایک وظیفہ دیا اور کہا کہ پڑھو۔ میں نے کافی عرصہ پڑھا اور وہ عامل شہر سے دور چلا گیا۔ میں پڑھتا رہا اچانک مؤکل آنے شروع ہوگئے۔ کبھی میری چیزوں کو توڑتے تو کبھی میرے ساتھ سو جاتے اور آوازیں کرتے میں پریشان اور حیران یہ کیا ہورہا ہے۔ نہ وہ عامل نہ اس کا کوئی نشان‘ نہ کوئی ایڈریس‘ اسے کہاں سے ڈھونڈوں لیکن انہوں نے میری بڑی منتیں کیں کہ میری ان سے جان چھڑاؤ۔ میں نے آٹھ دن تک پڑھائی کی الحمدللہ اب وہ ٹھیک ہے آئندہ انہوں نے توبہ کرلی۔

دوسرا واقعہ انہوں نے سنایا کہ ایک عورت نے مجھے گالی دی اور وہ گالی مؤکلوں نے سن لی۔ بس ان سے انتقام لینے کیلئے تیار ہوگئے۔ کبھی ان کے پیسے گم‘ کبھی چیزیں گم‘ کبھی کبھار تو آوازیں ہی آوازیں‘ سب لوگ ان سے خفا ہوگئے اور وہ ہروقت پریشان روتی رہتیں کہ میں نے کیا کردیا؟ بالآخر وہ میرے پاس آئیں اور توبہ کی میں نے مؤکلوں کو سمجھایا کہ ایسا نہیں کرتے انتقام لینا اچھی بات نہیں۔

ہر مقصد میں کامیابی کیلئے

یہ عمل میرا آزمایا ہوا ہے‘ میں نے جب بھی کیا ہے سو فیصد زرلٹ ملے ہیں۔ صبح کی نماز کے بعد سو مرتبہ اول وآخر درود شریف سورۂ توبہ کی آخری آیات کا ورد کریں۔ آیت یہ ہے:۔ حَسْبِیَ اللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ٥ (حرا بی بی‘ ڈیرہ اسماعیل خان)

اے اللہ تیرا شکر ہے!

بیگم مخدوم شیر عالم سبحانی

تو نے ہمیں کیا کچھ عطا نہیں کیا‘ بھرپور زندگی عطا کی ہے تیری رحمت کی امید نے موت کا ڈر بھی ختم کردیا ہے

اے پروردگار! تو نے ہمیں کتنی نعمتیں عطا کی ہیں ہم تو اسے گن بھی نہیں سکتے‘ شکریہ کرنے کیلئے میرے مالک لاتعداد الفاظ کہاں سے لائیں‘ اتنے اشک کہاں سے لائیں جو تیری ایک نعمت کے بدلے بہاسکیں‘ اتنا وقت زندگی کا کہاں سے لائیں جو صرف تیری نعمتوں کا شکریہ ادا کرسکے‘ اتنا سانس کہاں سے لوں جو تیری نعمتوں کا شمار کرسکے۔ ایک ایک نعمت تیری موجودگی کا احساس دلاتی ہے‘ اے سورج کو بنانے والے چاند کو روشنی دینے والے تو ہر جگہ موجود ہے۔ زندگی کا سفر ابھی جوں جوں موت کے قریب ہورہا ہے‘ تیری نعمتوں کا شمار کون کرسکتا ہے تو نے ہمیں کیا کچھ عطا نہیں کیا‘ بھرپور زندگی عطا کی ہے۔ تیری رحمت کی امید نے موت کا ڈر بھی ختم کردیا ہے اسی جہاں کی خوبصورتی‘ جنت کی بشارت‘ مسلمان کے اندر نیا ولولہ اور نیا جذبہ پیدا کردیا ہے۔ کافر موت سے ڈرتا ہے‘ مسلمان اس زندگی سے ڈرتا ہے کہ کہیں اس سے غلطی اس دنیا میں نہ ہوجائے کہ وہ اپنے رب کو ناراض کربیٹھے‘ ہر سانس کے آنے جانے سے یہ احساس ہوتا ہے کہ تو انسان کی شہ رگ سے بھی قریب ہے کیونکہ سانس بھی تو شہ رگ سے آتی ہے۔ اے اللہ! جتنی تو نے اپنی رحمت سے ہمیں حسین زندگی عطا کی ہے میری خواہش ہے میری موت بھی اتنی حسین ہو کیونکہ وہ آپ سے ملنے کا ایک سبب ہے‘ آپ کی رحمت کا نظارہ دیکھنے کا ایک ذریعہ ہے‘ کتنے خوبصورت انداز میں آپ نے اس جہاں کا نقشہ کھینچا ہے جسے تیرے نیک بندے دیکھیں گے جب تک سانس ہے میں تو آپ کی نعمتوں کا شکریہ ادا کرتی رہوں گی۔ اے عطا کرنیوالے میں اپنی اولاد کیلئے‘ روشن مستقبل‘ اچھی عاقبت‘ لمبی زندگی اور پارسا نہ زندگی کی دعا کرتی ہوں‘ مجھے امید ہے کہ ایک ماں کے دل سے نکلی ہوئی دعائیں تو پلک جھپکتے تیرے پاس پہنچ جاتی ہے تو نے ماں کو جنت کا درجہ دیکر اس کی دعاؤں کو اولیت دی ہے کیونکہ یہی تیری شان ربی ہے تو اپنے وعدے کو پورا کرتا ہے۔

(بقیہ: درس سے پانے والے)

ہوگئی ہے۔ میں پہلے سگریٹ پیتا تھا لیکن اب سرکار دو جہاں ﷺ کی ناراضگی ذہن میں آجاتی ہے میں نے سگریٹ چھوڑ دیئے ہیں۔ ڈاڑھی کی نیت کرکے ڈاڑھی بھی رکھ لی ہے۔ الحمدللہ دو تین روز سے تہجد بھی پڑھ رہا ہوں اب ہروقت یہی خوف رہتا ہے کہ کہیں یہ ہدایت مجھ سے چھن نہ جائے۔ (عبدالباسط مشتاق)

رزق حرام نے خاندان تباہ کر دیئے

آہستہ آہستہ سب ختم ہو گیا سب کچھ بک گیا' معاملہ ادھار پر آ گیا لیکن وہ بھی کب تک' پیسے تو چاہیے تھے گھر میں چوری کر ڈالی اور وہ بھی ماں کا زیور دو تولہ بیچ ڈالا۔ (چور کے گھر دیوا نہیں جلتا) وہ پیسہ بھی ختم ہو گیا۔ پھر سود پر پچاس ہزار لے لیا وہ بھی سر پر چڑھا ہوا ہے

(ع۔ج۔لاہور)

محترم حکیم صاحب! میری پہلے نوکری تھی چار پیسے جمع ہوئے تو اپنے کاروبار کا بھوت سوار ہو گیا' نوکری کو لات ماری اور اپنا کام شروع کر دیا۔ میری معاملے داری ٹھیک نہیں تھی' بات بے بات جھوٹ' ہیرا پھیری میری عادت بن چکا تھا' بے برکتی ہی بے برکتی اور کیوں نہ ہوتی کاروبار ٹھپ لوگوں سے لے کر انویسٹمنٹ کی وہ بھی غرق ہو گئی' خرچے اپنی جگہ تھے آہستہ آہستہ سب ختم ہو گیا سب کچھ بک گیا' معاملہ ادھار پر آ گیا لیکن وہ بھی کب تک' پیسے تو چاہیے تھے گھر میں چوری کر ڈالی اور وہ بھی ماں کا زیور دو تولہ بیچ ڈالا۔ (چور کے گھر دیوا نہیں جلتا) وہ پیسہ بھی ختم ہو گیا۔ پھر سود پر پچاس ہزار لے لیا وہ بھی سر پر چڑھا ہوا ہے۔ آج یہ حالات ہو گئے ہیں کہ آپ کے درس میں یا کہیں بھی جاؤں پورا لاہور پیدل ہی جاتا ہوں' بس ایک ٹیوشن پڑھا رہا ہوں وہ بھی صرف 4000 روپے میں۔ اس رقم سے میرے بیٹے کا دودھ اور اپنا ہی کچھ کھانے پینے کا خرچ پورا نہیں ہوتا۔

محترم حکیم صاحب! مجھ سے بہت بڑی غلطی ہو گئی ہے اور یہی وجہ ہے کہ نوبت یہاں تک آ گئی ہے۔ اللہ نے سارے گناہوں پر پردہ بھی ڈالا ہوا ہے۔ میں بہت توبہ کرتا ہوں اللہ سے لیکن بات نہیں بن رہی۔ قرض لینے والے گھر پر آ گئے جس سے سود پر پیسے لیے وہ بھی نہیں دیئے جا رہے۔ لوگ پولیس میں پرچے کروا رہے ہیں۔ میں کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟ خدارا میری رہنمائی فرمائیں۔

انجام قدرت

(بنت جمشید چغتائی)

جو واقعہ حاضر خدمت ہے وہ لاہور میں بسنے والی ایک فیملی کا ہے اور زیادہ پرانا بھی نہیں اس کی ابتدا 10 سال پہلے ہوئی اور وہ فیملی اب تک اللہ تعالیٰ کی پکڑ میں ہے۔

15 سال پہلے جب پہلی مرتبہ انہوں نے ٹھیکہ لیا (تو اصل میں چھوٹا گوشت مہنگا ہے بنسبت بڑے گوشت کے) اور چند پیسے کمانے کی خاطر ٹھیکیدار ڈیری فارم والوں سے ٹھیکہ مار لیتے ہیں کہ جیسے ہی گائے اور بھینس بچے پیدا کرے گی تو اگر وہ بچہ مادہ ہوا تو آپ رکھیں اگر نر ہوا تو ہمارا اور جیسے ہی گائے یا بھینس بچہ دیتی ہے تو اگر وہ مادہ ہو تو اس کی ماں کے پاس رہنے دیا جاتا ہے اور وہ نر ہو تو اس کی ماں کو دکھائے بغیر ٹھیکیدار کے حوالے کر دیا جاتا ہے جو کہ اسی وقت پیدا ہونے والے بچے کو ذبح کر کے لوگوں کو دھوکہ دیکر چھوٹے گوشت کا کہہ کر بڑا گوشت فروخت کرتے ہیں کیونکہ اس دھوکہ دہی سے وہ پیسے کماتے ہیں خیر اس فیملی نے جب پہلی مرتبہ دس سال پہلے ٹھیکہ لیا تو اس شخص کا تقریباً ایک سال بعد بیٹا پیدا ہوا مگر اس کا جب چیک اپ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ بچے کے دل میں سوراخ ہے اس شخص کو کچھ کچھ سمجھ آ گئی کہ حرام کا کمایا ہوا پیسہ اب بچے کے علاج پر لگے گا۔

مگر اس نے پھر بھی ٹھیکہ نہیں چھوڑا بلکہ پیسے کا لالچ دیکر اپنے چھوٹے بھائی کو اس شرط پر راضی کیا کہ ٹھیکہ میرا کام تیرا منافع آدھا آدھا۔ بھائی بھی اچھا بھلا ٹیلر تھا مگر پیسے میں بڑی کشش ہے کیونکہ ہمارے نبی ﷺ کا فرمان ہے" میری امت کا فتنہ مال اور اولاد ہے۔"

بھائی نے بھی ٹیلرنگ چھوڑی اور آدھے منافع کے لالچ میں ڈیری فارمنگ کا کام سنبھال لیا۔ اس نے بھی بمشکل ایک سال کام کیا کہ بہت شدید بیمار ہو گیا علاج کرواتے کرواتے بالآخر ڈاکٹروں نے فائنل فیصلہ دیا کہ یہ شخص اب ساری زندگی اپنے منہ سے کچھ کھا نہیں پائیگا کیونکہ اللہ تعالیٰ نے اسے ایسی بیماری میں مبتلا کر دیا کہ وہ اپنے منہ سے صرف چیز چبا سکتا تھا مگر اللہ تعالیٰ کی طرف سے اس کے حلق سے نیچے اترنے کا حکم نہیں تھا۔ ڈاکٹروں نے پیٹ سے پائپ گزار کر معدہ میں فٹ کر دیا۔ اب اس کو جب بھی بھوک لگتی تو کبھی دودھ کبھی شربت اس پائپ میں ڈالتا جاتا۔ پورے دن کی اس کی خوراک صرف 2 کلو دودھ تھا اور بس۔ پھر اس کے پیٹ کی وہ جگہ گل گئی تو ڈاکٹروں نے دوسری سائیڈ سے آپریشن کے ذریعے پائپ فکس کر دیا اب وہ شخص جہاں بھی جاتا پائپ اس کے ہاتھ میں ہوتا۔ پھر اس بندے نے اپنے بھتیجے کو لالچ دیکر کام کیلئے تیار کیا کیونکہ ٹیلر بھائی اب چارپائی پر تھا بھتیجے کے کام سنبھالنے کی دیر تھی کہ دو ماہ بعد اس کے باپ کو ہارٹ اٹیک ہوا تو اٹھارہ سالہ بیٹے کی ساری کمائی باپ کے علاج اور میڈیسن پر خرچ ہو رہی تھی اس لڑکے کی ماں کے دل کو بھی ایک انجان ڈر اور خوف نے گھیر رکھا تھا مگر غربت اور اپنے جیٹھ کے سخت رویہ کی وجہ سے وہ بیٹے کو کھل کر منع نہیں کر سکتی تھی مگر دبے لفظوں میں بیٹے کو منع کرتی کہ دیکھو تمہارے تائے کا بیٹا اور پھر تمہارے چاچو تمہارے سامنے ہیں اب تمہارا باپ بھی دل کا مریض ہو چکا ہے' میرا سہارا تم ہی ہو یہ کام چھوڑ دو تو بیٹا یہی کہتا کہ ہر جگہ نوکری کی کوشش کر رہا ہوں جیسے ہی کہیں نوکری ملتی ہے یہ کام چھوڑ دونگا' ابو کی دوائی کیلئے بھی تو پیسے چاہیے۔ مگر اسے دوسری نوکری ملنے کی نوبت ہی نہ آئی ایک دن ڈیری فارم پر جاتے ہوئے اس کی بائیک کی بریک فیل ہو گئی اور اس کی بائیک بے قابو ہو کر ایک آئل ٹینکر سے ٹکرا گئی وہ اور پیچھے بیٹھا اس کا ایک دوست موقع پر جان کی بازی ہار گئے اور ماں کو جو ایک انجان سا ڈر لگا رہتا تھا وہی آج ہو گیا کہ اس کا اٹھارہ سالہ بیٹے کی لاش جو کہ شدید چوٹوں کی وجہ سے پہچانی نہیں جا رہی تھی ماں کے سامنے تھی۔ حقیقت میں یہ لڑکا نہ صرف فرمانبردار بلکہ پورے محلے کا راج دلارا اور بے حد حسین تھا جس کی لاش بھی پہچان میں نہیں آ رہی تھی۔ اس دن ماں کو کوئی ڈر بھی نہیں تھا اور وہ کھلے عام کہہ رہی تھی میں تمہیں منع کرتی تھی یہ کام چھوڑ دو۔ جس نے بھی کیا کوئی سکھی نہیں دیکھا تمہاری دوسری نوکری کی نوبت ہی نہیں آئی۔ اس کے ٹھیک سال بعد وہ چچا بھی فوت ہو گیا اور اس شخص نے وہ ٹھیکہ تو چھوڑ دیا ہے مگر اس کا خمیازہ آج تک بھگت رہا ہے۔ ان کے گھر میں اتنی نحوست ہے کہ کوئی ایک دن بھی نہیں ٹھہر سکتا۔ لڑکیاں زیادہ ہیں عورتیں گھر میں بیج چھیل کر اور ایسے چھوٹے موٹے کام کر کے پیٹ کی دوزخ کو پال رہی ہیں۔ وہ دل کا مریض ایک ہوٹل پر گوشت بنا کر اپنی میڈیسن پوری کرتے ہیں اس شخص کا بڑا بیٹا پکا چور بن چکا ہے۔ آج دس سال ہو چکے ہیں مگر ان کے حالات ابھی تک گردش میں ہیں۔ وہ بیوہ اپنے تین بچوں کے ساتھ اپنے بھائیوں کی طرف سے خرچے کی منتظر رہتی ہے۔ کوئی بچہ بھی پڑھائی میں نہیں۔ لڑکے لوفر گھوم لیتے ہیں' لڑکیاں مزدوریاں کرتی ہیں۔ کوئی بھی سکھی نہیں۔ اللہ تعالیٰ کل مومن مسلمانوں کیساتھ ہمیں بھی ایسی دولت سے اپنی حفظ وامان میں رکھیں جو دنیا کے ساتھ آخرت کی تباہی کا سامان بھی ہے۔ یہ محض رحم خداوندی اور نبی کریم ﷺ کی دعاؤں کے طفیل امت بچی ہوئی ہے وگرنہ ہم لوگ قوم شعیب علیہ السلام سے بھی خیانت کرنے میں بازی لے چکے ہیں۔

سارا دن خوشگوار گزارنے کیلئے عجیب ٹوٹکہ

صبح سویرے نیند سے بیدار ہونے کے بعد اپنی دونوں ہتھیلیوں کو دیکھیں اور اس کے بعد دعا کی طرح الحمدللہ پڑھ کر اپنے چہرے پر پھیر لیں' سارا دن کاموں میں برکت اور دن اچھا گزرتا ہے۔ (غلام نبی بٹ' لاہور)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ‘ تجربہ‘ کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

دسمبر کے جوابات

1۔ بھائی محمد الیاس صاحب آپ کے ساتھ جومسئلہ ہوا ہے بالکل یہی مسئلہ میری ایک سہیلی کے ساتھ بھی ہوا تھا۔اُس نے ایک کتاب سے درج ذیل نسخہ لیکر استعمال کیا کچھ عرصہ مستقل استعمال سے اس کے بال پہلے جیسے ہوگئے آپ بھی اعتماد سے یہ نسخہ استعمال کریں اور دعائیں دیں۔**نسخہ**: روغن بادام‘ تارامیرا تیل‘انڈے کا تیل نکال کرتینوں تیل ہم وزن لیکر آپ اس کا مساج روزانہ صبح و شام کریں۔ ہرقسم کے کیمیکل ملے شیمپو اور مصنوعی اشیاء سے پرہیز کریں۔**(ماریہ نعیم‘ کراچی)**

☆محترم الیاس صاحب آپ طب نبوی ہیئر آئل اور ہیئر پاؤڈر چند ڈبیاں مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔انشاءاللہ چند ماہ بعد آپ کوخود بخود واضع تبدیلی محسوس ہوگی۔ یہ میرااور میرے خاندان والوں کا آزمایا ہوا ہے۔**(بشیراحمد‘لاہور)**

2۔بھائی آپ ایسا کریں خون صفاءادارہ عبقری سے منگوا کریا ہمدرد کا سیرپ مصفی خون چند ماہ استعمال کریں انشاءاللہ آپ کا رنگ بھی نکھرنا شروع ہوجائے گا اور آپ کے دانوں کا مسئلہ بھی ٹھیک ہوجائے گا۔ **(رحمانہ قدیر‘اسلام آباد)**

☆آپ یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُیَاجَمِیْلُ صبح وشام تین تین تسبیح اول وآخر گیارہ بار درود شریف پڑھ کر پانی پردم کرکے یہی پانی استعمال کریں۔کھانا پکاتے ہوئے بھی یہی پانی اس میں ڈالیں آپ کی جلد بھی صاف ہوگی اوراس کیساتھ ساتھ روحانی طور پر بھی آپ کی خوبصورتی میں اضافہ ہوگا۔یہ نسخہ عبقری میں بھی چھپ چکا ہے اور بہت سے لوگوں نے اس سے بہت فوائد بھی حاصل کیے ہیں آپ بھی کریں اوردعائیں دیں۔**(محمد علی‘ملتان)**

☆چہرے کے دانوں کیلئے میرا آزمودہ ہے ایلو ویرا یعنی کے گھیگوار کا گودا لیکر روزانہ اپنے چہرے پرکریم کی طرح ملیں حیرت انگیز نفع ہوگا۔**(جویریہ علی‘لاہور)**

3۔طارق بھائی! آپ روزانہ کم ازکم دو گھنٹے دھوپ نکلنے کے بعد دھوپ میں بیٹھیں۔نہانے کے بعد تولیہ بالکل استعمال مت کریں۔ اس کی جگہ سرسوں کا تیل لیکر جسم پر مساج کریں۔ٹھنڈی اشیاء سے پرہیز کریں۔**(غلام رسول‘جہلم)**

جنوری کے سوالات

محترم قارئین السلام وعلیکم! میرے دو مسئلے ہیں میں جب بس میں سفر کرتا ہوں‘ سفر چاہے تھوڑا ہو یا زیادہ مجھے الٹی آجاتی ہے‘ میں اس وجہ سے بہت پریشان ہوں‘ کاروبار نہیں کرسکتا۔ مجھے شرمندگی الگ سے اٹھانی پڑتی ہے اور کمزوری بہت زیادہ ہوجاتی ہے۔ قارئین سے گزارش ہے کہ اس کا کوئی نسخہ یا دوائی بتائیں۔

☆قارئین میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میں کافی عرصہ سے بیروزگار ہوں‘ کاروبار کرنے کیلئے رقم نہیں‘ غربت کی وجہ سے بہت پریشان‘ والدین ضعیف العمر‘ میرے بچے چھوٹے ہیں‘ میں چاہتا ہوں میرے آرڈر گورنمنٹ ہائی سکول میں چوکیداری کی سیٹ پر ہوجائے۔قارئین سے گزارش ہے کہ کوئی روحانی عمل یادعا بتائیں۔**(محمد صدیق حو بلیل ضلع جھنگ)**

☆قارئین السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میری زبان میں لکنت ہے‘ ویسے تو میں ٹھیک بولتی ہوں‘ لیکن کبھی کبھار زبان ہکلانا شروع ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے بہت شرمندگی ہوتی ہے۔مہربانی فرما کر مجھے کوئی وظیفہ یا نسخہ بتایا جائے جو آسان ہو اوراس کے علاوہ میں پڑھائی میں تھوڑی سی کمزور ہوں آج سبق یاد کیا اور کل آدھا بھول جاتا ہے۔ براہ مہربانی مجھے ان دونوں مسئلوں کے بارے میں بتائیں اور جلد بتائیں۔**(ف‘پوشیدہ)**

☆ قارئین السلام علیکم! میری بیٹی جس کی عمر 7 سال ہے۔ اس کے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ چاہے گرمی کا موسم ہو یا سردی کا رات کو سوتے ہوئے بستر پر پیشاب کردیتی ہے۔ہم نے کافی جگہ سے اس کا علاج کروایا لیکن مسئلہ جوں کا توں ہے۔ قارئین سے گزارش ہے اس کے حل کیلئے کوئی طبی یا روحانی نسخہ عنایت فرمائیں۔شکریہ!**(قاری عبدالرشید‘نارووال)**

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

کہا۔اس میں موجود روحانی محفل سے مجھے امید کی کرن نظر آئی۔ ہم بہنوں نے باقاعدگی سے بھائیوں کی نوکری کیلئے روحانی محفل کا اہتمام کیا ابھی بمشکل دو ماہ بھی مکمل نہ کیے ہونگے کہ ایسی جگہ دونوں بھائیوں کو نوکریاں ملیں کہ ہم سوچ بھی نہیں سکتے تھے اور تنخواہ بھی ہماری سوچ سے زیادہ......! مجھے یقین ہے کہ ہماری دعا اللہ نے روحانی محفل کی وجہ سے قبول کی۔**(شائستہ ارم۔جہلم)**

مناقب صحابہؓ واہل بیتؓ

قسط نمبر

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے حضور نبی اکرم ﷺ کو منبر پرفرماتے ہوئے سنا ان لوگوں کا کیا ہوگا جو یہ کہتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ سے نسبی تعلق قیامت کے روز ان کی قوم کو کوئی فائدہ نہیں دیگا۔ کیوں نہیں! اللہ کی قسم بے شک میرا نسبی تعلق دنیا وآخرت میں باہم ملا ہوا ہے اور اے لوگو! بے شک (قیامت کے روز) میں تم سے پہلے حوض پر موجود ہوں گا پس جب تم آگئے تو ایک آدمی کہے گا یارسول اللہ! ﷺ میں فلاں بن فلاں ہوں‘ پس حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: اس کا فلاں بن فلاں کہنا پایۂ ثبوت کو پہنچے گا اور رہا نسب تو تحقیق اس کی پہچان میں نے تمہیں کرادی ہے لیکن تم میرے بعد تم احداث کروگے اور الٹے پاؤں پھر جاؤگے۔“**(احمد‘حاکم)**

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور ﷺ نے فرمایا: تم میں سے بہترین وہ ہے جو میرے بعد میری اہل کیلئے بہترین ہے۔**(حاکم‘ابویعلی)**

ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ جب سیدہ فاطمۃ الزہراہ کو آتے ہوئے دیکھتے تو انہیں خوش آمدید کہتے‘ پھر ان کی خاطر کھڑے ہوجاتے‘ انہیں بوسہ دیتے ان کا ہاتھ پکڑ کرلاتے اور انہیں اپنی نشست پر بٹھا لیتے اور جب سیدہ فاطمہ رضی اللہ عنہا آپ ﷺ کو اپنی طرف تشریف لاتے ہوئے دیکھتیں تو خوش آمدید کہتیں‘ پھر کھڑی ہوجاتیں اور آپ ﷺ کو بوسہ دیتیں۔“**(نسائی‘ابن حبان)**

حضور نبی اکرم ﷺ کے آزاد کردہ غلام حضرت ثوبان رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ حضور نبی اکرم ﷺ جب سفر کا ارادہ فرماتے تو اپنے اہل وعیال میں سے سب کے بعد جس سے گفتگو فرما کر سفر پر روانہ ہوتے وہ حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا ہوتیں ور سفر سے واپسی پر سب سے پہلے جس کے پاس تشریف لاتے وہ بھی حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا ہوتیں۔**(احمد‘ابوداؤد)**

حضرت بریدرضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ کو عورتوں میں سب سے زیادہ محبت حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا سے تھی اور مردوں میں سے حضرت علی المرتضٰی رضی اللہ عنہ سب سے زیادہ محبوب تھے۔**(ترمذی‘نسائی‘حاکم)**

نفس کیخلاف جنگ

یہ خواب میں کئی سال سے بار بار اور وقفے وقفے سے دیکھ رہی ہوں میں خود کو پرانے دور میں کسی جنگجو فوج کا سپہ سالار دیکھتی ہوں، ایک صحرا میں دونوں طرف سے فوجیں آتی ہیں اور پھر جنگ شروع ہوجاتی ہے۔ بہت سے لوگ مارے جاتے ہیں اور میری فوج ہار جاتی ہے۔ دوسری فوج کے سپاہی مجھے اور میرے چند بچے کھچے سپاہیوں کو گرفتار کرکے لے جاتے ہیں جس بادشاہ کی فوج مجھے گرفتار کرکے لے جاتی ہے اس کی دس بارہ ملکہ ہوتی ہیں۔ فوج بادشاہ کے حکم کے مطابق مجھے اس کی ایک ملکہ کے حوالے کردیتے ہیں مگر وہ ملکہ مجھے رکھنے سے انکار کردیتی ہے۔ اس طرح میں باری باری ہر ملکہ کی غلامی میں جاتی ہوں اور ٹھکرائی جاتی ہوں۔ پھر کوئی غیبی آواز مجھے کہتی ہے کہ میں یہاں سے بھاگ جاؤں ورنہ ان ملکاؤں کا گناہ مجھ پر ہوگا۔ میں قلعے سے بھاگنے کی کوششیں کرتی ہوں مگر میں پکڑی جاتی ہوں اور تب سپاہی مجھے بادشاہ کے سامنے اس کے دربار میں پیش کرتے ہیں۔ بادشاہ دوسری طرف منہ کرکے بیٹھا ہوتا ہے اور اس کے کھچڑی بال اور داڑھی لمبی ہوتی ہیاور جیسے ہی وہ بادشاہ میری طرف منہ کرکے مجھے دیکھنے لگتا ہے تو میری آنکھ کھل جاتی ہے اور میں کبھی اس کی شکل نہیں دیکھ پاتی۔ **(ماہین، راولپنڈی)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ جنگ دراصل نفس اور ضمیر کی ہے۔ آپ اس وقت دنیاوی ماحول سے مغلوب ہیں اور آپ کا ضمیر اس ماحول کی قید سے نکلنے اور دینداری اختیار کرنے پر آمادہ کررہا ہے۔ لہٰذا آپ نیک اعمال کی پابندی کریں اور گناہوں سے توبہ کرکے اللہ پاک کی رحمت کو اپنی طرف متوجہ کریں۔

[redacted]

مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی چیز اچانک مجھے میرے دونوں ہاتھوں سے پکڑ کر کھینچ رہی ہے۔ میں نے خود کو ہوا میں بے بس اڑتا ہوا محسوس کیا۔ خواب کے دوران اڑتے ہوئے میں نے محسوس کیا کہ کوئی غیبی آواز کہہ رہی ہے کہ یاحی یاقیوم پڑھو۔ میں نے خواب کے دوران یاحی یاقیوم پڑھنا شروع کیا تو اس چیز نے مجھے چھوڑ دیا۔ جونہی میں نے یہ ورد ختم کیا تو اس چیز (میں خواب کی کیفیت میں اسے کوئی آسیبی چیز ہی سمجھ رہا تھا) نے دوبارہ مجھے کھینچنا شروع کردیا۔ میں نے دوبارہ یاحی یاقیوم کا ورد شروع کیا تو اس چیز نے مجھے دوبارہ چھوڑ دیا اور اس کے فوراً بعد میری آنکھ کھل گئی۔ **(فہد، لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر پرانے آسیبی اثرات محسوس ہوتے ہیں۔ آپ روزانہ سورۂ بقرہ مکمل کسی بھی وقت اپنے کمرے میں آواز کے ساتھ پڑھ لیا کریں۔ یہ عمل اکتالیس دن بلاناغہ کرلیں۔ انشاء اللہ اثرات دور ہوجائیں گے۔

مرحوم رشتہ داروں سے ملاقات

میں نے دیکھا کہ ایک گھر میں میری امی کی بڑی تائی (جن کا انتقال ہوچکا ہے) اور میری امی کی چچی کی بڑی بہن (یہ زندہ ہیں) مل کر رو رہی ہیں کسی کے انتقال پر اس گھر میں، میں اپنی امی کی پھوپھی کے ساتھ پودوں کے پاس بیٹھی ہوں ہمیں دیر ہوجاتی ہے پھر میرے ابو کہتے ہیں چلو رکشہ میں تو میرے امی ابو دونوں بیٹیوں کو لے جاتے ہیں اور میں رہ جاتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ یہ لوگ تو چلے گئے ہیں میں گھر میں آجاتی ہوں تو میری امی کی پھوپھی کہتی ہیں کہ ہمارے ساتھ چلی جانا۔ پھر منظر بدل جاتا ہے اور میں اپنے آپ کو اپنے ابو کے گھر میں دیکھتی ہوں اور اپنی چھوٹی بیٹی کے بارے میں پوچھتی ہوں تو اس وقت میری چھوٹی بہن اسے گود میں لیکر آرہی ہوتی ہے۔ پھر منظر بدل جاتا ہے اور میں اپنے آپ کو اپنی امی کی کزن (جن کا انتقال ہوچکا ہے) کے ساتھ پارک میں ہوں اس پارک میں میری امی کی بڑی تائی (جن کا انتقال ہوچکا ہے) ان کی بیٹی اور بہو بھی ہیں تو میری امی کی کزن مجھے وہاں لے جاتی ہیں۔ پھر ہم ایک بلڈنگ جو پارک ہی میں ہے اس کا دروازہ کھولتے ہیں تو ہمیں ایک مسجد نظر آتی ہے، میں امی کی کزن سے کہتی ہوں کہ یہ مسجد عورتوں کیلئے بنائی گئی ہے تاکہ عورتوں کو سہولت ہولیکن جب ہم اندر جھانکتے ہیں تو وہاں مرد وضو کررہے ہوتے ہیں تو امی کی کزن کہتی ہیں کہ آہی جائیں گی عورتیں۔ اس کے بعد سلسلہ ختم ہوگیا۔ **(ماہین، شیخوپورہ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ مذکورہ مرحومین کیلئے نفلی عبادت یا مالی صدقہ کرکے ایصال ثواب پہنچائیں۔ انشاء اللہ آپ کو دینی اور دنیاوی ترقیاں نصیب ہوں گی۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

[redacted]

میں دیکھتی ہوں کہ میری دوست (ر) کا بھائی ایک ہاتھی کے بچے کی کھال اتار رہا ہوتا ہے۔ (میری دوست کے بھائی کی عمر تیرا سال ہے) جب وہ کھال اتار لیتا ہے تو ہاتھی کے بچے پر ہاتھ پھیر کر اس کو بکرا بنادیتا ہے اور کھال اور بکرا لیکر چلا جاتا ہے اور میں گھر کے باہر صفائی کرنے لگتی ہوں کہ ہمارے گھر کے ساتھ والی اکیڈمی میں بہت سے لڑکے پڑھنے آتے ہیں ان میں وہ لڑکا بھی ہوتا ہے جسے میں حقیقت میں پسند کرتی ہوں۔ محلے میں بچے کھیل رہے ہوتے ہیں اور عورتیں کھڑی باتیں کررہی ہوتی ہیں کہ وہ لڑکا جسے میں پسند کرتی ہوں میرے قریب آتا ہے اور ہاتھ بڑھا کر مجھے گلاب کا پھول دیتا ہے۔ میں اس سے کہتی ہوں دیکھو مجھے سب کے سامنے پھول مت دو، محلے والے باتیں بنائیں گے اور وہ خاموشی سے چلا جاتا ہے اور میں کافی دیر باہر کھڑی اس کا انتظار کرتی ہوں لیکن وہ نہیں آتا پھر میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کی تعبیر یہ ہے کہ آپ کیلئے بہترین رشتہ آئیگا لیکن اگر جذباتی پن اور بے احتیاطی سے کام لیا تو یہ موقع ہاتھ سے نکل جانے کا اندیشہ ہے۔ نیز اس بات کا بھی اشارہ ہے کہ جس لڑکے کو آپ پسند کرتی ہیں وہ آپ کا تو نہ بنے گا لیکن آپ کی رسوائی کا سبب ہوسکتا ہے آپ استغفار کثرت سے پڑھا کریں۔

نسخہ برائے جریان

ھوالشافی: کشتہ سچا موتی دو ماشہ، کشتہ مرجان دو ماشہ، کشتہ عقیق دو ماشہ، ایک پاؤ چینی، چھوٹی الائچی تین ماشہ لیکر سب کو یکجان کرلیں۔ ایک چمچ صبح وشام دودھ کے ساتھ مسلسل دس دن تک کھائیں۔

انشاء اللہ ہمیشہ کیلئے اس موذی مرض سے چھٹکارا حاصل کرلیں گے۔ یہ نسخہ میں نے آج تک جس کسی کو بھی دیا ہے اللہ نے اس کو شفاء دی ہے۔ **(محمد رمضان نیازی، صادق آباد)**

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت و رواداری اور امن وسلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عبقری کو قارئین نے کیسا پایا؟ عبقری نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی، سرکاری، پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں، عبقری کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ **(ادارہ)**

فقیر کی دعا سے سب کام بن گئے

نصیر احمد ایبٹ آباد

سارے گھر والے حیران تھے کہ یہ کیا ماجرا ہے؟ دوسرے دن صبح سویرے شہر سے ایک آدمی آیا اس نے ماموں کو کہا کہ مکان تعمیر کرنا ہے اس کے ساتھ چلے' ماموں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور ساتھ ہو لیے۔ مزدور بھی ساتھ لے لیا' کام شروع کر دیا

ایک صاحب نے اپنے ماموں کا قصہ کچھ اس طرح بیان کیا کہ اس کے ماموں ایک پہلوان ٹائپ انسان تھے۔ راج (مستری) کا کام کرتے تھے۔ چند دن کام نہ ملا۔ شہر کا چکر لگاتے رہے' کمایا ہوا خرچ کر ڈالا۔ ایک دن شہر سے واپس ہوئے تو دیکھا کہ چند ساتھی گاؤں سے باہر پتھروں پر بیٹھے ہوئے گپیں لگا رہے ہیں۔ یہ بھی ان کے پاس چلے گئے سلام ودعا کے بعد پوچھا کہ کیا خاص باتیں کر رہے ہو کیا مجھے بھی بتاؤ گے؟ انہوں نے کہا کیوں نہیں بیٹھو اور سن لو۔ وہ بولے ہم نے پیدل حج جانے کا پروگرام بنایا ہے۔ تم نے بھی اگر جانا ہے تو تیاری کر و اور ایک دن مقرر کر کے روانہ ہو جائیں گے۔ پیسے کسی کے پاس نہیں کوئی مال مویشی فروخت کر کے چلے جائیں گے' کہنے لگے کہ ماموں یہ بات سن کر تڑپ گئے' دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے مدد مانگنے لگے۔ شام کا وقت تھا گھر والے مکئی کی روٹی پکانے میں مصروف تھے گھر میں ایک ہی گنڈی پیاز پڑا ہوا تھا۔ میرے ماموں نے گنڈی اٹھائی اور جیب میں ڈال لی۔ روٹی پکنے کا انتظار کرنے لگے۔ خیال تھا کہ پیاز کاٹ کر لسی کے ساتھ روٹی کھائیں گے۔ گھر سے باہر ایک جگہ پر جا کر بیٹھ گئے۔ آگے سے راستہ گزرتا تھا۔ دیکھا کہ عام کپڑوں میں ایک شخص چلا آرہا ہے' سر دائیں بائیں مار رہا ہے' ایسا لگتا کہ گردن میں ہڈی نہیں' نزدیک آیا تو ماموں نے بیٹھنے کا کہا' وہ بیٹھ گیا۔

ماموں نے پوچھا کہ پانی پینا ہے یا لسی؟ وہ بولا لسی لے آؤ' ماموں ایک بڑے کٹورے میں لسی لائے اور پیش کر دی' فقیر نے پینے کے بجائے ہاتھ دھو کر کٹورہ خالی کر دیا۔ ماموں نے سوچا کہ اس کو پسند نہ آئی ہوگی اس لیے ہاتھ دھو لیے' ماموں نے کٹورہ دھویا اور دودھ سے بھر کر پیش کیا۔ اس شخص نے دودھ سے بھی ہاتھ دھو لیے۔

ماموں سمجھ گیا کہ یہ کوئی مجذوب یا فقیر ہے۔ ماموں نے گھر والوں کو کہا کہ گھی نیم گرم کر کے دیں۔ وہ پیالہ میں ڈالا اور لا کر سامنے رکھ دیا۔ فقیر نے اس سے بھی ہاتھ دھو لیے اور ماموں کے جیب میں پڑی پیاز کی گنڈی مانگ لی۔ ماموں نے نکال کر بخوشی پیش کر دیا۔ ماموں حیران ہوئے کہ اس نے کھانے کی پاک چیزوں سے ہاتھ کیوں دھوئے ہیں؟ روٹی کا پوچھا تو اس نے انکار کر دیا۔ پیاز کی گنڈی ہاتھ میں رکھ کر سفر پر روانہ ہو گیا۔

سارے گھر والے حیران تھے کہ یہ کیا ماجرا ہے؟ دوسرے دن صبح سویرے شہر سے ایک آدمی آیا اس نے ماموں کو کہا کہ مکان تعمیر کرنا ہے اس کے ساتھ چلے' ماموں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا اور ساتھ ہو لیے۔ مزدور بھی ساتھ لے لیا' کام شروع کر دیا' روزانہ جو اجرت ملتی اس میں سے کچھ کا سودا سلف لے آتا اور باقی رقم حج کیلئے جمع کرتے رہتے۔ پانچ چھ دن گزر گئے' ماموں نے مالک مکان کو کہا کہ اگر وہ برا نہ مانے تو وہ ٹھیکہ پر اس سے کام کرائے۔ ماموں نے بتایا کہ ٹھیکے سے وہ دن رات لگا کر مکان کی تعمیر مکمل کر دے گا اور جلدی مکان تیار ہو جائیگا۔ روزانہ اجرت پر کام میں کافی دن لگ جائیں گے۔ مالک راضی ہو گیا۔ ماموں نے دن رات کام شروع کر دیا' پندرہ دن میں مکان مکمل کر دیا۔

مالک مکان اتنی جلدی کام مکمل کرنے پر، بہت خوش ہو گیا کام بھی ایسا کیا کہ دیکھنے والے بھی تعریفیں کرنے لگے' مالک نے آخری دن تمام طے شدہ رقم دیکر ایک ہزار روپیہ بطور انعام بھی دیا۔ ماموں خوشی خوشی گاؤں آئے دوسرے لوگوں سے کہا کہ جلدی تیاری کرو میں بالکل تیار ہوں۔ سب تیار ہو کر حج کو روانہ ہو گئے۔ مکہ مکرمہ میں چند پاکستانی ملے اور روزگار پر لگانے کی درخواست کی۔

انہوں نے سب کو روزگار پر لگا دیا۔ بلڈنگیں تعمیر ہو رہی تھیں شیخ کام دیکھ کر ماموں پر مہربان ہو گئے اور کھلا پیسہ اجرت میں دینے لگے۔ ماموں نے پانچ سال پورے کیے جب گاؤں واپس آئے تو امیر ترین انسان تھے جب تک زندہ رہے شاہ خرچ رہے۔ ایک وقت وہ تھا کہ گھر میں سوائے ایک گنڈی پیاز کے کچھ روٹی کے ساتھ کھانے کو نہ تھا اور ایک وقت وہ آیا کہ جب گھر میں مرغ اور بکرے پکنے لگے۔ فقیر نے جو اعمال کیے وہ عام آدمی کی سمجھ سے بالاتر ہیں۔ یہ راز کی باتیں اللہ اور اس کے نیک بندے ہی جانتے ہیں جو روشن ضمیر ہیں۔

عبقری نے زندگی میں سکون بھر دیا

عائشہ طاہرہ سلطانہ

آپ یقین کریں کہ ماشاء اللہ میں نے اتنی پڑھائی کی ہے کہ اب میں اللہ سے جو بھی دعا مانگوں اللہ تعالیٰ وہ قبول فرما لیتے ہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ عبقری سے مجھے وہ سکون ملا ہے جو شاید دنیا بھر کی دولت سے بھی نہ مل پاتا۔ عبقری ملنے سے پہلے میری زندگی دکھوں سے بھری ہوئی تھی' ہر روز ایک نئی ٹینشن ملتی تھی۔ میں گھریلو جھگڑوں میں اتنی الجھی ہوئی تھی کہ میرا دل کرتا تھا کسی نہ کسی طرح اپنی زندگی کا خاتمہ کر لوں۔ پھر مجھے عبقری رسالہ کی شکل میں ایک رہنما ملا۔ جس میں سے میں نے مختلف وظائف اور عملیات اور طبی نسخہ جات استعمال کیے۔ اس میں موجود روحانی محفل نے میری زندگی میں سکون بھر دیا۔

میرے گھر میں موجود ایسے افراد جن کو میں ایک نظر بھی نہ بھاتی تھی اور وہ ہر وقت مجھے اذیتیں دیتے رہتے تھے آہستہ آہستہ خود بخود اپنے عزائم سے باز آ گئے۔ آپ یقین کریں کہ ماشاء اللہ میں نے اتنی پڑھائی کی ہے کہ اب میں اللہ سے جو بھی دعا مانگوں اللہ تعالیٰ وہ قبول فرما لیتے ہیں۔

عبقری میگزین میں دو انمول خزانہ کا پڑھا وہ میں نے عبقری کے دفتر سے منگوایا اور اس کتابچہ میں دی گئی ترکیب سے پڑھا۔

اب میں کوئی بھی کام بنانے کیلئے انمول خزانہ کی منت مان لوں تو وہ کام پورا ہو جاتا ہے اور میرے اللہ نے مجھ پر اتنی کرم نوازی کی ہے' اللہ مجھے اپنی پناہ میں رکھے اور میرے اہل وعیال کو بھی اپنی حفاظت میں رکھے۔ آمین!

بعض دفعہ میں سوچتی ہوں کہ میں نے اپنی اتنی زندگی گزاری اور اللہ تعالیٰ مجھے معاف کرے اور نیکی کے راستے پر چلنے کی توفیق دے بس اب تو ایک ہی خواہش ہے کہ حج یا عمرہ کر کے آؤں۔ دل بہت مچلتا ہے کہ روضۂ رسول ﷺ اور خانہ کعبہ میں جا کر اتنے آنسو بہاؤں کہ اپنی پچھلی زندگی کی تمام باتیں اللہ سے معاف کرا لوں۔ اللہ تعالیٰ مجھے معاف کرے میں اللہ تعالیٰ کی حقیر بندی اور حضور ﷺ کی غلام مجھے اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اپنے دیدار اور رسول کریم ﷺ کی شفاعت نصیب کرے آمین۔

ابھی تھوڑے دن کی بات ہے کہ میں اپنی نند کے دیور کے ہاں ایک تقریب میں گئی' وہاں سے واپسی پر مجھے پتہ ہی نہ چلا میرا ایک بندہ سونے کا گر گیا اور اب یہ پتہ نہیں کہاں گرا' گھر آ کر میں نے برقعہ اتارنے کے **(باقی صفحہ نمبر 41 پر)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روز مرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روز مرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بالوں کا گھمبیر مسئلہ

میرے بالوں کا مسئلہ بہت گھمبیر صورت اختیار کرتا جارہا ہے، میرے بال دن بدن کمزور اور روکھے ہوتے جارہے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں، پہلے میرے بال بہت گھنے اور لمبے تھے لیکن پچھلے چند ماہ سے بہت زیادہ تعداد میں گرنا شروع ہوگئے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت زیادہ پریشان ہوں براہ مہربانی مجھے کوئی مشورہ دیں۔ شکریہ! **(آسیہ شفیق، لاہور)**

مشورہ: گھنے بالوں کا مسئلہ کچھ زیادہ ہی نظر آرہا ہے۔ کئی خطوط آئے جن کے بال گر رہے ہیں اچھے سے اچھے شیمپو اور صابن کے استعمال کے بعد بھی بالوں کی نشوونما نہیں ہورہی۔ کچھ کا مسئلہ یہ ہے کہ بالوں کی چمک ختم ہوگئی ہے اور وہ ٹوٹ رہے ہیں۔ باوجود احتیاط کے بال لمبے نہیں ہوتے اور بے جان نظر آتے ہیں۔ بالوں کی خوبصورتی کا تعین ان کی لمبائی اور ان کے گھنے پن سے کیا جاتا ہے کچھ خواتین کے گھنیرے بال دیکھ کر رشک آتا ہے۔ چھدرے بالوں والی خواتین چاہتی ہیں ان کے بال گھنے ہوجائیں۔ ان کو معلوم نہیں بالوں کا گھنا ہونا موروثی ہوتا ہے۔ پیدائشی طور پر کم بال ہوں تو ان کو احتیاط کے ساتھ دیکھ بھال کرکے سنبھالا جاتا ہے۔ باریک بال ہوں تو ان کو آپ گرنے سے بچا سکتے ہیں۔

ناقص غذا، خراب پانی، سوڈے والے صابن اور خراب شیمپو استعمال کرنے سے بھی بال گرتے ہیں، کوئی غم لاحق ہو تو اس سے بھی بال گرنے شروع ہوجاتے ہیں۔ بچے کو دودھ پلانے کے دوران بھی غذا کی کمی سے بال تیزی سے گرتے ہیں جو لوگ سر میں بالکل مساج نہیں کرتے، ان کے بال بھی بے رونق اور خشک ہوجاتے ہیں۔ بال انسانی شخصیت کی کشش کا باعث ہوتے ہیں۔ یہ کشش برقرار رکھنے کیلئے بالوں کی دیکھ بھال بہت ضروری ہے۔ ذہنی تناؤ اور دباؤ سے وہ سب سے پہلے متاثر ہوتے ہیں۔ آج کے دور نت نئے شیمپو کے اشتہار آتے ہیں ان سے متاثر ہوکر خواتین انہیں استعمال کرتی ہیں اور بسا اوقات نقصان اٹھاتی ہیں۔

پہلے زمانے میں سرسوں کی کھل سے سر دھویا جاتا اور سرسوں کا خالص تیل سر پر لگایا جاتا تھا۔ اس سے بال سیاہ، چمکیلے اور گھنے رہتے تھے، سفید بھی نہیں ہوتے تھے۔ بادام کی کھل سے بھی بال دھوئے جاتے تھے اور ناریل کا تیل لگایا جاتا تھا۔ بنگال میں ناریل کا تیل استعمال کرنے سے بال بے حد لمبے اور پرکشش ہوتے تھے۔ چنبیلی کے تیل میں مختلف جڑی بوٹیاں ملا کر تیل بنایا جاتا تھا۔ آنولے اور ریٹھے سے بھی سر دھویا جاتا تھا، بیری کے پتے پیس کر سر دھونے سے بھی بال مضبوط اور گھنے ہوتے تھے۔ وقت کے ساتھ ساتھ یہ ساری باتیں ختم ہوئیں اب خشک بالوں کیلئے کریم شیمپو، سر میں خشکی کیلئے اینٹی ڈینڈرف شیمپو، چکنے بالوں کیلئے لیمن شیمپو، سادے بالوں کیلئے شیمپو، بے شمار اقسام کے دستیاب ہیں۔ اب ڈاکٹر کہتے ہیں بالوں کیلئے وٹامن اے، بی، سی، ڈی، ای، کلورین، سلفر، آئیوڈین اور زنک ضروری ہے۔ حیاتین کی ایک خاص مقدار بالوں کی صحت کیلئے ضروری ہے۔ تازہ سبزیاں، سلاد اور پھل کھانے سے بالوں کو وٹامن وغیرہ کی مطلوبہ مقدار مل جاتی ہے۔ وٹامن کی گولیاں کھانے کے بجائے اگر آپ غذا پر زور دیں تو سارے مسئلے حل ہوجاتے ہیں۔ تازہ ہوا، اچھی غذا اور بالوں کی مناسب دیکھ بھال سے بال گرنے بند ہوجاتے ہیں۔

سب سے آسان اور بے ضرر علاج آملہ ہے۔ رات کو مٹھی بھر آنولے ایک پیالے میں بھگو دیجئے صبح آنولے مل کر چھلنی میں چھان لیجئے۔ پانی سر میں لگایئے اور چند منٹ مساج کیجئے پھر سادہ پانی سے دھو لیجئے۔ ایک ماہ کے استعمال سے آپ بالوں میں نمایاں چمک اور نرماہٹ محسوس کریں گے۔

بالوں کی صحت کیلئے سب سے مفید چیز یہ ہے کہ آپ پابندی سے نماز پڑھیے۔ سجدہ کرنے سے دوران خون سر کی جانب ہوتا ہے اور اس سے بھی بال مضبوط ہوتے ہیں۔ اعصابی اور ذہنی تناؤ نماز ہی سے دور ہوتا ہے۔ تناؤ ختم ہوگا تو آپ کے بالوں کی صحت روز بروز بہتر ہوگی۔

بال دو چار ہفتوں میں نہیں بڑھ جاتے۔ آپ اطمینان اور سکون سے وقت گزاریئے، آملے سے سر دھوئیں اور تیل کا مساج کیجئے۔ آپ کو خود ہی اس بے ضرر علاج سے فائدہ محسوس ہوگا۔

سردی میں انگلیاں کیوں سوجتی ہیں؟

سردی کے موسم میں پاؤں کی انگلیاں سوج جاتی ہیں، پھر پاؤں گرم ہونے پر خارش ہونے لگتی ہے۔ ہاتھوں کی انگلیاں بھی سوج جاتی ہیں۔ ہاتھ کی پوریں بھی ابھری لگتی ہیں، میں مری میں رہتی ہوں اگر سردی کے موسم میں کہیں اور چلی جاؤں تو میرے ہاتھ پاؤں ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ اس کیلئے بتایئے میں کیا کروں؟ (ش۔ب، مری)

مشورہ: ایک بڑا شلغم کاٹ کر پانی میں خوب ابال لیے۔ اس میں تھوڑا سا نمک ملایئے اور رات کے وقت گرم پانی میں پاؤں بھگو کر بیٹھئے۔ پانی ٹھنڈا ہوجائے تو پاؤں نکال کر صاف کرلیجئے، مگر دوسرے پانی سے نہیں بلکہ کپڑے سے صاف کرکے معمولی سا زیتون کا تیل لگایئے۔ سوتی موزے پہن کر سو جایئے۔ ایک چمچ شہد، ایک چوتھائی چمچ لیموں کا رس اور ایک چوتھائی چمچ زیتون کا تیل ملا کر یہ لیپ دن میں کسی وقت ہاتھوں کی پوروں پر لگیجئے 10 منٹ بعد ہاتھ پانی سے دھو لیجئے۔ امید ہے کافی فرق پڑے گا۔

زیادہ پیشاب کی شکایت

میرے چار بچے ہیں، باری باری رات کو پیشاب کیلئے اٹھتے ہیں، میرے شوہر اور سسر بھی رات کو چھ سات بار اٹھ کر پیشاب کیلئے جاتے ہیں۔ مجھ سے کسی نے کہا ہے تل کے لڈو بنا کر کھلاؤ، اس سے یہ شکایت دور ہوجائیگی۔ چھوٹا بچہ چھ سال کا ہے۔ بعض دفعہ وہ بستر پر پیشاب کردیتا ہے۔ مارنے پیٹنے سے بھی باز نہیں آتا۔ براہ کرم میرا یہ مسئلہ حل کردیجئے۔ **(مسز خان، پشاور)**

مشورہ: آپ شام کے وقت بچوں کو ٹھوس غذا دیجئے۔ مغرب کے بعد کسی کو چائے، دودھ وغیرہ نہ دیا جائے، پیشاب کرکے بچوں کو بستر میں جانے دیں، تل کے لڈو مفید ہوتے ہیں، گڑ کے شیرے میں تل اور میوہ ڈال کر لڈو یا برفی بنالی جاتی تھی جو سردی کی شدت کو بھی روکتی اور مثانے کو طاقت دیتی تھی۔

لڈوؤں کیلئے آپ ایک پاؤ ناریل لے کر کدوکش کرلیجئے اور ایک پاؤ اچھا صاف منقہ لے کر اس کے بیج نکالیے، سفید دھلے ہوئے تل ایک پاؤ لیکر صاف کرلیجئے ان تینوں کو ملا کر کوٹئے اور ان کے پچیس لڈو بنا کر رکھ لیجئے۔ صبح نہار منہ بچوں کو ایک لڈو کھلایئے اور پندرہ منٹ بعد ناشتہ کرایئے۔ رات کو سونے سے پہلے ایک لڈو کھلا دیجئے، بڑوں کو دو لڈو کھلایئے اس سے جسم میں طاقت آئیگی، اعصاب مضبوط ہونگے، مثانہ مضبوط ہوگا، سردی کے موسم میں مسلسل یہ لڈو کھلائے جائیں تو فائدہ ہوگا۔ تلوں کے لڈو سوجی کو گھی میں بھون کر، تل، میوے اور چینی ڈال کر بنائے جاتے ہیں، کچھ لوگ گڑ کا شیرہ پکاتے ہیں، اس میں تل اور میوہ ملاتے ہیں اور بھونی ہوئی

سبز پتوں والی سبزیوں کے فوائد

کرن ناز' لاہور

گرم اور سرد مزاج دونوں افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ فوری ہضم ہونے میں مفید ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن دونوں میں نافع ہے۔ نزلہ' سینہ اور پھیپھڑوں کے درد اور بخار میں اس کا کھانا بہت مفید ہے

سبزیاں نہایت غذائیت بخش خصوصیات رکھتی ہیں جس کی وجہ سے ان کو حفاظتی خوراک میں شامل کیا جانے لگا ہے۔ موجودہ دور کے ماہرین خوراک اب سبزیوں خصوصاً سبز پتوں کو بطور ساگ استعمال کرنے کے مشورے دینے لگے ہیں۔ تحقیق کے مطابق اس کی بڑی وجہ یہ ہے کہ یہ حیاتین نمکیات اور سیلولوز سے بھرپور ہوتے ہیں۔ ان پتوں میں چمکدار سبز رنگ حیاتین اور کلوروفل کی نشاندہی کرتا ہے اور یہ سبز پتے اپنے کاربوہائیڈریٹ کی بدولت انسان کو اچھی خاصی توانائی فراہم کرتے ہیں۔ اپنی مخصوص توانائی کی وجہ سے ان پتوں کو دن میں کم از کم دو مرتبہ کسی نہ کسی طرح ضرور استعمال کرنا چاہیے۔ بطور سلاد یا ان کا سالن ساگ کی شکل میں پکا کر استعمال کرنا انسانی صحت کیلئے نہایت سودمند ہوتا ہے۔ یہ سبز پتے اپنے اندر موجود ریشوں اور دیگر اجزاء کی وجہ سے قبض کشا اثر رکھتے ہیں جس کی وجہ سے انسان کا نظام انہضام درست طور پر کام کرتا ہے اور بہت سے ایسے امراض سے انسان کو بچائے رکھتا ہے جو خرابی معدہ کے سبب پیدا ہوتے ہیں۔ ان پتوں میں موجود نمکیات اور حیاتین کی موجودگی غذا کو ہضم ہونے' تازہ اور مصفاء خون کی فراہمی میں ممد و معاون ہوتے ہیں۔ سبزیوں کے ان پتوں میں میتھی' چولائی' شلغم' مولی' پالک اور باتھو وغیرہ کے پتے زیادہ مستعمل ہیں۔ ان کے خواص درج ذیل ہیں:۔

میتھی: یہ بنیادی طور پر پیشاب آور اور مخرج بلغم ہے۔ گردوں میں جب سوزش کی وجہ سے پیشاب کم آرہا ہو تو پیشاب لاتی ہے۔ اس طرح بلغم کو خارج کرکے پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی کی تندرستی کو برقرار رکھتی ہے اور توانائی فراہم کرکے آئندہ ملتہب (ورم) ہونے سے محفوظ رکھتی ہے۔ میتھی کے استعمال کے دو طریقے ہیں۔ ایک طریقہ اس کے پتوں کو بطور سالن پکا کر کھانے کا ہے اور دوسرا طریقہ اس کے پتے اور شاخیں سکھا کر کام میں لانا ہے۔ پسی ہوئی میتھی کا ایک چائے والا چمچہ پانی کے ساتھ کھانے سے اسہال اور پیچش کو فائدہ دیتا ہے۔ اگر اسے پانی میں ملا کر گرم کرکے شہد ملا کر پیا جائے تو کھانسی کیلئے مفید ہے۔ میتھی کے مسلسل استعمال سے بواسیر کا خون بند ہوجاتا ہے اور اکثر اوقات مسے گر جاتے ہیں۔ ریح کو ختم کرکے والی اور پیشاب آور ہے جن عورتوں کو حیض کا خون بار بار آتا ہو ان کیلئے مفید ہے۔ عورتوں کے دودھ کی مقدار میں اضافہ کرتی ہے۔ جسمانی خون کی کمی اور اعصابی کمزوری کیلئے بے حد مفید سبزی ہے۔

پالک: گرم اور سرد مزاج دونوں افراد کیلئے یکساں مفید ہے۔ فوری ہضم ہونے میں مفید ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن دونوں میں نافع ہے۔ نزلہ' سینہ اور پھیپھڑوں کے درد اور بخار میں اس کا کھانا بہت مفید ہے۔ گرمی کی وجہ سے ہونے والے یرقان اور کھانسی کو رفع کرتی ہے۔ پالک کے پانی سے غرغرہ کرنا حلق (سنگھڑی) کے درد کو آرام دیتا ہے۔ خون کو صاف کرتی ہے۔ دوسرے تمام ساگوں کی نسبت زیادہ نافع ہے اور غذائیت کے لحاظ سے چولائی اور بھوا کے ساگ سے بھی زیادہ بڑھی ہوئی ہے۔ صفراء کی وجہ سے اگر کسی بھی قسم کا جنون یا چڑچڑاپن ہو تو پالک کو بکرے کے گوشت میں پکا کر استعمال کرائیں۔ سر میں درد ہو یا مسلسل رہتا ہو تو بکرے کی سری میں پکا کر استعمال کریں اسے اگر مونگ کی دھلی ہوئی دال میں پکا کر کھایا جائے تو پیشاب کی سوزش اور پیشاب نہ آنے کی وجہ کو دور کرتی ہے۔

باتھو: یہ ایک خودرو پودا ہے اور عام طور پر گندم کے کھیتوں میں ازخود اگ آتا ہے۔ اسے بھی بطور ساگ پکا کر کھایا جاتا ہے جو اپنے طبی خواص کیلئے بہت سے امراض کیلئے سودمند ہے۔ حلق کے ورموں کو تحلیل کرتا ہے جن لوگوں کو گرمی کی وجہ سے کھانسی اور سل کا عارضہ ہو ان کیلئے مناسب ہے۔ ایسے اصحاب کو روغن بادام میں پکا کر کھانا چاہیے۔ غذا کو جلد ہضم کرتا ہے اور قبض کو دور کرکے پاخانہ لاتا ہے۔ ملین ہونے کی وجہ سے جگر کے سدے کھولتا ہے اور یرقان کیلئے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے سرد مزاج والوں کو چاہیے کہ جوش کرکے روغن زیتون میں بھون کر اور گرم مصالحہ ملا کر کھائیں۔ اسے جوش دیکر اس کے جوشاندے کے استعمال سے مثانے کی پتھری ٹوٹ جاتی ہے ایسی گرم دوائیں جو محلل نہ ہوں کے ساتھ کھانے سے قوت باہ بڑھتی ہے اس کے پتوں کو جوش کرکے وہ پانی پینے سے رکا ہوا پیشاب کھل جاتا ہے۔ باتھو غذا کی خواہش کو بڑھاتا ہے اور بھوک لگاتا ہے۔

میں نے ٹرین میں اسلام قبول کیا؟

دہلی سے چندی گڑھ جاتے ہوئے ٹرین میں ہندو سوار ہوا تھا لیکن ٹرین میں ایک اللہ والے نے آکر مجھے دعوت دی اور میں نے اسلام قبول کرلیا۔ ایمان قبول کرنے کے بعد مجھے ایسا لگا جیسے میں آج ہی پیدا ہوا ہوں' میں نے کلمہ پڑھ کر ایسا محسوس کیا جیسے کوئی جان لیوا گھٹن سے چھٹکارا پاتا ہے' 18 نومبر 2003ء سے آج تک ہر لمحہ مجھے مولانا صاحب کے اس قول کی سچائی دکھائی دے رہی ہے کہ مسلمان تو ہر بچہ پیدا ہوتا ہے مگر اللہ نے آپ کو بائی نیچر (فطرتاً) مسلمان رکھا ہے مجھے اسلام قبول کرکے اجنبی پن محسوس کرنے کے بجائے بہت اپنائیت اور مناسبت معلوم ہوئی۔ مولانا صاحب کو بھی میرے اسلام قبول کرنے کی بڑی خوشی ہوئی۔ انہوں نے بتایا کہ ہم جیسے درمیانی درجہ سے کے لوگ فرسٹ اے سی میں تو دور کی بات تھرڈ اے سی میں بھی سفر نہیں کرتے میں تو ہمیشہ سلیپر کلاس میں سفر کرتا ہوں پہلے سے واپسی طے نہ ہونے کی وجہ سے ہمارے رفیق محمد ہارون صاحب نے اگست کرانتی میں رزرویشن کرادیا کہ دہلی اور چندی گڑھ کے پروگرام میں شرکت ہوجائیگی ایک روز پہلے رزرویشن کرانے کے باوجود انہوں نے ٹکٹ تک مجھے نہیں دیا اور سیدھے گاڑی میں چھوڑنے آئے فرسٹ اے سی کے ڈبے میں جانے لگے تو میں بار بار کہتا رہا کہ یہ فرسٹ اے سی ہے۔ مفتی صاحب نے ان سے کہا کہ وہ ہرگز فرسٹ اے سی میں سفر نہیں کرینگے۔ بھائی عبدالعزیز نومسلم نے کہا میں مولانا صاحب کو راضی کرلونگا۔ بھائی عبدالعزیز نے بولے کہ جہاز میں تین گھنٹے سفر کے دوران ڈاکٹر قاسم جیسے بڑے آدمی مسلمان ہوگئے اب آپ کے ساتھ تین آدمی ہونگے اور سولہ گھنٹے کا ٹائم ہوگا اگر کچھ روپے خرچ ہوکر تین وی آئی پی مسلمان ہوگئے تو سودا کتنا سستا ہے۔ مولانا صاحب نے بتایا کہ عبدالعزیز کی اس تقریر نے مجھے مطمئن کردیا۔ میں نے مولانا صاحب سے کہا کہ میں آپ کو فرسٹ اے سی میں دیکھ کر ذرا عجیب سا محسوس کرتا ہوں مگر بعد میں خیال ہوا کہ کسی شردھالو عقیدت مند نے ٹکٹ کرایا ہوگا مگر اسلام قبول کرنے کے بعد اب محسوس ہوا کہ کسی عقیدت مند نے نہیں بلکہ میرے کریم مالک نے مجھ پیاسے اور بے چین بندے کیلئے آپ کو رہبر بنا کر اسے ڈبے میں سوار کیا تھا۔ کیونکہ اگر آپ آج اس ٹرین میں سوار نہ ہوتے تو مجھے اسلام جیسی نعمت نہ ملتی۔ **(صفحہ نمبر 167)**

"اگر آپ اسلام قبول کرنیوالے نومسلم بہن بھائیوں کی مزید اثر انگیز اور رلا دینے والی آپ بیتیاں پڑھنا چاہتے ہیں تو کتاب "نسیم ہدایت کے جھونکے" کا مطالعہ کریں

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میرے آزمودہ مجربات — میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

سر درد جاتا رہا

(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج)

میرے بیٹے محمد خطیب الرحمٰن جس نے ابھی ایف ایس سی کا امتحان دیا ہے عرصہ دو سال سے سر درد کی تکلیف میں مبتلا تھا' پہلے دیسی نسخے استعمال کیے' عارضی آرام آتا رہا' پھر انگریزی ادویات/ٹیسٹ وغیرہ پر ہزاروں روپے خرچ کیے مگر عارضی فائدہ ہوتا رہا۔ پھر اچانک ایک دن حکیم صاحب میرے ادارہ میں تشریف لائے ان کا یہ دورہ اچانک تھا۔ صرف دو تین گھنٹے پہلے فون پر رابطہ ہوا تھا' میری کتنی خوش نصیبی تھی کہ لوگ ان کی زیارت ومحفل کیلئے ترستے ہیں اور وہ میرے پاس تشریف لائے۔ اس دوران میرا بیٹا محمد خطیب الرحمٰن بھی وہاں موجود تھا جو کہ ننگے سر تھا۔ حکیم صاحب کی نگاہ جونہی میرے بیٹے پر پڑی تو فرمایا ''خطیب الرحمٰن! اللہ والے! ایک بات یاد رکھنا کہ آئندہ تم نے ننگے سر نہیں پھرنا'' اُس دن سے بچہ ننگے سر باہر نہیں نکلا اور اس دن سے لیکر آج تک اس کے سر میں تکلیف بھی نہیں ہوئی۔ اللہ والوں کی زبان میں کتنی تاثیر ہوتی ہے۔ انہیں تو بچے کی سر درد کی تکلیف کے بارے کچھ بھی نہیں کہا تھا مگر انہوں نے از راہ شفقت ایک سنت پر عمل کی نصیحت کی اور سنت نبوی ﷺ پر عمل کرنے کے صدقے بچے کے سر درد کی تکلیف جاتی رہی۔

دوائی کیسے پہنچی' اسے کون لایا؟

ایک ماہ قبل کا واقعہ ہے میرے گھر' میرے بستر پر ''اکسیر البدن'' کی ڈبی پائی گئی پتا چلا کہ ہمسائے دے گئے ہیں جنہیں کوئی اجنبی میرے لیے دے گیا ہے۔ میں نے فوراً بذریعہ فون دفتر ماہنامہ عبقری لاہور رابطہ کیا وہاں سے لاعلمی کا اظہار کیا گیا۔ حکیم صاحب سے التماس ہے کہ اس بارے مجھے رہنمائی فرمائیں کہ یہ دوائی بغیر مانگے کس طرح میرے پاس پہنچی؟ یہ بذریعہ ڈاک بھی نہیں آئی' میں نے کسی کو لانے کیلئے بھی نہیں کہا تھا۔ یہ الگ بات ہے کہ مجھے اس کی اشد ضرورت تھی۔ اس کی قیمت کس نے ادا کی؟ اور کون وہاں لایا یہ ابھی تک معمہ حل نہیں ہوا۔

ایک بات نے کایا پلٹ دی

غالباً 1982ء کی بات ہے میں کلاس میں پڑھا رہا تھا اسی دوران ڈاکیہ آیا اور اس نے میرا لفافہ میرے حوالے کیا۔ میں نے اسے کھولنے کیلئے ابتدا ہی کی تھی کہ میرے ایک ساتھی ٹیچر صوفی عبدالستار صاحب باز کی طرح جھپٹے اور میرا لفافہ میرے ہاتھوں چھین کر باہر لے گئے۔ میں نے ناراضگی کی شکل میں انہیں کہا کہ لفافہ میرا ہے اور تم نے کیوں چھینا ہے؟ جواباً فرمانے لگے۔ ''یہ وقت امانت ہے' خیانت نہ کرو'' انہوں نے میرے ضمیر کو ایک ایسی ضرب لگائی اور اس دن کے بعد آج تک میری یہ کوشش رہی ہے کہ بچوں کو پڑھانے کیلئے جو وقت امانتاً مجھے ملا ہے اس میں خیانت نہ کروں اگر کبھی کچھ کوتاہی ہوجائے تو اوور ٹائم لے کر کمی دور کردوں۔

[redacted]

(سہیل احمد' سکھر)

خارش کا نسخہ: مجھے کافی عرصہ سے خارش تھی میں نے کئی نسخہ جات استعمال کیے لیکن فائدہ وقتی ہوتا تھا پھر مجھے کسی نے یہ نسخہ استعمال کرنے کا کہا میں نے کچھ عرصہ استعمال کیا تو مجھے خارش سے نجات مل گئی۔ اس کے بعد میں نے جس کسی کو بھی یہ نسخہ دیا اللہ نے سب کو شفاء دی۔ نسخہ درج ذیل ہے:۔

ھوالشافی: گندھک' نیلا تھوتھا' ہائی چی' پارہ تمام 50,50 گرام لیں۔ **طریقہ استعمال:** سب کو پیس کر گائیں یا بھینس کے مکھن میں حل کریں اس کے بعد پارہ بھی حل کریں اور خارش زدہ جگہ پر لگائیں۔ (نوٹ: پارہ اور نیلا تھوتھا زہر ہیں احتیاط سے صرف خارش زدہ جگہ پر لگائیں کہیں منہ میں نہ چلا جائے۔)

فرشتوں کی عبادت کا ثواب

جو بندہ سورۃ الانعام کی پہلی تین آیات صبح وشام پڑھے گا چالیس ہزار فرشتے قیامت تک عبادت کریں گے اور اس کا ثواب بندے کے نامہ اعمال میں لکھا جائے گا۔ اس پر اللہ پاک ایک فرشتہ مقرر کردیتے ہیں جو شیطان کا وسوسہ ڈالنے پر اس کے منہ پر کوڑا مارتا ہے تو شیطان اور بندے کے درمیان پردے گر جاتے ہیں قیامت کے دن اللہ تعالیٰ فرمائیں گے اے بندے! آ میرے عرش کے سائے میں' تجھے اپنی جنت کے میوے کھلاؤں' حوض کوثر سے پانی پلاؤں' سبیل کے چشمے سے تجھے نہلاؤں۔

ان آیات سے مجھے بہت فوائد حاصل ہوئے ہیں جس دن یہ آیات نہیں پڑھتا اس دن میرا دل بے چین رہتا ہے۔

☆ جو شخص ہر فرض نماز کے بعد آیۃ الکرسی پڑھے تو اس کے اور جنت کے درمیان صرف موت کا پردہ ہے۔ (الحدیث)

☆ جو شخص صبح کی نماز کے بعد 10 مرتبہ تعوذ پڑھے اللہ پاک ایک فرشتہ مقرر کردیتا ہے جو اس سے شیطان کو دور کرتا ہے۔

☆ جو شخص ظہر کی نماز کے بعد یہ درود شریف 100 مرتبہ پڑھے تو وہ مقروض نہیں ہوگا اگر مقروض ہے تو قرض بے باک ہوجائیگا اور قیامت میں کسی نعمت کا سوال نہیں ہوگا اور نہ کسی قسم کے قصور کا محاسبہ ہوگا۔ (حدیث)۔ درود شریف یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ

☆ جو بندہ بسم اللہ کے ساتھ سورۂ اخلاص 10 مرتبہ صبح کی نماز کے بعد پڑھے گا شیطان چاہے کتنی کوشش کرے اسے غلط کام پر نہیں ڈال سکتا۔ ☆ ایک صحابی نے حضور ﷺ سے عرض کیا کہ دشمن کے حملے کے خوف سے ہم سو نہ سکے۔ آپ ﷺ نے فرمایا اگر آپ (حٰمٓ لَا یُنْصَرُوْنَ) پڑھ لیتے تو آرام سے سو جاتے وہ حملہ کرنے کی جرأت نہ کرتے۔

☆ جو شخص سورۂ یٰسین لکھ کر پانی میں حل کرکے پی لے گا اللہ پاک اس کے دل میں ہزار نعمتوں کو ہزار نوروں کو ہزار یقینوں کو ہزار برکتوں کو داخل کردیں گے اور ہزار جسمانی بیماریوں کو دور کردینگے۔ ☆ جو بندہ 41 مرتبہ سورۃ الکوثر کو اناج وغیرہ پر دم کرے گا تو رزق کبھی کم نہیں ہوگا۔ ☆ جو بندہ 41 مرتبہ سورۂ قریش پڑھ کر غلہ یا دیگ وغیرہ پر دم کریگا تو وہ کافی ہوجائیگا۔ ☆ جو بندہ سالن وغیرہ بناتے وقت دائیں ہاتھ سے چمچہ کو گھماتے ہوئے یہ آیت پڑھے گا تو انشاء اللہ ذائقہ دار بنے گا۔ آیت یہ ہے:۔ ''لَیْسَ لَھَا مِنْ دُوْنِ اللّٰہِ کَاشِفَۃ (سورۃ القمر ۲۷ پارہ)

☆ جو بندہ بخار کی حالت میں دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی کمر کے نیچے رکھ کر اذان اور اقامت پڑھے تو انشاء اللہ بخار

دور ہو جائیگا۔ ایک دفعہ میں نماز پڑھ کر گھر جا رہا تھا تو ایک دکاندار نے مجھے آواز دی کہ حافظ صاحب میرے دوست کو بخار ہے اس پر دم کریں تو میں نے اذان اور اقامت اس کی کمر پر پڑھیں تو بعد میں جب ملاقات ہوئی تو میں نے ان سے طبیعت معلوم کی تو انہوں نے کہا کہ الحمدللہ میں بالکل ٹھیک ہوں۔

☆ اگر سر میں یا پیٹ یا کسی دوسرے عضو میں درد ہو تو 3 مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ بائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی سے لکھیں انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔

☆ جو بندہ سوتے وقت سورۃ الکہف کی 102 سے لیکر 110 تک پڑھ کر سو جائیگا تو انشاءاللہ شیطانی وسوسات سے محفوظ رہیگا۔

☆ ایک دفعہ کا واقعہ ہے کہ اونٹ چرانے والا اونٹ لے جا رہا تھا تو ایک شخص نے کہا کہ کسی بھی اونٹ کی طرف اشارہ کرو تو میں اس اونٹ کو نظر لگا کر گرا دوں گا تو اس نے اونٹ کو غور سے دیکھا تو اونٹ اسی وقت گر گیا تو اونٹ والے سورۃ القلم کی آخری آیت پڑھی تو اونٹ اسی وقت کھڑا ہو گیا۔

☆ ایک غیر مسلم سے کسی نے مسجد کا رخ معلوم کیا تو اس غیر مسلم نے انگلی سے اشارہ کیا کہ اس راستہ سے چلیں مسجد آ جائیگی تو جب اس غیر مسلم کا انتقال ہوا اور اس کے رشتہ داروں نے اسے جلایا تو اس کی انگلی کو آگ نہیں لگی۔

سردی سے بچاؤ کیلئے لاجواب شربت فیض

(غلام محمد زیبی' پشاور)

سردیاں آ چکی ہیں' موسم کے بدلنے سے موسمی بیماریاں بھی آنے لگتی ہیں' سردیوں کے آنے اور موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت رہتی ہے' زکام کی وجہ سے گلے کی تکلیف اور بخار کی تکلیف بھی ہونے لگتی ہے۔ بدن کے درد کی شکایت بھی اسی وجہ سے رہتی ہے۔ بچوں کے علاوہ بڑے اور بوڑھے بھی تکلیف میں رہتے ہیں' کہتے ہیں اگر زکام کی حالت میں پرہیز کیا جائے' احتیاط کی جائے تو تین دنوں میں زکام اکثر ٹھیک یا کمی ہو جاتی ہے اور اگر پرہیز کی طرف توجہ نہ دی جائے تو زکام بگڑ جاتا ہے۔ نزلہ کھانسی کی شکایت ہو جاتی ہے اور اکثر زکام خراب ہونے کی وجہ سے مہینوں تک علاج کے باوجود بھی ٹھیک ہونے کا نام نہیں لیتا۔ موجودہ دور میں ہر ممکن علاج دریافت ہے اس کے باوجود پرانا یونانی علاج قابل اعتماد اور قابل بھروسہ ہے میں ہر سال یہ نسخہ ضرور بناتا ہوں گھر کے علاوہ اکثر لوگ یہ شربت لے جاتے ہیں۔ الحمدللہ جو بھی لیکر گیا ہے تعریفیں ہی کرتا ہے۔ نزلہ' زکام' کھانسی میں کئی کئی مرتبہ کا آزمودہ اور مجرب ہے۔ میرے پاس اکثر و بیشتر موجود رہتا ہے کیونکہ سردیوں کے علاوہ بھی ہر موسم اور ہر عمر میں فائدہ مند ہے۔ چونکہ یہ تجربہ شدہ شربت ہے۔ اس لیے آج میں خلوص دل سے ''عبقری'' کے قارئین کیلئے نسخہ اور ترکیب ساخت پیش کر رہا ہوں تا کہ اس سے استفادہ کرنے پر میرے حق میں دعا گو رہیں۔

اس نسخہ میں ادویات زیادہ ہیں اسی وجہ سے بے مثال ہے۔ اب سب سے پہلے میں نسخہ لکھ دیتا ہوں پھر بنانے کا مکمل طریقہ تحریر کرتا ہوں۔ **نسخہ:** بنفشہ' سپستان' پرسیاؤ شان' آملہ' سونف' ملٹھی تمام 48 گرام۔ زوفا' گلنار فارسی' برگ بانسہ' نیلوفر' برگ حنا' سناء مکی' صندل بورادہ' گل سرخ' گاؤ زبان 2-2 تولے (24 گرام)۔ بہدانہ' تخم خطمی' میتھی' تخم خیارین' کاسنی' عشبہ' کلونجی' الائچی خورد' دارچینی' عاقرقرحا' ایک ایک تولہ (12 گرام)۔ قسط شیریں 5 تولے' لونگ' ست پودینہ' تین تین گرام' شہد دس تولے (120 گرام)

بنانے کی ترکیب: سب سے پہلے بہیدانہ کسی پیالی میں ڈال کر تھوڑے پانی میں بھگو دیں۔ باقی ادویات کو دو لیٹر پانی میں رات بھر بھگو دیں۔ شہد اور ست پودینہ علیحدہ رکھیں۔ رات بھر بھگو دینے کے بعد صبح ہلکی آنچ پر پکنے دیں جب آدھا لیٹر پانی رہ جائے تو ہاتھ یا کسی چیز سے اچھی طرح مل کر چھان لیں۔ ایک کلو چینی کی گاڑھی چاشنی تیار کر کے یہ پانی اس میں ڈال دیں۔ ہلکی آگ پر دوبارہ پکائیں۔ پھر بہیدانہ کو ہاتھ سے مل کر وہ پانی بھی ڈال دیں۔ جب شربت تیار ہو جائے تو آگ سے اتار کر شہد شامل کرا دیں۔ جب شربت تیار ہو جائے تو آگ سے اتار کر شہد شامل کر دیں پھر ست پودینہ ڈال کر اوپر ڈھکن سے ڈھانپ دیں جب بالکل ٹھنڈا ہو جائے تو 3-4 ماشے میٹا بائی سلفیٹ ملا کر اچھی طرح مکس کر کے بوتلوں میں محفوظ کر لیں اور ڈھکن کو مضبوط رکھیں۔ انشاءاللہ ایک سال تک شربت خراب نہیں ہوگا۔ دن میں 2-3 مرتبہ ایک ایک چھوٹا چمچ پی لیا کریں۔ رات کو ایک دو چمچ قہوہ یا کھولتے پانی میں ڈال کر سوتے وقت پی لیا کریں۔ سوتے وقت اگر ناک کے اندر سرسوں کا تیل لگا دیا کریں تو بہت فائدہ ہوگا۔ **پرہیز:** ٹھنڈی اشیاء' زیادہ چکنی اشیاء اور ترش اشیاء سے مکمل پرہیز کریں' چاول چند دن نہ کھائیں تو بہت بہتر ہوگا۔ انشاءاللہ زکام اور اس سے متعلقہ تمام شکایات خدا کے حکم سے دور ہونگے۔

میرے خاندانی طبی مجربات

(شہناز بی بی' نوشہرہ)

محترم حکیم صاحب یہ نسخہ جات سالہا سال سے ہمارے خاندان میں استعمال ہو رہے ہیں اور ہمیں ان سے بہت فوائد حاصل ہوتے ہیں اور ہمارا ان پر بہت زیادہ اعتماد ہے۔

بادی و مصفی شوگر کیلئے: چرائتہ' کرائتہ' کوڑتمہ' گلوئیم پتر' شاترہ' ہریڑ سبز' آملہ ہموزن پیس کر ایک ماشہ خوراک صبح' شام پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

گیس' پیٹ درد کیلئے مجرب ترین نسخہ: سونف' اجوائن' کالا نمک' نوشادر' پودینہ' سنڈھ' کالی مرچ' انار دانہ ہموزن لیکر سفوف بنا لیں۔ ایک ماشہ خوراک کھانے کے ایک گھنٹہ بعد استعمال کریں۔

کمر درد کا آسان ترین علاج: دال ماش اچھی طرح صاف کر کے دھو لیں اور سوکھا کر پیس لیں' نہار منہ پانی یا دودھ سے کھانے سے کمر درد ٹھیک ہو جاتا ہے۔

دکھتی آنکھ کا سیب سے علاج: سیب کا قدرے ٹکڑا لے کر چاقو سے چھیل کر نغذہ سا کر کے دکھتی ہوئی آنکھ پر رکھ کر اوپر سے ململ کی صاف پٹی باندھ دیا کریں آرام آ جائیگا۔

سر درد کا علاج: سیب ایک یا دو عدد لے کر چاقو سے چھیل لیں' پھر نمک لگا کر نہار منہ خوب چبا کر کھا لیں' تین چار روز کے استعمال سے شدید سے شدید درد کو آرام آ جائیگا۔

سر چکرانا: گرم پانی میں ایک لیموں نچوڑ کر پینے سے جگر کی گڑبڑ کی وجہ سے سر چکرانا اور آنکھوں کی چکا چوند دور ہو جائیگی۔

دانت درد: لونگ کا سفوف ایک چھوٹا چمچ بھر ایک لیموں کے رس میں خوب ملا کر دانتوں پر ملنے سے درد دور ہو جاتا ہے۔

چنا......انسانی بدن کیلئے مقوی غذا

حکیم آفتاب احمد قریشی

چنے کا پانی یا شوربا' پیشاب آور اور قبض کشا ہے۔ چنا خون کو صاف کرتا ہے اور اس کے کھانے سے چہرے کا رنگ نکھرتا ہے بدن کو گندے اور فاسد مادوں سے پاک کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کیلئے مفید غذا ہے۔ گردے کے سدے کھولتا ہے اس کے کھانے سے بدن فربہ ہوجاتا ہے

قدیم اطباء نے چنے کو بے حد مقوی قرار دیا ہے اس سے بدن میں صالح خون پیدا ہوتا ہے بدن میں خاص قوت کو بڑھاتا ہے۔ مغرب کی جدید تحقیقات نے بھی اس امر کی تصدیق کی ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق اناج میں سب سے زیادہ مقوی غذا چنا ہے ایک چھٹانک چنے میں دو سو چھ غذائی حرارے (کیلوریز) قوت ہوتی ہے۔ چنا میں حیاتین ای ہے۔ اس حیاتین کی کمی سے مردوں میں خاص طاقت کم ہوجاتی ہے اولاد نہ ہونے تک نوبت جا پہنچتی ہے۔ عورتوں میں بھی اندرونی اعضاء کمزور ہوجاتے ہیں اور حمل گرنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ طب یونانی اور طب جدید دونوں اس امر پر متفق ہیں کہ چنا مقوی غذا ہے۔ ایک ماہر غذایات نے تو چنے کے غذائی اجزاء کو انڈے کی زردی کے برابر قرار دیا ہے۔ چنے کو انڈے کی جگہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ قدرت نے چنے کو دیگر غذائی اجزاء سے سرفراز کیا ہے اس میں 17 فیصد لحمی اجزاء (پروٹین)' چکنائی' نشاستہ دار اجزاء چونا اور فاسفورس ہے۔ فولاد کی وافر مقدار چنا میں ہے' حیاتین الف' ب' ای اور ایکزلک ایسڈ اور مکمل غذا ہے۔ چنا بدن کی خاص قوت کو بڑھاتا ہے۔ چنے کا پانی یا شوربا' پیشاب آور اور قبض کشا ہے۔ چنا خون کو صاف کرتا ہے اور اس کے کھانے سے چہرے کا رنگ نکھرتا ہے بدن کو گندے اور فاسد مادوں سے پاک کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کیلئے مفید غذا ہے۔ گردے کے سدے کھولتا ہے اس کے کھانے سے بدن فربہ ہوجاتا ہے۔ آواز کو صاف کرتا ہے۔ غرض کہ چنا گوناگوں اوصاف کا حامل ہے۔

بیسن چنے کا آٹا ہے۔ مختلف امراض ذیابیطس' برص وغیرہ میں بیسن کی روٹی تجویز کرتے ہیں۔ بیسن چہرے کے ابٹن میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے ابٹن سے چھائیاں اور چہرے کا رنگ گورا ہوتا ہے۔ اکثر حضرات موسم بہار میں چھولیا استعمال کرتے ہیں۔ سبزی کے طور پر پکاتے ہیں اور اس کی ہولیں بھی کھاتے ہیں۔ بعض حضرات اس بات سے آگاہ نہیں ہوتے کہ وہ خشک بونٹ کھا رہے ہیں۔ فصل میں چنا کثرت سے پیدا ہوتا ہے۔ فصل کے جیالے باشندے چنا کو بیج کے طور پر بکھیر دیتے ہیں۔ بارش کی صورت میں وافر مقدار میں چنا زمینوں میں پیدا ہوتا ہے۔ اس اعتبار سے چنا کا شمار سبزی میں بھی ہوتا ہے۔

چنے کی اقسام: ہمارے ہاں چنے کی دو قسمیں پائی جاتی ہیں سیاہ اور سفید چنے۔ ویسے تو سرخ اور پیلے چنے بھی ہوتے ہیں طبی لحاظ سے سیاہ چنے مفید و مؤثر ہیں۔ چنے استعمال کرنے کے مختلف طریقے ہیں مگر سب سے بہتر چنے کا شوربا ہے۔ کالے چنے کا شوربا طبیب مریضوں کیلئے بھی تجویز کرتے ہیں۔ پکاتے وقت بار بار چنوں کو نہ ہلائیں۔

چنے کا پلاؤ بھی اچھی غذا ہے۔ چاول کے ساتھ پکانے سے چنے چاول کی غذائی کمی کو دور کردیتے ہیں۔ چنے کو گوشت کے ساتھ پکا کر استعمال کرتے ہیں۔ گوشت کے ساتھ پکانے سے یہ گوشت کو گلا دیتا ہے چنے پکاتے وقت اس میں زیرہ ڈالیں تاکہ پیٹ میں نفخ پیدا نہ کرے۔

چنے کا حلوہ ضعف باہ کے مریضوں کو تیار کرکے کھلاتے ہیں۔ عام طور پر آلو چنے بکتے ہیں یہ ثقیل ہوتے ہیں چنے کو پانی میں ابالنے سے اس کے غذائی اجزاء پانی میں حل ہوجاتے ہیں۔ اس کو گلایا نہیں جاتا۔ پھر اس میں آلو شامل کردیئے جاتے ہیں جو ثقیل ہوتے ہیں البتہ بھنے ہوئے چنے کھاسکتے ہیں۔ دودھ چنے میں تیار کردہ حریرہ آواز کھولنے کیلئے مفید ہے۔ قدیم اور جدید غذائی تحقیق کے مطابق چنا غذائی اجزاء اور حیاتین (وٹامن) سے بھرپور ہے۔ ان خوبیوں کی بنا پر چنا نہ صرف غریبوں' سفید پوش طبقہ کی غذا ہے بلکہ اسے بادشاہوں کی بارگاہ میں بھی مقبولیت کا شرف حاصل ہے۔ مغل بادشاہ چنا اور اس کا آٹا استعمال کرتے تھے۔ بیسن چنے کا آٹا ہے اس سے روغنی روٹی تیار کی جاتی ہے۔ پنجابی میں اسے مسی روٹی کہتے ہیں۔ پھلبھری میں چالیس روز تک بیسن کی روٹی کھلاتے ہیں۔ آخری مغل بادشاہ بہادر شاہ ظفر بیسن کی روٹی کا بڑا شوقین تھا۔ بادشاہوں کے علاوہ عوام بھی چنے کو کثرت سے استعمال کیا کرتے تھے اور اس سے انواع واقسام کے کھانے تیار کرتے تھے۔

گردے کیلئے مجرب ترین نسخہ

میٹھا سوڈا تین گرام کے گیارہ پیکٹ بنالیں' ایک پیکٹ مریض کو صبح نہار منہ پانی سے دیں اور دن میں تقریباً زیادہ سے زیادہ پانی پیا جائے چاہے پیاس ہو یا نہ ہو۔ اگر مرض پرانی ہے تو یہ نسخہ اکتالیس دن استعمال کریں۔ ورنہ گیارہ دن میں انشاء اللہ آرام ہوگا۔

خانہ ساز شیمپو

شیمپو کا استعمال اور ان کی تشہیر عروج پر ہے، لیکن یہ بات بھی اپنی جگہ درست ہے کہ ہر کوئی انھیں خریدنے کی سکت نہیں رکھتا۔ اس کا مناسب اور بہتر علاج ہے کہ گھر ہی پر نباتاتی شیمپو تیار کرکے استعمال کیے جائیں۔

(۱) دو انڈوں کی زردیاں سفیدی سے الگ کرلی جائیں اب ان میں السی کا اصلی اور تازہ تیل اور گنے کا خالص سرکہ دو دو کھانے کے چمچے اچھی طرح ملا کر بالوں میں اسے لگایا جائے۔ ایک گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے سر دھولیا جائے۔ یہ شیمپو خاص طور پر بھوسی اور خشکی کے لیے بہت مفید ہوتا ہے۔

(۲) ریٹھے کا چھلکا سکاکائی اور آملہ (۱۰۰-۱۰۰ گرام) کو کوٹ کر ایک لیٹر پانی میں 24 گھنٹے بھگودیں اور پھر اچھی طرح ابال کر چھان کر شیمپو کی طرح بالوں میں خوب لگا کر دھولیں۔

(۳) ریٹھے کا چھلکا، سکاکائی، آملہ، میتھی دانہ، چائے کا چورا 25,25 گرام رات کو اچھی طرح لوہے کے برتن میں بھگو کر صبح جوشاندے کو چھان کر بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال صاف ہونے کے علاوہ مضبوط، سیاہ اور گھنے بھی ہوں گے۔

(۴) ریٹھا، بابونہ، کپور کچہری 100,100 گرام موٹا موٹا کوٹ کر ایک لیٹر کھولتے پانی میں رات بھر بھگو کر صبح چھان کر اس پانی سے بال شیمپو کریں۔ اس سے بال صاف اور مضبوط بھی ہوں گے۔

(۵) املی ۵۰ گرام رات کو ۲ پیالی تیز گرم پانی میں بھگودیں۔ صبح خوب مل کر چھان کر اس میں بے چھنے گندم کا آٹا (کھانے کے دو چمچے) ملا کر دھیمی آنچ پر لئی کی طرح پکائیں اور نیم گرم حالت میں بالوں اور ان کی جڑوں اور سر کی جلد پر اچھی طرح لگا کر آدھا گھنٹے بعد پانی سے اچھی طرح دھولیں۔ جلد پر جمی چکنائی اور بھوسی دور ہونے کے علاوہ بال خوب صاف اور نرم ہوجائیں گے۔

بالوں میں جوئیں پڑنے کی صورت میں بھی نباتاتی اشیاء سے جو شیمپو تیار کیے جاتے ہیں وہ نہ صرف بال صاف کرتے ہیں بلکہ جوؤں کا خاتمہ بھی کرتے ہیں۔

میری زندگی کے تجربات

رضیہ سلطانہ نے چاول پتیلے میں ڈال کر چولہا بند کر دیا کہ نماز پڑھ کے چاول پکاؤنگی اور فوراً وضو کر کے نماز پڑھنی شروع کر دی جب نماز سے فارغ ہو کر دوبارہ باورچی خانے میں گئی تو کیا دیکھتی ہے کہ چاول پتیلے میں تیار ہیں اور ہلکی ہلکی بھینی بھینی خوشبو آ رہی ہے

رتن جوت اور کھوپرے کے تیل کا کمال

یہ عمل عبقری میں پہلے بھی چھپ چکا ہے اور مجھے شفاء کیسے ملی میں بھی چھپ چکا ہے مگر یہ میں اپنی آنکھوں سے دیکھ چکا ہوں اسی لیے تحریر کر رہا ہوں:۔

میری خالہ کی بیٹی کا چھوٹا بیٹا دو سال کا ہوگا اس کا پاؤں گرم کھولتی ہوئی چائے سے جل گیا۔ ٹخنے کے سے اُوپر پانچ چھ انچ کا حصہ متاثر ہوا تھا۔ ڈاکٹروں سے دوائیاں لا لا کر تھک گئی، مہنگی مہنگی کریمیں لگا کر تھک گئی مگر وہ زخم ٹھیک نہیں ہوتا تھا۔ سفید سفید پیپ کی طرح جلد ہوگئی تھی اور پانی کی طرح رستہ تھا۔ ایک دن بعد نماز عصر بہن کے گھر آ گئی میں بھی وہاں بیٹھا ہوا تھا۔ باتوں کے دوران کہنے لگیں خالد بھائی یہ زخم ٹھیک نہیں ہوتا کچھ تو بتاؤ کہ زخم ٹھیک ہو جائے۔ ڈاکٹروں کے پاس جا جا کر تنگ آ گئے ہیں، مہنگی مہنگی کریمیں لگا کر تھک گئے ہیں میں نے کہا کہ محترم حکیم صاحب کا نسخہ ہے معمولی سا مگر پابندی سے کرو انشاءاللہ جان چھوٹ جائے گی۔

پھر میں نے یہ نسخہ دیا کہ رتن جوت کو باریک پاؤڈر کی طرح پیس کر رکھ لو اور زخم پر خوب اچھی طرح کھوپرے کا تیل لگا کر پھر اس کے اوپر رتن جوت کا سفوف خوب اچھی طرح چھڑک دو تاکہ کوئی جگہ خالی نہ رہے اور ساتھ میں وعدہ بھی لیا کہ پابندی سے کرنا۔ قارئین! اللہ نے ایک ہفتے میں ہی اس کا کام کر دیا اور اس کے بچے کا زخم بالکل ٹھیک ہو گیا۔

بخار کی تیزی، ضد، غصہ کیلئے روحانی نسخہ

میرے پاس ایک کتاب تھی اس میں یہ عمل لکھا ہوا تھا کہ بخار کی تیزی، ضد اور غصہ کیلئے یہ آیت پڑھ کر دم کرتے رہیں اور یہ کتاب میں نے اپنی بیوی کو دیدی اس نے اپنے پاس رکھی ہوئی ہے۔ جان محمد بروہی گوٹھ میں کوئی بھی اچھا ڈاکٹر نہیں ہے اور میرے دونوں بچوں کو بخار بہت تیز ہو جاتا تو ہم دونوں میاں بیوی بہت پریشان ہوتے اور پیسے نہ ہونیکی وجہ سے اور بھی پریشان ہوتے۔ ایک دن میرے بیٹے عبدالرحمٰن کو بخار بہت تیز ہو گیا اور میرے پاس پیسے بھی نہیں تھے کہ اس کی دوائی لے آتے۔

میں نے غصے میں اپنی بیوی کو کہا کہ میں نماز پڑھنے جا رہا ہوں اللہ تعالیٰ سے دعا کروں گا اور تم وہ آیت پڑھ پڑھ کر پھونکتی رہو شفاء اللہ تعالیٰ ہی دے گا۔ بس بیوی پر اس بات کا ایسا اثر ہوا کہ اس نے یہی آیت پڑھ پڑھ کر دم کرتی رہی اور ایک گھنٹے میں اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے بخار کی تیزی بھی ختم ہو گئی اور آہستہ آہستہ بخار بھی ختم ہو گیا۔ اب یہ عمل میری بیوی ہمیشہ کرتی ہے اور اللہ کے کلام کی برکت سے شفاء ہو جاتی ہے۔

نماز کی برکت سے چاول تیار ہو گئے

میری بیوی کی بڑی بہن یعنی میری سالی کا عین جوانی میں انتقال ہو گیا یہ دو واقعے میری بیوی کے چشم دید اور سچ ہیں اس لیے تحریر کر رہا ہوں۔ میری سالی قرآن مجید ناظرہ کے بعد پھر تجوید کے ساتھ بھی پڑھا اور نماز کی بہت پابند تھی اور ہمیشہ باوضو رہتی تھی اور قرآن تجوید کیساتھ بہت اچھا پڑھتی تھی اور اسی وجہ سے محلے کی مسجد و مدرسہ میں میری سالی کو بطور معلّمہ رکھ لیا کہ بچیوں کو قرآن شریف اچھے مخارج اور صحیح تلفظ سے پڑھائے اور نماز کی اتنی پابند کے گھر میں کوئی مہمان آ جائے اور نماز کا وقت ہو جائے تو سب کو کہے کہ اذان ہو رہی ہے نماز کی تیاری کر لو۔ ایک دن ظہر کی اذان سے قبل چاول صاف کر کے گھی میں پیاز لال کر کے چاول ڈالنے ہی تھے کہ ظہر کی اذان ہو گئی اور رضیہ سلطانہ نے چاول پتیلے میں ڈال کر چولہا بند کر دیا کہ نماز پڑھ کے چاول پکاؤنگی اور فوراً وضو کر کے نماز پڑھنی شروع کر دی جب نماز سے فارغ ہو کر دوبارہ باورچی خانے میں گئی تو کیا دیکھتی ہے کہ چاول پتیلے میں تیار ہیں اور ہلکی ہلکی بھینی بھینی خوشبو آ رہی ہے اور رضیہ سلطانہ نے سب کو بتایا کہ دیکھو چاول خود بخود تیار ہو گئے۔ چولہا بھی بند پڑا ہوا تھا مگر چاول بالکل تیار......

لڑکی کی جلد شادی کیلئے

مندرجہ ذیل دعا لڑکی خود پڑھے۔ 40 روز تک ایک تسبیح (100 دانے) روزانہ عشاء کے بعد یَا اَللّٰہُ. یَا اَللّٰہُ. یَا اَللّٰہُ ''آکھ ہو کیکر سنبل ہو با سرو'' ان سب کو اپنے باران رحمت سے نیکیاں سیراب فرما۔ (نوٹ: ان ہندی الفاظ کے معنی ہیں کہ یا اللہ کیکر کو باران رحمت سے سرسبز کر اور جس طرح سنبل کے درخت کو پھل عطا فرمایا اسی طرح اس غیر شادی شدہ کو بھی سرسبز کر دے) انشاءاللہ چالیس روز کے اندر اندر شادی کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ انشاءاللہ نیک اور صالح رشتہ ملے گا۔ (مسز محمد حسن اعجاز، کراچی)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 22 جنوری بروز اتوار کو ہوگا)

اگر برتن لبریز ہو اور دودھ سے مکمل بھرا ہوا ہو تو اس میں سے اور کوئی چیز جائے گی ہی نہیں۔ اسی لیے اللہ والے سالکین اور متعلقین کو ہر وقت ذکر میں مشغول رکھتے ہیں تاکہ ان کے دل کا برتن ہر وقت بھرا رہے جب وہ ذکر سے بھرا رہے گا تو دنیا کے خیالات اور تصورات دل میں جگہ نہیں پا سکیں گے۔ میں اکثر کہا کرتا ہوں کہ تنہائیوں میں ذکر سے اپنے دل کے مٹکے کو اتنا بھریں کہ چھلکنے لگے اور پھر مخلوق کو یہ چھلکتا ہوا دیں تاکہ اپنا مٹکا خالی کر دیں۔ یہ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کا ملفوظ ہے۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اللہ موجودات اور معدومات کا جاننے والا ہے۔ موجودات کا مطلب جو موجود ہے اور معدومات کا علم وہ علوم یا اشیاء جو فنا ہو گئیں اور مٹ گئیں۔ اللہ کا علم کامل اور ناقابل تقسیم ہے۔ اللہ اپنے علم میں سے چاہے تو ایک ذرہ اپنے خاص بندوں کو عطا فرما دے۔ ضمناً ایک بات عرض کرتا چلوں کہ یہ جو آیت ہے ایاک نعبد و ایاک نستعین اس میں ساری کائنات کے مخفی علوم پڑے ہیں۔ اللہ ان مخفی علوم کو جانتا ہے اور ظاہری علوم کو بھی...... یہ زمین شیشہ ہے جیسے شیشے میں آگے پیچھے نظر آتا ہے اسی طرح اللہ پاک جس کو اپنا علم عطا فرماتے ہیں اس کو زمین کے نیچے کی کائنات صاف نظر آنے لگتی ہے اور تمام چھپے ہوئے خزانے اس کے مسائل کھل جاتے ہیں۔ یہ مثال اس لیے عرض کر رہا ہوں کہ اس علم کو اس باب میں جو ہم پڑھ رہے ہیں۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے علم الٰہی فرمایا ہے۔ یہ ہے علم الٰہی ......جس کو اللہ عطا فرما دے۔ علم الٰہی ہی علم نافع ہے۔ یعنی نفع والا علم۔ مسنون دعا بھی ہے کہ اللہ! نفع والا علم عطا فرما جو مجھے تیری پہچان آسان کر دے۔ اللہ نے زمین کے اندر جتنے بھی خزانے رکھے ہوئے ہیں وہ سارے خزانے اور ان کی کنجیاں سورۂ فاتحہ میں ہیں اور جس کے سینے پر اللہ پاک سورۂ فاتحہ کھول دیتے ہیں زمین اس کیلئے شیشہ بن جاتی ہے اور وہ زمین کے خزانے اور مظاہر و قدرت ایسے دیکھتا ہے کہ ہم سوچ نہیں سکتے۔

ڈاکٹر وسیم' اسلام آباد

اس طرح چلو جیسے تمہارے سر پر تاج ہو

حقیقت یہ ہے کہ بے تکے انداز جسم کے ساتھ دنیا سے دوچار ہونا آسان نہیں ہے جب آپ بے ڈھنگے طریقے سے جھک کر چلتے ہیں یا جسم بھنچا ہوا ہوتا ہے تو آپ کے جسم کا وزن ریڑھ کے مہروں سے لے کر زیریں کمر کے عضلات اور رباطات تک پر پڑتا ہے

اپنے اوپر کرم کیجئے! اب جب آپ لباس زیب تن کر رہے ہوں تو آئینے میں دیکھ کر اپنی دھج پر تنقیدی نگاہ ڈالیے۔ اس سے بہتر یہ ہوگا اگر آپ کی انا اجازت دے کہ آپ خاندان اور دوستوں سے پوچھیے کہ آپ کے کھڑے ہونے اور چلنے پھرنے کا انداز کیسا ہے۔ ممکن ہے کہ ان کی تنقید آپ کیلئے خوش آئند نہ ہو تو دل گیر نہ ہو جایئے۔ اگر آپ کی توند نکلی ہوئی ہو یا آپ کے شانے پشت کی طرف سے کوہان کی طرح باہر کی طرف نکلے ہوئے ہوں تو اپنے اوپر ایک اور مہربانی کیجئے یعنی ہیرس ایم ڈی کی ایک بات مانیے جو نیویارک کے اس مرکز کے ایک ڈائریکٹر ہیں جس میں معمر لوگوں کو جسمانی تربیت دی جاتی ہے۔ انہوں نے ایک کتاب لکھی ہے "پچاس سال سے زیادہ عمر والوں کی تندرستی کی رہنما" ڈاکٹر ہیرس کہتے ہیں کہ بے ڈھنگے جسم کی تصحیح کی جا سکتی ہے خواہ عمر کچھ ہی ہو۔

حقیقت یہ ہے کہ بے تکے انداز جسم کے ساتھ دنیا سے دوچار ہونا آسان نہیں ہے جب آپ بے ڈھنگے طریقے سے جھک کر چلتے ہیں یا جسم بھنچا ہوا ہوتا ہے تو آپ کے جسم کا وزن ریڑھ کے مہروں سے لے کر زیریں کمر کے عضلات اور رباطات تک پر پڑتا ہے اور ریڑھ کا ستون اور زیادہ خمیدہ ہو جاتا ہے۔ اس سے جسم اور زیادہ بے ڈھنگا ہو جاتا ہے۔ کمر جلد تھک جاتی ہے اور اس میں درد ہونے لگتا ہے اس ہیبت کو طبی اصطلاح میں تحدب امامی کمر کے سامنے کی طرف مڑ جانے سے پشت میں گڑھا پڑ جانا کہتے ہیں۔

تمام حرکات کی اساس: ڈاکٹر گولب کے بقول راست قامتی اور کمر کی مضبوطی کی فکر کو نمائش اور شیخی یا تعیش قرار دینا بہت غلط بات ہے وہ کہتے ہیں "راست قامتی کی جسم کے کُل کاموں میں ضرورت ہے۔ جس میں کھڑا یا بیٹھا ہونا' جھکنا یا سیدھا ہونا اور چلنا پھرنا وغیرہ جملہ جسمانی اشکال و حرکات شامل ہیں۔"

اب پھر آئینے پر آیئے اس مرتبہ دیکھیے کہ آپ سیدھے کھڑے ہونے کی حالت میں کیسے معلوم ہوتے ہیں یعنی ایسی حالت میں کہ جسم کا وزن اسی مقام پر پڑ رہا ہو جہاں اس کو پڑنا چاہیے تھا۔ سیدھے اور مضبوطی کے ساتھ کھڑے ہو جایئے لیکن اس طرح کہ بدن میں لچک باقی رہے پھر جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیجئے۔ سامنے سیدھے دیکھیے اور اپنے وزن کو برابر برابر پیر کے دونوں انگوٹھوں پر ڈالیئے انگلیوں اور ایڑیوں پر نہیں۔ آپ کو اس قابل ہونا چاہیے کہ سامنے جھکے بغیر ایڑیوں کو اٹھا سکیں۔

زیریں کولہے کو قدرے سامنے اور اوپر کی طرف جھکایئے یہ خیال کیجئے کہ آپ سُرین کے درمیان کسی سکے کو دبائے ہوئے ہیں اس وقت میں آپ ان کو بھنچا ہوا محسوس کریں گے۔ (اپنے گھٹنوں کو جھکنے نہ دیجئے) جب آپ اس وضع پر قائم ہو جائیں گے تو آپ کے سُرین اندر کو پچک جائیں گے اور کمر کا خم قدرے کم ہو جائے گا۔ ڈاکٹر گولب کہتے ہیں کہ کمر کے خم کا سیدھا ہو جانا ایک کھیل کا نام ہے۔ سینے کو اُبھاریئے اور جب آپ سینے کو اُونچا کرلیں گے تو آپ کے شانے طبعی طور پر پیچھے گھوم جائیں گے اور آپ کا شکم اندر دب جائے گا بھنچا ہوا سینہ اور سامنے کی طرف لٹکا ہوا پیٹ سانس کو پورے طور پر آسانی کے ساتھ لینے میں حارج ہوتا ہے لیکن کمر کو محراب نما ہونے نہ دیجئے اور شکم کو اندر کی طرف کھینچے رکھیے۔ یہ ہیبت اس سپاہی کی طرح ہوتی ہے جو اٹینشن کی حالت میں کھڑا ہو کھڑے ہونے کے فوجی انداز میں بہت زیادہ تناؤ اور سختی ہوتی ہے آپ کو بدن اتنا سخت نہیں کرنا چاہیے۔ آپ کا مقصد صرف بدن کو سیدھا رکھنا ہونا چاہیے اکڑا ہوا بالکل نہیں' یعنی آپ کے کھڑے ہونے کا انداز ایسا ہو کہ آپ کے جسم پر اگر خیالی خط کھینچا جائے تو وہ کان کی پشت سے شروع ہو کر شانوں پر سے گزرتا ہوا ریڑھ کی آخری ہڈی تک پہنچے اور پھر سرین کے اوپر سے گزرتا ہوا گھٹنے سے ٹخنے تک پہنچے۔ اگرچہ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ اس مقام پر مقصد پورا ہو گیا لیکن آپ کو اس سلسلے میں چند باتوں کو ذہن میں رکھنا ہو گا سیدھے کھڑے رہنا' کولہے کو ٹیڑھا رکھنا اور سینے کو اونچا رکھنا بقیہ تمام چیزیں خود بخود اپنی اپنی جگہ پر ٹھیک بیٹھ جائیں گی۔ ممکن ہے کہ شروع میں صحیح طور سے کھڑا ہونا تکلیف دہ اور غیر فطری معلوم ہو اور زیریں کمر میں کھنچاؤ بھی محسوس ہو لیکن مشق کو جاری رکھنے سے اپنے وقت پر سب کچھ ٹھیک ہو جائے گا۔ خوش قامتی ایک ہنر کی طرح ہے جیسے کسی سائیکل کو چلانا' اور دوسرے تمام ہنروں کی طرح اس کی بھی مشق کرنا پڑتی ہے اس کی پرواہ نہ کیجئے کہ آئینے میں آپ کا جسم کتنا بے ڈول نظر آتا ہے۔ ارادے کی معمولی سی پختگی سے آئینے میں آپ کا عکس صحیح ہو جائے گا۔ ایک مرتبہ کوشش کرنے کا ارادہ کر لیجئے پھر آپ درحقیقت حیرت زدہ ہو جائیں گے کہ کتنی تھوڑی سی تکلیف سے بدن سیدھا اور صحیح ہو گیا۔ خوش قامتی کا آخری تکملہ بدن کو کھینچنا' مالش کرنا اور عضلات کی ورزش کرنا ہے۔ جن لوگوں کی عمر پچاس سال سے متجاوز ہو ان کیلئے مالش خصوصیت کے ساتھ مفید ہے۔ بعض لوگوں کیلئے ماہرین کسی مضبوط ڈنڈے یا دیوار کی گگر سے لٹکنے کا بھی مشورہ دیتے ہیں اس سے عضلات بلا تکلف کھنچتے ہیں اور ٹھیک کام کرنے لگتے ہیں' پشت کا خط سیدھا ہو جاتا ہے اور اعصاب اور مہروں پر سے دباؤ ٹلتا ہے۔ فرش پر لڑھکنا بھی مفید ہے' عضلات کو طاقت پہنچنے سے گھٹنوں کی لچک میں اضافہ ہوتا ہے اور جسم کو صحیح وضع پر رکھنے میں عضلات کو مدد ملتی ہے۔ جب آپ اپنے جسم اور ڈیل ڈول کو صحیح کرنے کی طرف متوجہ ہوں تو ٹھیک طور پر سانس لینے کو نہ بھولیں۔

قامت کو درست کرنے اور شکم کے عضلات کو قوی کرنے کیلئے یہ بہترین ورزشیں ہیں ان ورزشوں کو اس طرح شروع کیجئے پشت کے بل لیٹ جایئے گھٹنوں کو کھڑا کر لیجئے' پیروں کے تلوؤں کو فرش پر بچھا ہوا رکھیے اور پھر ذیل کی ہدایات کے مطابق ورزش کیجئے:۔ ☆ اسی پوزیشن پر لیٹے ہوئے ہاتھوں کو سینے پر باندھ لیجئے' شکم کے عضلات کو کس لیجئے' پانچ سیکنڈ تک اسی حالت پر رہیئے' اس ورزش کو پانچ مرتبہ دہرایئے۔ ☆ کہنیوں کو فرش سے لگا دیجئے' پھر ان سے زیریں کمر کو ڈھکیلئے' پانچ سیکنڈ تک ایسا کیجئے پھر ذرا ٹھہر جایئے' اس ورزش کو دس مرتبہ کیجئے۔ ☆ ایک چھوٹے تکیے کو گردن کے نیچے رکھ لیجئے' پورے طور پر اندر اور باہر کی طرف آہستگی سے سانس لیجئے اور اس دوران میں شکم کے عضلات کو سکیڑے اور سمیٹے رکھیے ذرا رک رک کر 10 مرتبہ کیجئے۔ ☆ ہاتھوں کو سر کے نیچے رکھ لیجئے' سینے کو اُبھاریئے اور شکم کے عضلات کو سکیڑیئے' شکم کو اوپر کی طرف کھینچیے' پانچ سیکنڈ تک اسی حالت میں رہیئے' پھر ذرا رک رک کر پانچ مرتبہ ایسا ہی کیجئے۔ ☆ پھر کسی قدر اُٹھ کر بدن کو تان لیجئے' اس طرح کہ دونوں ہاتھ گردن کے پیچھے ہوں' شانے اٹھے ہوئے ہوں اور بالائی پشت فرش سے دو انچ دور ہو' پانچ سیکنڈ تک اسی حالت پر رہیے پھر ذرا سا ستا کر اس ورزش کو پانچ مرتبہ کیجئے۔

کینسر کے زخم کیلئے

کمیلا دو گرام' پوٹاشیم پرمیگنیٹ' کافور دو گرام' مہندی پچاس گرام' ان سب کو پیس کر ملا لیں اس میں پانی ڈال کر مرہم بنالیں اور پھر زخم پر باندھیں' انشاء اللہ زخم بہت جلد ٹھیک ہو جائیگا۔

ماہواری: ماہواری اگر صحیح نہیں ہوتی تو اس دوران گاجر کے بیج روزانہ ایک چٹکی پانی سے رات کو لیں۔ انشاء اللہ بہت جلد آرام آجائیگا۔ **(ڈاکٹر محمد صادق' سکھر)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 29

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

تو آپ کو ایک ایسی اسلامی چیز دیتا ہوں جو یقیناً آپ کو زندگی کے وہ کمالات دے جو آپ کو اور آپ کی نسلوں کو سدا اور صدیوں یاد رہے محمد شاہ رنگیلا بادشاہ ایک دم چوکنا ہو کر بیٹھ گیا۔ اپنے تاج کو اتار کر ایک طرف رکھ دیا اور کانوں کو قریب لے گیا تو پنڈت بھوگا رام بولا شہنشاہ اعظم آپ کے قرآن میں ایک لفظ ہے قھار یہ ایک ایسا لفظ ہے جس کو آپ یَاقَھَّارُ جب بھی پڑھیں گے یہ شریر جادوگر' بدکار' جنات اور جادوگروں پر ایک ننگی تلوار ثابت ہوگی۔ آپ کے اوپر جادو کسی نے کر دیا آپ اس کو توڑنے پر تیار ہیں کوئی جن آپ کا گھر' در اور دولت کا دشمن ہے اور آپ چاہتے ہیں اس جن سے چھٹکارا مل جائے تو ہرگز ہرگز پریشان نہ ہوں آپ فوراً اس اسم یَاقَھَّارُ کو اپنی زندگی کا ساتھ بنالیں' پاک ناپاک ہر وقت اس کو وجد کی حالت میں پڑھیں' یعنی ڈوب کر پڑھیں اور بے قراری' بے چینی سے پڑھیں۔ بس جب بھی پڑھیں گے آپ کو اس کا کمال ملے گا تھوڑے عرصے میں یا زیادہ عرصے میں لیکن کمال ضرور ملے گا۔ وہ ہندو بوڑھا جن کہنے لگا یہ گفتگو میں نے خود سنی اور اس کے بعد محمد شاہ رنگیلے نے اپنی بھری دربار میں یہ واقعہ سب کو سنا دیا۔ اس کے دربار میں ہندو بھی تھے' مسلمان بھی تھے اور سکھ بھی تھے بوڑھا ہندو جن رو کر کہنے لگا مجھے یاد ہے رنگیلے کے دور میں جنات پر اس اسم کی وجہ سے جو قہر برسا وہ شاید پھر زندگی میں کبھی کسی پر نہ برسا اس لیے میری خواہش ہے کہ آپ جنات کے پیرومرشد ہیں اور آپ کو علامہ لاہوتی پراسراری ایسے نہیں کہا جاتا' جنات کے قبائل در قبائل آپ کے مرید اور غلام ہیں لیکن براہ کرم اسم یَاقَھَّارُ کے کمالات انسانوں تک نہ پہنچنے دیجئے۔ اگر وہ انسانوں تک پہنچ گئے تو انسانوں نے جنات کی نسلوں کی نسلیں جلا کر رکھ دینی ہیں۔

کیونکہ شریف جنات کم اور شریر جنات بہت زیادہ ہیں۔ میں نے جب بوڑھے ہندو جن کی یہ بات سنی تو میں نے ان کا شکریہ ادا کیا کہ آپ نے مجھے ایک ایسا تاریخی واقعہ سنایا جس نے مجھے کافی تجربہ دیا لیکن میں یہ وعدہ نہیں کرتا کہ میں یہ واقعہ انسانوں تک نہ پہنچاؤں کیونکہ انسانوں کا درد میری طبیعت کے اندر کوٹ کوٹ کر بھرا ہوا ہے میں یہ وعدہ نہیں کر سکتا پھر اسم یَاقَھَّارُ کے واقعات میں نے جنات کو بتائے اور ختم القرآن میں میں نے حافظ عبداللہ کو کہا میرا جی کہتا ہے کہ حافظ صاحب آپ دعا کریں ان کا اصرار تھا کہ ہم نے تو دعا کیلئے آپ کو بلایا ہے ان سے عرض کیا میرا حکم ہے حکم کو مانتے ہوئے حافظ عبداللہ نے سوا گھنٹے کی دعا جس میں سسکیاں اب ختم ہو چکی تھیں اب تو آہ اور چیخ و پکار تھی اور ایک ہجوم انتیس رمضان کی رات کو اللہ کے سامنے اپنے جرائم کا اعتراف کرتے ہوئے رو رہا تھا۔ اس کی دلدوز دعا درد بھرے الفاظ اور غم میں ڈوبی ہوئی فریادیں عرش الٰہی کو ہلا رہی تھیں' وہاں ہر طرف جنات ہی جنات تھے سوائے مجھ ایک انسان کے...... اور ایک عجیب منظر تھا...... ایک عجیب سماں تھا...... اور ایک بالیقین کیفیت تھی کہ اللہ پاک جل شانہٗ نے سب دعائیں قبول فرمالیں اور ہر طرف رحمت اور مغفرت کا اعلان ہو گیا یقین بھی تھا' گمان بھی تھا اور دل کو اطمینان بھی تھا۔ میں نے ان جنات کے سامنے اسم یَاقَھَّارُ کے جو کمالات بیان کیے اور یہ گفتگو تقریباً سوا تین گھنٹے تک چلتی رہی' اس میں سے کچھ آپ حضرات کی خدمت میں پیش کیے ہیں۔

وہ خاص خاص عمل جو یَاقَھَّارُ کے سلسلے میں میں نے جنات کے لاکھوں ہجوم میں بیان کیے ان میں ایک یہ ہے جو شخص یا قہار کو جدا جدا حرف میں لکھے یعنی ''ی'' علیحدہ ''ا'' علیحدہ ''ق'' علیحدہ ''ہ'' علیحدہ پھر ''ا'' علیحدہ اور ''ر'' علیحدہ اور پھر اسی طرح دوسری دفعہ یعنی کل اکتالیس دفعہ جدا جدا حروف میں لکھے اور کالی سیاہی گھلنے والی ہو جو پانی میں گھل جائے اس کو تعویذ بنا کر گلے میں بھی ڈال سکتا ہے' پی بھی سکتا ہے اور اپنے تکیے کے اندر بھی رکھ سکتا ہے جادو کا پرانا مارا ہوا' نظر بد کا ڈسا ہوا اور جنات کا بہت متاثر ہوا ایسے گھر جن میں جنات آگ لگا دیتے ہیں' کپڑے کاٹ دیتے ہیں' کپڑوں پر خون کے یا گندی چیزوں کے نشان پڑ جاتے ہیں یا گھروں میں جگہ جگہ پاخانہ اور پیشاب ملتا ہے یا آوازیں آتی ہیں یا گھر بھر کو سونے نہیں دیا جاتا۔ گھر میں بیماری' پریشانی ایک مشکل سے نکلنا دوسری میں اور دوسری سے نکلنا تیسری میں...... ایسے تمام معاملات میں یَاقَھَّارُ کا اکتالیس دفعہ کا لکھا ہوا نقش نہایت مؤثر اور آزمودہ ہے آپ کیلئے ایک بات اور انوکھی ہوگی جنات بھی ایک دوسرے پر بہت جادو کرتے ہیں۔ مجھے ایک پڑھے لکھے عالم جو کہ سہارن پور کے ایک بڑے مدرسے میں اٹھارویں صدی میں پڑھتے تھے انہوں نے بتایا کہ یَاقَھَّارُ کا یہ نقش جب تک ہم اپنے گھروں میں لگاتے ہیں کسی جن کا جادوئی وار ہمارے اوپر اثر نہیں کرتا اور اگر ہم اتار دیں تو اس کا وار اثر کر جاتا ہے۔

لہٰذا ہم بہت اہتمام سے یَاقَھَّارُ کا نقش گھروں میں ہر جگہ لگاتے بھی ہیں اپنے بچوں کے گلے میں ڈالتے بھی ہیں اور اس کو دھو کر اس کا پانی پیتے ہیں حتیٰ کہ اپنے کھانے پینے کی ہر چیز میں یہ پانی ڈالتے ہیں اور پانی بڑھاتے چلے جاتے ہیں مہینوں یہ نقش پیتے ہیں جب نقش بوسیدہ ہو جاتا ہے مزید لکھ کر اس میں ڈال دیتے ہیں اور پانی بڑھاتے جاتے ہیں اپنے گھروں میں چھینٹے بھی مارتے ہیں۔ اس عالم جن کی بات سننے کے بعد میں نے اس کو ایک بات سنائی کہ میرے پاس ایک واقعہ ایسا ہوا کہ جنات گھر میں پتھر مارتے تھے' مٹی کے ڈھیلے مارتے' گائے بھینس کا گوبر حتیٰ کہ بلی اور کتے کا پاخانہ جگہ جگہ گھر میں بکھیر دیتے' جگہ جگہ پیشاب کر دیتے گھر بھر میں ایک عجیب وغریب افونت تھی اور غلاظت تھی اس عفونت اور غلاظت کی وجہ سے گھر میں رہنا دوبھر تھا۔ دنیا کا ہر علم اور اس کی کوشش کر کے دیکھ لی تھی کوئی فائدہ نہیں ہوا بہت عامل آئے کچھ تو ایسے تھے اپنا بیگ بھی چھوڑ کر بھاگ گئے جنات نے انہیں رہنے نہیں دیا اور جنات خود ان کے پیچھے پڑ گئے۔ **(جاری ہے)**

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

پینتیس کروڑ سال کا کیڑا

نجیب ارسلان

خطرے کے وقت کا کروچ اپنی پچھلی ٹانگوں سے دولتیاں جھاڑتا ہے اور دشمن کو بھگا دیتا ہے۔ دن بھر کا کروچ بل میں رہتا ہے۔ بالعموم رات کے وقت باہر نکلتا ہے۔ اندھیرے میں اپنے آپ کو بہت محفوظ سمجھتا ہے۔ اس کے سر پر تین عام آنکھیں اور دو مرکب آنکھیں ہوتی ہیں

کاکروچ جسے ہمارے ہاں لال بیگ کہا جاتا ہے' زمین پر بسنے والے قدیم ترین جانوروں میں سے ہے۔ 17 کروڑ برس پہلے جب کرۂ ارض پر طویل قامت حیوانوں کا دور شروع ہوا جنہیں ہم ڈائنوساروں کے نام سے یاد کرتے ہیں تو یہ ننھا سا کیڑا انہیں خوش آمدید کہنے کیلئے موجود تھا۔ سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ اس کی چھوٹی چھوٹی تیز آنکھیں 35 کروڑ سال سے کائنات کی تبدیلیوں کا مشاہدہ کر رہی ہیں۔ آیئے ہم اس ننھے منے کیڑے کی زندگی پر ایک نظر ڈالیں۔

کاکروچ بلا کا سخت جان ہے' تپتے ہوئے صحراؤں سے لے کر انتہائی سرد اور برفانی علاقوں تک' ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ کتابوں' کاپیوں' میزوں' کرسیوں اور گھریلو استعمال کی دوسری چیزوں میں اکثر چھپا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ بعض اوقات ریڈیو کھولیں تو اندر سے نکل کر بھاگ جاتا ہے۔ یہ گھروں' کھلے میدانوں' نہری علاقوں اور جنگلوں وغیرہ میں رہتا ہے اور پرندوں اور جانوروں کی محفوظ شدہ خوراک پر ہاتھ صاف کرتا ہیں۔ کاکروچ کی سخت جانی کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ یہ ہر چیز کھا جاتا ہے۔ پودوں کی کونپلیں' جوتے' پرانی چیزوں پر لگی ہوئی پھپھوندی' کپڑوں پر مکھن اور گھی کے داغ' وارنش' کپڑے دھونے کا صابن' نرم لکڑی وغیرہ اس کی دل پسند خوراک ہیں۔ یہاں تک کہ یہ اپنی اتاری ہوئی کھال تک چٹ کر جاتا ہے' بھوکا ہو تو اپنے انڈے تک کھانے سے نہیں چوکتا۔ کاکروچ ایک ماہ تک خوراک اور پانی کے بغیر زندہ رہ سکتا ہے' دو ماہ تک صرف پانی پر گزارا کر سکتا ہے' پانچ ماہ تک اسے پانی کے بغیر صرف خشک خوراک ملتی رہے' تو بھی صحیح سالم رہتا ہے۔ ہمارے ہاں مکانوں' دکانوں اور فصلوں کے علاوہ کاکروچ گاڑیوں میں بھی عام ملتا ہے۔ گاڑی کے ڈبوں میں نشستوں کے نیچے اور دراڑوں میں ان کے قبیلے کے قبیلے آباد ہوتے ہیں جو مسافروں کی پھینکی ہوئی گنڈیریوں' مونگ پھلی کے چھلکوں' کاغذ کے پرزوں اور روٹی کے ٹکڑوں پر گزارا کرتے ہیں۔

کاکروچ سے عموماً بدبو کی وجہ سے نفرت کی جاتی ہے۔ یہ بو اس کے بچاؤ کا ایک ذریعہ ہے اور جسم کے بعض غدودوں سے نکلتی ہے۔ بہت سے کیڑے مکوڑے کھانے والے جانور محض بدبو کی وجہ سے کاکروچ کو نہیں کھاتے۔ مجموعی طور پر کاکروچ بہت صاف جانور ہے۔ باقاعدہ میک اپ کرتا ہے اور اپنے ہاتھ پاؤں اور مونچھیں وغیرہ صاف کرنے میں کئی گھنٹے صرف کر دیتا ہے۔

عام طور پر یہ کہا جاتا ہے کہ کاکروچ ہیضہ اور ٹائیفائیڈ کے جراثیم پھیلاتا ہے۔ سائنسدانوں کی نظر میں یہ ایک بے بنیاد الزام ہے جس کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں۔ جنگلوں میں رہنے والے بعض کاکروچ جسامت میں چھوٹے پرندوں کے برابر ہوتے ہیں۔ ان کے جسم کی لمبائی اڑھائی سے تین فٹ ہو جاتی ہے۔

خطرے کے وقت کاکروچ اپنی پچھلی ٹانگوں سے دولتیاں جھاڑتا ہے اور دشمن کو بھگا دیتا ہے۔ دن بھر کاکروچ بل میں رہتا ہے۔ بالعموم رات کے وقت باہر نکلتا ہے۔ اندھیرے میں اپنے آپ کو بہت محفوظ سمجھتا ہے۔ اس کے سر پر تین عام آنکھیں اور دو مرکب آنکھیں ہوتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ یہ دور دور تک دیکھ سکتا ہے۔ ویسے اگر اسے اندھا کر دیا جائے تو بھی کسی نہ کسی طرح روشنی کو پہچان لیتا ہے۔ مونچھیں اس کی رہنمائی کرتی ہیں اور روزمرہ کے افعال انجام دینے میں اسے بہت مدد دیتی ہیں۔ اوپر ہم نے کاکروچ کی سخت جانی کا ذکر کیا تھا اس ضمن میں یہ بتانا دلچسپی سے خالی نہ ہوگا کہ اگر اسے برف میں دبا دیا جائے تو برف پگھلنے پر بھاگ کھڑا ہوتا ہے۔ بعض اوقات اگر آپ اس پر پاؤں رکھ دیں' تو بھی یہ نہیں مرتا اور جونہی پاؤں اٹھایا جائے صحیح سلامت اپنے راستے پر چل دیتا ہے۔ ضرورت کے وقت یہ اپنے جسم کو سکیڑ لیتا ہے۔ اس خاصیت کی وجہ سے کاکروچ اپنے جسم سے کہیں چھوٹے سوراخوں میں گھس جاتا ہے۔ کاکروچ بہت تیزی سے اپنی نسل پھیلاتا ہے۔ مادہ 303 دنوں میں 180 انڈے دیتی ہے۔ بچے ایک ماہ میں جوان ہو جاتے ہیں اور دوبارہ نسل بڑھانے لگتے ہیں۔ اوسط عمر ایک سال ہے۔ ایک مرتبہ روسی ماہرین حشرات الارض نے ایک کھوہ میں سے 475000 مردہ کاکروچ نکالے جو صرف ایک جوڑے کی اولاد تھے۔

جذبہ ہمدردی پیدا کیجئے

محمد ہارون' کراچی

ظاہری حسن کے ساتھ ساتھ اندر بھی حسن ہونا چاہیے اور اگر وہ دونوں چیزوں کو انسانوں کی بھلائی کیلئے استعمال کرے

تعمیری شخصیت کے رجحانات اس وقت انسان کے دل میں پیدا ہوتے ہیں جب وہ دوسرے افراد کو ترقی کرتے اور کامیاب ہوتے دیکھتا ہے اور وہ چاہتا ہے کہ وہ بھی ایک عظیم شخصیت بنے اور دوسرے عظیم شخصیات کی طرح کامیابی و کامرانی حاصل کر کے لوگوں کو اپنی جانب متوجہ کرے اور لوگوں کی بہتری اور بھلائی کیلئے کام کرے اور وہ اس طرح اپنے آپ کو عظیم ترین مقصد کیلئے مصروف کر لیتا ہے اور سوشل ورک کرنے لگتا ہے اس کا مطمح نظر انسانوں کی بھلائی ہوتا ہے۔ ظاہری حسن کے ساتھ ساتھ اندر بھی حسن ہونا چاہیے اور اگر وہ دونوں چیزوں کو انسانوں کی بھلائی کیلئے استعمال کرے تو وہ ایک روز ایک عظیم ترین شخصیت بن سکتا ہے اور لوگ اس شخصیت کو بے حد پسند کرتے ہیں اور پھر اس کے ساتھ مل کر انسانوں کی بہتری کیلئے کام کرنے لگتے ہیں اس طرح معاشرے کی بھلائی اور بہتری کا مشترکہ طور پر کام شروع ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ پورا معاشرہ فعال اور خوشحال ہونے لگتا ہے اور لوگ دکھوں سے دور ہو کر سکھ کا سانس لینے لگتے ہیں اور وہ معاشرے کو اچھا اور خوشگوار بنانے کیلئے ایک بہترین خدمت ہے۔ اسے جاری رہنا چاہیے تاکہ آنے والی نسلیں بھی اسی بہترین تگ و دو میں مصروف رہیں اور انسانیت کی بھلائی کیلئے ہمیشہ کیلئے زیادہ سے زیادہ کام ہو۔ ان رجحانات کو ہمیشہ جاری رہنا چاہیے۔ دراصل انسان کی زندگی کا اولین مقصد ہی یہی ہے۔ اس مقصد کو کبھی ختم نہ ہونا چاہیے اور آگے ہی آگے بڑھتے رہنا چاہیے جس طرح انسانی نسل آگے بڑھتی ہے اس لیے اس مقصد کا آگے بڑھنا بھی ضروری ہے تاکہ معاشرہ ہمیشہ اچھے لوگوں پر مشتمل رہے تاکہ زیادہ سے زیادہ اچھے لوگ معاشرے کو بہتر سے بہتر بنا سکیں۔

اس ماہ کا دکھی خط

میری دنیا اُجڑ رہی ہے

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تاکہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں اپنی زندگی سے مایوس ہو چکی ہوں' آپ کا ماہنامہ عبقری پڑھا' آخری امید کی کرن ہے اس لیے آخری بار قسمت آزمانے کیلئے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ حکیم صاحب میں بہت سارے مسائل کا شکار ہوں۔ آج تک اپنے مسائل کسی بہن بھائی ماں سے شیئر نہیں کیے تنہا ہی کاٹ اور جھیل رہی ہوں' حد سے زیادہ قدرتی طور پر بچپن سے ہی حساس ہوں تھوڑی بات پر بہت زیادہ پریشان اور فکر مند ہو جاتی ہوں۔

میری امی جان کے گھر میں خون کے چھینٹے' پانی کے چھینٹے' کبھی روڑ' تین چار دفعہ بکرے کا گوشت موٹا موٹا قیمہ بنا ہوا' گھر سے نکلا ایک دفعہ بھینسوں کی کھانے کی بھوسی میں سے چار کلو کی مقدار میں گوشت اور ایک دفعہ دیوار پر بہت سارا خون پڑا۔ ہمارے صحن میں امرود کا درخت ہے' اس کے نیچے بکری بندھی ہوئی تھی اس درخت پر اور بکری پر خون گرا' کچھ ہی دنوں میں درخت سوکھ گیا اور بکری بھی مر گئی۔ ہمارے چچا جان انہی دنوں اچانک ایک دن بیمار ہوئے دوسرے دن فوت ہو گئے۔

ہماری گائیں ساری خراب ہو گئی' بھینس لیتے تو وہ مر جاتی' بکری کے بچے پالتے وہ سارے مر جاتے' ابھی تک یہی حال ہے۔ اس وقت امی جان کے گھر کا یہ حال ہو گیا ہے نا گھر میں برکت ہے نا پیسہ ٹکتا ہے' بیماری گھر سے جاتی نہیں ہے' بچیاں ساری بیمار کمزور لاغر ہو جاتی ہیں' سارے گھر کے افراد جو بہت اچھے طریقے سے پیار و محبت سے رہتے تھے اب ایک دوسرے کی بات تک برداشت نہیں کرتے۔ ایک دوسرے کا گلہ دبانے تک نوبت' کاٹ کھانے کو دوڑتے ہیں' بھائی چھ سال سے آسٹریلیا میں ہیں' اچھا کماتا ہے پر پتہ نہیں چلتا وہ پیسہ کہاں جاتا ہے۔ اس صورتحال کو آٹھ سال ہو چکے ہیں۔

میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چچا کی وفات سے پہلے ہی میری منگنی اور نکاح ہو چکا تھا اس کے بعد میرے شوہر میرے والدین کے گھر سب بہن بھائیوں کے ساتھ رہنے لگے۔ میرے شوہر مجھ سے بہت محبت کرتے تھے' بہت پیار تھا ان کو مجھ سے..... پہلے دن سے ہی وہ ایک مسئلے کا شکار تھے وہ حقوق صحیح طریقے سے ادا نہ کر پاتے۔ مجھ سے شادی سے پہلے انہی کی برادری میں سے کوئی اپنی بیٹی دینے کا ارادہ رکھتا تھا لیکن میرے شوہر کو کوئی دلچسپی نہیں تھی ان میں۔ حکیم صاحب میں اپنے شوہر سے یہ بات آج تک نہیں کہہ سکی کہ آج تک مجھے وہ خوشی نہیں ملی جو قانون فطرت کے مطابق شوہر سے بیوی کو ملتی ہے۔

میرے شوہر نے بہت سارے ٹیسٹ کرائے دنیا جہاں کا علاج کروایا' حکیموں سے' ڈاکٹروں سے' پاکستان کے ہر شہر کے علاوہ بیرون ممالک سے بھی مگر نتیجہ ہمیشہ زیرو ہی رہا۔

لیکن ان کی محبت ان کا پیار مجھے کبھی حرفِ شکایت زبان پر بھی نہیں لانے دیتا تھا۔ پندرہ سال سے ہم اولاد جیسی نعمت سے محروم ہیں۔ مجھے عجیب وغریب قسم کے خواب آتے ہیں' کبھی سمندر دیکھتی ہوں کبھی بڑی بڑی نہریں دیکھتی ہوں' اتنی بڑی کہ خوف آتا ہے کبھی پانی حد سے زیادہ سرخ مٹی کی طرح ہوتا ہے اور لگتا ہے ابھی تیز ہوا چل رہی ہوتی ہے کہ ابھی پانی کے اندر گر جاؤں گی' کبھی بہت بڑی نہر دیکھتی ہوں جس کا پانی سیاہ رنگ کا ہوتا ہے اور اوپر پرالی کے تنکے سارے پانی میں بکھرے ہوتے ہیں مجھے لگتا ہے ابھی گر جاؤں گی تو پھر اچانک دوسری طرف چلی جاتی ہوں اکثر پرانا جنگل جس میں پرانے درخت ہوتے ہیں اس میں پرانے گڑھے ہی گڑھے ہوتے ہیں' جنگل میں پرانا قبرستان ہے جو دور سے نظر آرہا ہے جہاں میں کھڑی ہوں وہاں ایک بہت پرانی سفید رنگ کی قبر ہے جو جگہ جگہ سے ٹوٹ رہی ہے۔ کبھی کبھی بہت گندگی دیکھتی ہوں' اکثر ڈراؤنی شکل کا آدمی ہوتا ہے جو مجھے تنگ کرتا ہے' میری عزت خراب کرنے کی کوشش کرتا ہے پر میں بڑی مشکل سے خود کو بچاتی ہوں' مدت سے میں سو نہیں سکی ہوں' جیسے ہی سوتی ہوں یہ سلسلہ شروع ہو جاتا ہے' میرے شوہر نے دو حج اور بہت سارے عمرے اللہ کے فضل سے ادا کیے ہیں۔ گھر میں برکت نہیں' طبیعت ہر وقت خراب رہتی ہے' کوئی کام کرنے کو دل نہیں چاہتا' بھوک پیاس مر گئی ہے' چہرے پر سیاہیاں' آنکھوں کے گرد حلقے کالے سیاہ ہو گئے ہیں۔

شوہر کا حال یہ ہے جس نے نو سال بڑے پیار و محبت سے میرے گھر والوں کے ساتھ گزارے ہیں' اچانک پتہ نہیں کیا ہو گیا ہے ڈیڑھ سال سے میرے گھر والوں سے لڑ جھگڑ کر جو کچھ میرے والدین کے گھر میں لیا تھا ساری چیزیں اٹھا کر اپنے والدین کے گھر جا کر رکھ دی ہیں' اب جو کماتا ہے اپنے بھائی اور باپ کو دے رہا ہے' جو وہ کہتے ہیں وہ کرتا جا رہا ہے' نا اپنا خیال ہے نا اپنی صحت کا' خیال ہے نا میرا خیال ہے نہ پیار نا محبت' فون کرتا ہے چند سیکنڈ کا..... بات کروں تو کاٹ کھانے کو آتا ہے سمجھانے کی کوشش کروں تو آگے سے چیخنا شروع ہو جاتا ہے۔ کان ترس گئے ہیں کہ کبھی وہ پیار سے بات کرے' کرائے کے گھر میں رہتی ہوں تین تین ماہ کا کرایہ ادا نہیں کر سکتی جب بھی کرایہ کی بات کرتی ہوں تو لڑائی' خرچہ مانگو تو لڑائی شروع ہو جاتی ہے۔ کہتا ہے نا میں اپنے بہن بھائیوں سے مل سکتی ہوں نا انکی خوشی' غمی میں شریک ہو سکتی ہوں اگر میں نے ان سے یعنی اپنے گھر والوں سے علیحدہ ہو کر رہنا ہے تو ٹھیک ہے ورنہ وہ مجھے چھوڑ دینگے' میرے بہن بھائی دو سال پہلے جو اس کی جان تھے آج ان کو دیکھنا تو دور کی بات ان کا نام لینا بلکہ نام سننا گوارا نہیں ہے۔

محترم حکیم صاحب! میں آج بھی اپنے شوہر سے پہلے دن کی طرح محبت کرتی ہوں اور میں ہمیشہ ان کے ساتھ رہنا چاہتی ہوں' میں ہر حال میں خوش ہوں' اللہ کی رضا پر راضی ہوں' میرے شوہر اس شرط پر مجھے اپنے پاس بلانے پر راضی ہوئے ہیں کہ میں اپنے گھر والوں کو چھوڑ دوں' میرے لیے دعا کریں کہ میرے شوہر پہلے کی طرح محبت کریں اور ہمارے سارے مسائل حل ہو جائیں۔ میری دنیا اُجڑ رہی ہے ایسا کیوں ہو رہا ہے؟ میرے پاس سوائے دعاؤں کے اور کوئی سرمایہ نہیں جو آپ کی خدمت میں پیش کروں۔

(قارئین ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

(بقیہ: عبقری نے زندگی میں سکون بھر دیا)

بعد دیکھا تو میرا ایک کان خالی ہے' میں واپس الٹے پاؤں واپس گئی ادھر جہاں میں بیٹھی تھی انا للہ وانا الیہ راجعون کا ورد کرتی ہوئی میں گئی اور دعا مانگی یا اللہ تو چاہے گا تو مل جائے گا۔ میں سمجھی تھی کہ باہر کہیں گر گیا ہے مگر اچانک میرے دل میں خیال آیا کہ کیوں نہ میں 21 دفعہ دو انمول خزانے کی منت مان لوں مل جائیں گے میں نے اسی وقت منت مانی آپ یقین کریں جوں ہی منت مانی اسی جگہ پر جہاں ہم نے پہلے تلاش کیا تھا چولہے کے نیچے بندہ پڑا ہوا تھا جیسے وہاں احتیاط سے رکھا ہے میں نے اللہ تعالیٰ کا شکریہ ادا کیا۔ فوراً سارے کہنے لگے کہ یہ تو معجزہ ہو گیا۔

مراقبے کے حیرت انگیز کمالات

تسبیح خانے میں حضرت حکیم صاحب کی زیرنگرانی ہر ماہ مراقبہ ہوتا ہے جس میں مرد وخواتین کثیر تعداد میں شریک ہوتے ہیں۔خواتین کیلئے پردہ کا علیحدہ انتظام ہوتا ہے۔جس میں مراقبے کی حیرت انگیز کیفیات سامنے آتی ہیں جن میں سے کچھ حصہ درج ذیل ہے۔

ایک دن میں نے مراقبہ کیا تو کیا دیکھتی ہوں کہ نبی کریم ﷺ کی زیارت ہونی ہے اور مسجد نبوی ﷺ میں پہلے پہنچتی ہوں' سلام عرض کرتی ہوں' درود شریف پڑھتی ہوں اور اس کے بعد اگلا منظر شروع ہوتا ہے کہ میں اسی جگہ پہنچتی ہوں جہاں مدینہ پاک میں اُحد پہاڑ کے قریب 70 صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین تدفین ہیں وہاں جاتی ہوں اور زمین کے اندر جارہی ہوں' قبرستان میں تو یوں لگا کہ جیسے دنیا اور زمین کے اندر صرف یہ زمین ایک پردہ سی تھی کیونکہ اندر جاتے ہی بڑے بڑے محلات نظر آنے لگے جیسے ایک کے بعد دوسرا (یکے بعد دیگرے) لیکن خاص پتہ نہیں چلا کہ سب کس کے ہیں کچھ چہرے نظر آئے مردوں کے' کوئی شاید بڑی عمر کا ہو لیکن اکثریت چھوٹی عمر کے ہیں۔

بس ہر مراقبے میں کچھ اسی ہی طرح کی ترتیب ہوتی ہے اور سب سے آخر میں ایک بہت بڑا قلعہ سا نظر آتا ہے اس میں کوئی روشنی نہیں بس ہلکی سی روشنی ہوتی ہے جیسے چاندنی سی رات ہو اور وہاں سے ایک بہت بڑا جلوس سا گزر رہا ہے جنہوں نے کالے رنگ کے لباس پہنے ہوئے ہیں ان میں ہر عمر کے افراد موجود ہیں اور سب کے چہرے اور نگاہیں نیچے کی طرف ہیں۔

ایک اور سب سے بڑی بات کہ ایک دن گھر میں مجھے کسی نے کوئی بات کی جس سے میرا دل بہت زیادہ دکھا اور میں ڈرائنگ روم میں جاکر رونے لگی اور روتے روتے درود شریف پڑھنے لگی اور آنکھیں بند کرلیں۔اتنے میں دیکھتی ہوں کہ اس کمرے میں ہی ہوں تو کمرے میں تیز ترین بہت زیادہ روشنیاں آتی ہیں۔وہ تمام روشنیاں سفید ہوتی ہیں اور ان روشنیوں میں سے نبی کریم ﷺ تشریف لاتے ہیں اور میری طرف قدم اٹھاتے ہیں میں حیران پریشان کہ یہ میں کیا دیکھ رہی ہوں' کہاں میں گنہگار' غریب' مسکین سی بندی اور کہاں اتنی بڑی ہستی تو اتنے میں گھر کے ٹیلی فون کی گھنٹیاں بجنے لگیں مجھے ڈر ہوا کہ کہیں کوئی اور کمرے میں نہ آجائیں' لائٹ جلتی ہوئی دیکھ کر میں نے اتنے میں آنکھیں کھول دیں اور باہر جانے لگی ہوں تو ایسا احساس تھا کہ جیسے حقیقت میں اس کمرے میں نبی کریم ﷺ موجود ہیں اور اس کمرے میں روحانیت کا احساس تھا لیکن میں سوچوں میں ڈوبی ہوئی باہر نکل گئی۔(ع۔م۔لاہور)

مراقبے کی کیفیت

میں نے دیکھا کہ مراقبے میں شامل سب خواتین پر سنہری رنگ کا نور ترش سمت سے پڑرہا ہے۔سب کا دل اس نور سے منور ہورہا ہے۔اس کے بعد دیکھا کہ پانچواں آسمان ہے۔ مراقبے کی سب خواتین میرے ساتھ وہاں پر موجود ہیں۔ آسمان پر گہرے سرخ رنگ کے پھولوں سے اللہ ھو لکھا ہوا ہے' آگے جاتی ہیں سامنے سے حضرت ابراہیم علیہ السلام نبی کریم ﷺ کے ساتھ تشریف لاتے ہیں۔وہ سب خواتین کو ایک ایک پھول دیتے ہیں۔یہ وہی پھول ہوتے ہیں جن سے آسمان پر اللہ ھو لکھا ہوا ہے۔میں اس پھول کو سونگتی ہوں اس کی خوشبو پہلے ہلکی سے پھر تیز سے تیز تر ہوتی چلی جاتی ہے۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام ہمیں اپنے ساتھ لے جاتے ہیں سامنے بڑے سے تخت پر نبی کریم ﷺ تشریف فرما تھے۔ان کے دائیں ہاتھ حضرت حسین رضی اللہ عنہ بیٹھے تھے اور ان کے بائیں ہاتھ حضرت حسن رضی اللہ عنہ بیٹھے تھے۔آپ حضرت حسن رضی اللہ عنہ سے فرماتے ہیں کہ ان کو اپنی والدہ کے پاس لے جاؤ۔سب خواتین ان کے ساتھ چل پڑتی ہیں۔ایک پردہ کے پاس جاکر وہ رک جاتے ہیں اور ہمیں جانے کا کہتے ہیں اور وہ واپس چلے جاتے ہیں۔(ر۔ح۔لاہور)

جسم کو خوبصورت بنانے کا مجرب عمل

جسم کو خوبصورت بنانے کا یہ مجرب عمل مجھے ایک بزرگ سے ملا تھا جسے میں نے خود بھی آزمایا ہے یہ عمل آپ صبح و شام یا ایک بار بھی کرسکتے ہیں:۔وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ 21 مرتبہ پڑھ کر وضو با وضو پانی یا کسی کریم جو استعمال کرتے ہوں اس پر دم کرلیں۔21 روز کا عمل ہے۔ یہ ہر طرح کے جسم کو ٹھیک کرسکتا ہے مثلاً جادو کے ذریعے منہ کا ٹیڑا ہونا یا کوئی داغ دھبے پڑنا' اس پانی کو پی بھی سکتے ہیں۔بس اس پانی کو زمین پر گرانے سے گریز کیا جائے تاکہ اس کی بے حرمتی نہ ہو۔(محمد یونس)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَا نُوْرُ یَا بَصِیْرُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ایک سال پہلے مجھے عبقری کا شمارہ اپنی ایک دوست سے بطور گفٹ ملا۔میں نے اسے عام سا رسالہ سمجھ کر رکھ لیا۔ایک دن ایسے ہی سرسری پڑھنا شروع کیا تو میں حیران رہ گئی' اتنا زبردست میگزین میں نے آج تک نہیں پڑھا۔اس میں موجود طبی وروحانی نسخوں نے ہماری زندگیوں میں انقلاب برپا کردیا ہے۔عبقری میں موجود مراقبے کے عمل نے مجھے چار سال پرانی بیماری سے نجات دلا دی۔حکیم صاحب میرا ماہواری کا نظام بالکل خراب تھا' میرا ماہانہ کبھی بالکل ہی بند ہوجاتا تھا جس کی وجہ سے میرا رنگ مٹیالا اور چہرے پر بال آنے شروع ہوگئے تھے' میں نے بہت علاج کروائے لیکن وقتی فائدہ ہوتا۔ایک دن میں نے مراقبے کا عمل آخری حل سمجھ کرنا شروع کردیا' اور کچھ عرصہ مستقل مزاجی اور یقین سے کیا۔حکیم صاحب صرف تین ماہ ہی میں نے مراقبے کا عمل کیا تھا کہ مجھے محسوس ہوا کہ میرا ماہواری نظام درست ہورہا ہے اور اب الحمد للہ میں بالکل ٹھیک ہوں۔(ر۔ش۔سیالکوٹ)

حکیم نور احمد

پھول اور ان کے شفاء بخش اثرات

کچنال یعنی کچنار کا چٹ پٹہ سالن دنیا بھر میں شوق سے کھایا جاتا ہے۔ جو بدہضمی، مروڑ، دائمی قبض اور دل کی دھڑکن کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کے پھول صبح کے وقت خالی پیٹ تین سے گیارہ عدد تک ناشتہ کر لیے جائیں تو دل مضبوط، کچا پاخانہ خارج ہونا بند۔

اطباء نے ہر سال کو سردی، گرمی، خزاں اور بہار چار موسموں میں تقسیم کیا ہے۔ دسمبر سے فروری تک سخت سردی کا موسم ہوتا ہے آسمانی اور زمینی تغیرات کے ساتھ یہ موسم کبھی اپریل کے شروع تک قائم رہتا ہے اس موسم میں بھوک کم، معدہ بوجھل اور سر کے چکر آنے کی شکایت عام ہوتی ہے۔ بار بار دست اور قے آنے کی شکایت اکثر سننے میں آتی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ سردیوں میں ہر شخص اپنی حیثیت کے مطابق طاقتور غذا زیادہ سے زیادہ کھانے کی کوشش کرتا ہے۔ موسم بہار میں بھاری کپڑے بدن سے اترنے شروع ہو جاتے ہیں سردی سے بچاؤ کیلئے پیٹ کے اندر خون زیادہ جمع ہوتا ہے جو ہلکی بھاری غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ موسم بہار میں خون کی آمد باہر کی طرف زیادہ رہتی ہے جس سے بیرونی حصہ گرم ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس عمل سے ہمارے معدے اور آنتوں کی ہلکی پھلکی جلد ہضم ہو جانے والی غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ سمجھدار لوگ اس موسم میں حلوہ پوری، پراٹھا اور چائے چھوڑ کر دہی کی پتلی لسی بنا کر یا دہی دودھ کا ناشتہ شروع کر دیتے ہیں اور علاج معالجہ کے لیے بھی قدرتی اشیاء کی طرف رجوع کرتے ہیں۔ موسم بہار کا ایک قدرتی علاج گلاب کا پھول ہے جو خون کے جوش کو کم کر کے طبیعت میں فرحت اور سکون پیدا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ سفید رنگ والے سیوتی کے پھول، انچ بھر چوڑی اور دو تین انچ لمبی سرخ پنکھڑیوں والے لال رنگ کے آدھ آدھ چھٹانک وزنی سنبل کے درخت کے سڑکوں پر جا بجا بکھرے پھول ہمارے معدہ آنتوں کی صفائی جگر کو طاقت دینے اور کمر گردوں میں اٹکی ہوئی ریح اور کھچاؤ دور کرنے کیلئے بے حد مفید ثابت ہوتے ہیں۔ صبح سویرے سیر کرتے ہوئے دو چار گلاب یا سیوتی کے پھول کا ناشتہ کر لیں تو بدن مضبوط اور قبض دور ہونے کے ساتھ طبیعت میں فرحت پیدا ہوتی ہے۔ ان پھولوں سے دل کو طاقت ملتی ہے اور رگوں میں جمی ہوئی چربی کم ہونی شروع ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ضرورت کے مطابق پروٹین، فاسفورس، فولاد اور خون صاف کرنے والے نمکیات اور حرارے بھی حاصل ہو جاتے ہیں۔

سنبل کے موٹے موٹے پھول جو اس موسم میں بکثرت ملتے ہیں گردوں اور مثانہ کو خاص طور پر طاقت دیتے ہیں۔ ان پھولوں میں گیارہ فیصد لحمی اجزاء اور تیس فیصد گلوکوز موجود ہوتی ہے۔

سفید رنگ سوہانجنہ کے پھول انڈوں کے برابر پروٹین مہیا کرتے ہیں۔ ان پھولوں سے جوڑوں میں جمے ہوئے زہریلے فضلات پیشاب کے راستے بدن سے خارج ہو جاتے ہیں۔ ہضم کے اعضاء کی بادی دور ہو کر بھوک کھل جاتی ہے۔ سوہانجنہ کے پھولوں کو سادہ یا گوشت میں پکا کر کھائیں تو اس چٹ پٹے سالن سے بدن میں حیاتین ب اور حراروں کی کافی مقدار حاصل ہو جاتی ہے۔

شہر سے ذرا دور لہلہاتے کھیتوں میں آسمانی رنگ کے السی کے پھول ہمارے سانس لینے والے اعضاء کو ریشہ، بلغم اور زہریلے فضلات سے پاک کرنے کیلئے صحت بخش خوشبو فضا میں بکھیرتے رہتے ہیں۔ اس سے نزلہ، زکام کے ستائے ہوئے اور سل دمہ والے تنگ حال مریض ان نیلے رنگ کے پھولوں کو سونگھیں تو سانس لینے کی نالیاں صاف ہو کر بیماری میں افاقہ ہو جاتا ہے۔ السی کے پھول روزانہ آدھ سے سوا تولہ تک کھانے سے مفت کا ناشتہ ہونے کے علاوہ جوڑ مضبوط اور قدرت کے کیمیا گر کا بنایا ہوا عمدہ نباتاتی گھی بھی تھوڑی مقدار میں حاصل ہو جاتا ہے۔ اس سے اعصابی تھکن اور بدن کا ٹوٹنا بھی بند ہو جاتا ہے۔

اسی موسم میں کچنار کے پھول پیٹ کی گیس، سختی، بھوک کی کمی اور ڈکاروں کا آتے رہنا بند کرنے کیلئے مفید ہیں۔ سویا کے پودے میں کارمی نیٹو اجزاء قدرت نے کوٹ کوٹ کر بھر دیئے ہیں۔ اس جا بجا کاشت ہونے والی گھاس کے ننھے ننھے تیز خوشبودار پھول اور بیج دو تین انچ چوڑی چھتری کے مانند دکھائی دیتے ہیں۔ اس کے پھولوں کی خوشبو سے ہوا خارج، اپھارہ اور پیٹ کی سختی دور ہو جاتی ہے۔ ننھے بچوں کا پیٹ درد، مروڑ اور ہڈیوں کی پرورش کیلئے یہ جادو اثر گھاس بہت ہی کارآمد اثرات رکھتی ہے۔ اس کا ساگ پکا کر کھانے سے گیس دور، پیٹ ہلکا اور ریح کھل کر خارج ہوتی ہے۔

کچنال یعنی کچنار کا چٹ پٹہ سالن دنیا بھر میں شوق سے کھایا جاتا ہے۔ جو بدہضمی، مروڑ، دائمی قبض اور دل کی دھڑکن کو فائدہ دیتا ہے۔

اس کے پھول صبح کے وقت خالی پیٹ تین سے گیارہ عدد تک ناشتہ کر لیے جائیں تو دل مضبوط، کچا پاخانہ خارج ہونا بند، گیس کم اور پتلا خون گاڑھا ہو کر نسیر، پیچش، سل اور خون تھوکنے کو شفاء ہو جاتی ہے۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ **(ادارہ)**

3۔ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

بندہ خدا، واہ کینٹ۔ محمد مدثر، کراچی۔ بیگم مخدوم شیر عالم سہانی، ملتان۔ ڈاکٹر محمد بخش، سندھ۔ رفعت خانم، فیصل آباد۔ شہناز، گوجرانوالہ۔ حکیم محمد سلیم، دنیاپور۔ سرخاب جاوید، لندن۔ میاں عبدالغفار ندیم، مظفر گڑھ۔ رشیدہ خانم۔ بنت یونس، گجرات۔ محمد امین، لاہور۔ محمد صادق، سکھر۔ مسز خالد، اسلام آباد۔ نسرین غیاث، بہاولنگر۔ سید رحمان علی شاہ، مردان۔ امتیاز محمد موسوی، اٹک۔ بیگم منظور، حویلی لکھا۔ محمد عثمان، فیصل آباد۔ محمد ضیاء السلام بٹ۔ ہمشیرہ احمد شاہ۔ قاری محمد نواز، گلگت۔ صالحہ شبیر، سلانوالی۔ زہرہ بیگم، لاہور۔ ماسٹر حکیم اللہ، ورسک ڈیم پائن۔ ذکیہ اقتدار، بہاولنگر۔ فرحت، لاہور۔ محمد منصور۔ شاہنواز، گوجرانوالہ۔ رابعہ قمر۔

مشروب یا زہر......! فیصلہ خود کریں

میاں عامر، اٹک شہر

لمبے عرصے تک استعمال سے معدے کی جھلی کو نقصان' ہائی بلڈ پریشر اور شوگر کی بیماری میں زیادتی ہو جاتی ہے۔☆ حاملہ عورت میں ان مشروبات کا استعمال بچے کی جسمانی بناوٹ میں خرابی کے علاوہ معذور بچوں کی پیدائش کا سبب بن سکتا ہے

میں کوک پیئوں گا' مجھے پیپسی چاہیے' اس قسم کے جملے آپ کو اکثر سننے کو ملیں گے۔ ان مشروبات کی کسی بوتل میں اگر اُکھڑا ہوا دانت یا ناخن ڈال دیا جائے تو دو دن میں گل کر اور دو ہفتے میں اندر حل ہو جائے گا جبکہ یہی دانت' ہڈیاں اور ناخن انسان کے مرنے کے بعد ہزار ہا سال تک محفوظ حالت میں مل سکتے ہیں۔ صحت کیلئے حد درجہ خطرناک ہونے کے باوجود کیا وجہ ہے کہ بچے دیوانہ وار ان مشروبات کا مطالبہ کرتے ہیں۔

اس مطالبے کی وجہ ان کمپنیوں کی طرف سے انتہائی سحر انگیز اور گمراہ کن اشتہار بازی ہے جس میں معصوم بچے مشہور کرکٹرز، فلم سٹارز اور من پسند ہیروؤں کو انتہائی جذباتی انداز میں یہ مشروب پیتے ہوئے دیکھ کر ان کے انداز میں ان کی نقالی کی کوشش کرتے ہیں۔ یہ چکا چوند ننھے منے بچوں کو مرعوب کر کے ان مشروب کا عادی بنا ڈالتی ہیں۔

ان کمپنیوں کا کہنا ہے کہ ہم آدھا منافع اس بات پر خرچ کرنے کیلئے تیار ہیں کہ عوام کوئی اور مشروب مانگنے کی بجائے پیپسی یا کوک کا نام لے کر مشروب طلب کریں۔ ظاہر ہے اس اشتہار بازی کا خرچ استعمال کرنے والے ہی کی جیب سے پورا کیا جاتا ہے۔ پیپسی یا کوک کیا ہے؟ یہ مشروب جن چیزوں کا مرکب ہیں شاید انہیں باریک انگریزی میں ڈھکن کے اندر ملاحظہ کر سکیں۔ یہ کیمیائی مادے درج ذیل ہیں:۔

کاربن ڈائی آکسائیڈ

قدرت اس زہریلی گیس کو جو خون کے ایک فضلے کی مانند ہے سانس کے ذریعے پھیپھڑوں سے باہر نکالتی ہے لیکن پیپسی اور کوکا کولا میں پانی میں اس گیس کو گزار کر جذب کیا جاتا ہے جسے ہم منہ کے ذریعے اپنے معدے میں اتار دیتے ہیں اس گیس کو پانی میں گزارنے کے فعل سے کاربالک بنتا ہے اور ان مشروبات کی تیزابیت کا درجہ 3.4 ہوتا ہے یعنی انسانی جسم کی تیزابیت سے تین یا چار درجے تیز۔ اس درجے کی تیزابیت ہڈیوں اور دانتوں کو گھول کر رکھ دیتی ہے۔ انسانی ہڈیاں 30 سال کے بعد بننا بند ہو جاتی ہیں یعنی انسانی ڈھانچہ ہونے کی وجہ سے ہمارے انسانی نظام اور معدے پر دو چند بوجھ بڑھ جاتا ہے۔ ایک تیزابیت کی وجہ سے اور دوسرا مشروب کے درجہ حرارت کی وجہ سے جو عموماً 0 ڈگری سینٹی گریڈ ہوتا ہے جبکہ جسم کا درجہ حرارت 37 ڈگری سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔ اس فرق کو ملانے کیلئے معدے کو فاضل کام کرنا پڑتا ہے۔ کھانے کے دوران ان مشروبات کے استعمال سے ہاضمے کے مددگار کیمیائی مادے تحلیل ہو کر معدے پر مزید بوجھ ڈال دیتے ہیں جس کی وجہ سے معدہ جلد ہی جواب دے جاتا ہے۔ انہی وجوہات کی بنا پر معدے میں گیسیں اور دیگر زہریلے مادے بنتے ہیں جو انتڑیوں میں جذب ہو کر جسم کو وقت سے پہلے بوڑھا کر دیتے ہیں۔

فاسفورک ایسڈ

اس کا تیزابی مادہ ہمارے جسم کی ہڈیوں اور دانتوں سے کیلشیم کے مادے کا اخراج کرتا ہے۔ مسلسل استعمال سے ہڈیوں کی شکست وریخت ہونے کی وجہ سے ہڈیوں کا درد' کمر کا درد اور بعض اوقات معمولی چوٹ سے ہڈیوں کا ٹوٹ جانا عام علامت ہے۔ اس بیماری کو ہڈیوں کی کمزوری کہا جاتا ہے۔

کیفین

یہ اعصابی نظام کو تحریک دینے والی نشہ آور دوا ہے جس کے استعمال سے آدمی وقتی طور پر بیدار' تازہ دم اور خوشی محسوس کر سکتا ہے۔ پانچ چھ گھنٹے میں اس کا اثر ختم ہونے پر کمزوری' سستی' اضمحلال اور بوریت محسوس کرتا ہے۔

کیفین کے زیادہ استعمال سے ہیجان' بے چینی' رعشہ' دل کی تیز دھڑکن کے ساتھ دل کی چال میں تبدیلی آسکتی ہے۔ سر درد کے ساتھ دردوں تک کی نوبت آسکتی ہے۔ کیفین کی مقدار عام بوتل میں 35 سے 50 ملی گرام تک جبکہ ڈیڑھ لیٹر کی بوتل میں 200 ملی گرام تک موجود ہوتی ہے۔

سوڈیم بینزویٹ

یہ مضر کیمیائی مادہ مشروبات کو سڑنے سے روکتا ہے لیکن اس کا کثرت سے استعمال ہائی بلڈ پریشر کا باعث بنتا ہے۔

ایتھائی لین گلائی کول

یہ مشہور اینٹی فریز ہے جو گاڑیوں میں پانی کو جمنے سے بچانے کیلئے ڈالا جاتا ہے۔ یہ سنکھیا سے ملتا جلتا آہستہ عمل کرنے والا زہر ہے جس کے نتیجے میں اگر ایک گھنٹے میں چار لیٹر کولا مشروب پینے سے موت واقع ہو سکتی ہے۔ دو ڈھائی لیٹر پینے سے بے ہوشی طاری ہو سکتی ہے۔

رنگدار مادے

سرخ امارنتھ اور براؤن بورڈیکس قابل ذکر ہیں۔ جو تحقیقات کے مطابق کینسر کا باعث بنتے ہیں اور انسانی صحت کیلئے مضر اثرات رکھتے ہیں۔

پیپسی اور کولا کے عمومی نقصانات

ذہنی صحت پر اثر سے بچے کو ضدی بنا ڈالتے ہیں ماں باپ کو تنگ کرنا اور آپس میں مار کٹائی کا رجحان زیادہ ہو جاتا ہے اور ذہانت میں کمی آ جاتی ہے۔

☆ بچوں کی جسمانی صحت پر اثر کر کے پہلی صورت میں بظاہر موٹا بچہ لیکن اندرونی طور پر کمزور اور سست جبکہ دوسری صورت میں بھوک کے مارے جانے سے پیلی رنگت کا لاغر بچہ جس کی آنکھوں کے گرد حلقے اور چہرے پر مردنی ہو گی۔

☆ ان مشروبات کا کثرت سے استعمال جگر کے امراض کا باعث بنتا ہے جو کہ اس مرض کی الکحل مشروبات کے بعد دوسری بڑی وجہ ہے۔

☆ لمبے عرصے تک استعمال سے معدے کی جھلی کو نقصان' ہائی بلڈ پریشر اور شوگر کی بیماری میں زیادتی ہو جاتی ہے۔ شوگر کے مریضوں کیلئے ڈائیٹ کولا بھی حد درجہ مضر اثرات رکھتا ہے۔

☆ حاملہ عورت میں ان مشروبات کا استعمال بچے کی جسمانی بناوٹ میں خرابی کے علاوہ معذور بچوں کی پیدائش کا سبب بن سکتا ہے جس کی شرح ہمارے معاشرے میں بڑھ رہی ہے۔

متبادل صحت مند مشروبات

دودھ کے مشروبات سادہ یا ذائقہ دار' مثلاً الائچی اور بادام پستے کی کترن کے ساتھ مشروبات ☆ ادرک اور شہد کے ساتھ ☆ کھجور کے مرکب کے ساتھ ☆ ملک شیک' آم' کیلا' سیب' لسی سادہ یا ذائقہ دار ☆ خشخاش بادام کے ساتھ ☆ ٹھنڈے پانی کے مشروبات ☆ سکنجبین' گڑ' لیموں اور نمک کیساتھ ☆ آلو بخارے اور املی کا شربت ☆ تخم ملنگا اور گوند کتیرا ☆ دیگر مشروبات مثلاً شربت الائچی' شربت بزوری وغیرہ ☆ تازہ جوسز مثلاً گاجر کا جوس' سیب اور گاجر کا جوس' انار' سبز قہوہ۔

اگر آپ کے بیت الخلا کا نکاس بند ہو جائے تو رات پیپسی یا کوکا کولا کی لیٹر یا ڈیڑھ لیٹر والی بوتل ڈال دیں۔ صبح فلش کریں تو نکاس کھل چکا ہوگا۔

ع،م۔چوہدری

دل کی ہر بیماری کا علاج درود شریف

اسے کثرت سے پڑھنے والا کا دل روشن ہو جاتا ہے اور اسے سچے خواب نظر آنے لگتے ہیں۔خواب میں بزرگوں کی زیارت ہوگی۔ اگر شدید قسم کے بیمار آدمی کے سرہانے درود مبارک کو سو مرتبہ پڑھا جائے

گھر میں خوشحالی اور سکون کیلئے

اس درود پاک کو روزانہ گھر میں ایک مرتبہ پڑھنے سے گھر میں خوشحالی اور سکون رہتا ہے اگر کوئی رشتہ دار، بیوی یا اولاد کسی مسئلے میں تنگ کرتی ہو تو 11 مرتبہ یہ درود شریف پڑھ کر پانی پر پھونک کر پانی پلادیں۔ ہر طرف سے مخالفت ختم ہو جائے گی اور ماحول موافق ہو جائے گا۔حضرت خواجہ حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کا ارشاد ہے کہ جو شخص چاہتا ہو کہ اسے حوض کوثر سے بھر بھر کر جام پلائے جائیں تو اسے یہ درود پڑھنا چاہیے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ وَاَصْحَابِہٖ وَاَوْلَادِہٖ وَاَزْوَاجِہٖ وَ ذُرِّیَّتِہٖ وَاَھْلِ بَیْتِہٖ وَاَصْھَارِہٖ وَ اَنْصَارِہٖ وَاَشْیَاعِہٖ وَمُحِبِّیْہٖ وَاُمَّتِہٖ وَعَلَیْنَا مَعَھُمْ اَجْمَعِیْنَ یَآاَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ o

[redacted]

اس درود پاک کے الفاظ یہ ہیں' اے اللہ! قرآن کے حروف کے برابر نبی اکرم ﷺ پر درود بھیج'' اسی لیے اسے درود قرآنی کہا جاتا ہے۔اس درود پاک کے بے پناہ فوائد ہیں مختصراً یہ کہ اس درود پاک کے پڑھنے سے دل میں حضور ﷺ کی بے پناہ محبت پیدا ہو جاتی ہے۔قرآن پاک کی تلاوت سے پہلے اور آخر میں سات سات مرتبہ پڑھنے سے وہ شخص اور اس کا گھر ہمیشہ خوشحال اور پرسکون رہے گا۔خشک سالی میں مسجد میں جمع ہو کر اجتماعی طور پر سوا لاکھ مرتبہ یہ درود شریف پڑھنے سے رحمت خداوندی کا بادل آسمانوں پر چھا کر برس جاتا ہے۔اس درود شریف کو تین مرتبہ صبح وشام پڑھنے سے اس قدر رحمتیں نازل ہوتی ہیں کہ جو احاطہ گنتی سے باہر ہیں۔درود قرآنی یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّ آلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ بِعَدَدِ مَافِیْ جَمِیْعِ الْقُرْآنِ حَرْفًا حَرْفًا وَّبِعَدَدِ کُلِّ حَرْفٍ اَلْفًا اَلْفًا.

درود مصطفیٰ ﷺ

اس درود پاک کا عمل نیک صفات سے متصف ہو جائے گا۔ کثرت سے پڑھنے والا رسول اکرم ﷺ کی محبت میں محو

رہے گا۔جو شخص صبح وشام یا ہر نماز کے بعد اس درود شریف کی تلاوت کرتا رہے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا۔ادنیٰ سے اعلیٰ مرتبہ پر پہنچے گا۔اگر کسی حاکم یا افسر کے پاس جائے گا تو عزت پائے گا۔اسے کثرت سے پڑھنے والا کا دل روشن ہو جاتا ہے اور اسے سچے خواب نظر آنے لگتے ہیں۔خواب میں بزرگوں کی زیارت ہوگی۔اگر شدید قسم کے بیمار آدمی کے سرہانے درود مبارک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی کریم ﷺ کے واسطہ سے بیمار کی صحت یابی کی دعا کی جائے تو اللہ قبول فرمائے گا۔درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی حَبِیْبِکَ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی آلِہٖ وَسَلِّمْ.

ایک عظیم درود پاک

حضرت شیخ یوسف بن اسمٰعیل نبہانی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ شیخ محمد صالح کی وہ تحریر جو صاحبزادہ عبدالحئی نے مجھے دکھائی اس میں حضور نبی کریم ﷺ کا یہ درود پاک' اس کی فضیلت اور سند درج ہے۔اس کے مطابق اس درود شریف کی بزرگی کا اندازہ اس سے لگایا جاسکتا ہے کہ اسے ایک دفعہ پڑھنے سے ایک ہزار بار درود شریف پڑھنے کا ثواب ملے گا۔

درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَآلِہٖ بِقَدْرِ حُسْنِہٖ وَجَمَالِہٖ وَنُوْرِہٖ وَکَمَالِہٖ وَسَلِّمْ تَسْلِیْمًا.

کان کے درد سے نجات کیلئے

کئی بچے کان کے درد سے تڑپ تڑپ کر روتے رہتے ہیں۔ ان کے والدین طرح طرح کی دوائی استعمال کرتے ہیں۔ لوگ بھی کان کے مرض کے علاج کروانے بڑے بڑے ڈاکٹروں کے پاس جاتے ہیں مگر یہ ایک ایسا درود ہے کہ جو کان درد کیلئے مکمل شفاء ہے۔شفاء القلوب بذکر المحبوب از مولوی نبی بخش حلوائی رحمۃ اللہ علیہ میں درج ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ اگر کسی کے کان میں گرانی ہو تو یہ درود پاک پڑھے۔اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَوَّلِیْنَ وَالْاٰخِرِیْنَ وَفِی الْمَلَاءِ الْاَعْلٰی اِلٰی یَوْمِ الدِّیْنِ.

دانتوں کے درد کیلئے درود شریف

دانتوں کی کئی بیماریاں ہوتی ہیں۔ان کو چھوڑ دیا جائے تو ان سے کئی اور بیماریاں جنم لیتی ہیں۔کچھ ایسی بھی جو جان لیوا ثابت ہوتی ہیں۔لوگ مایوس ہو جاتے ہیں۔ڈاکٹر اور طبیب جواب دے دیتے ہیں۔منہ کا ذائقہ جاتا رہتا ہے اور لوگ کھانے پینے سے قاصر ہو جاتے ہیں۔ اس مرض کو زائل کرنے کیلئے یہ درود شریف اکسیر اعظم ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر حالت میں شفاء دے دیتا ہے۔خرچ کچھ بھی نہیں آتا' شفاء مکمل اور ثواب اس کے علاوہ۔جن کے منہ سے بدبو آتی ہو چاہے دانتوں کی وجہ سے ہو چاہے کسی پیاز اور مولی وغیرہ کے کھانے سے ہو وہ بھی ایک سانس میں گیارہ مرتبہ اس درود پاک کو پڑھ کر فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی النَّبِیِّ الطَّاھِرِ.

[redacted]

یہ درود بھی ہے اور مکمل شفاء بھی ہے۔دل کے درد اور جملہ امراض قلب کیلئے ایک لاجواب دوا ہے۔ بالخصوص دل دھڑکنے' دل تڑپنے' دل ڈوبنے' دل بڑھنے' کمزور ہونے اور دل بیٹھنے کیلئے مجرب نسخہ کیمیا ہے۔یہ درود پاک 315 مرتبہ روزانہ پڑھنے چاہئیں۔اللہ تعالیٰ دل کے ہر مرض سے شفاء عطا فرمائے گا۔آج کل دل کی بیماری عام ہے۔تندرست اگر پڑھتے رہیں تو دل کے امراض سے انشاء اللہ محفوظ رہیں گے۔درود پاک یہ ہے:۔اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَائِھَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَ ضِیَائِھَا وَعَلٰی آلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ.

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

جنات نے مہمانان رسول کا اکرام کیا

دیکھتے دیکھتے وہ بلی حافظ صاحب کے سینہ پر سوار ہوگئی اور انسانوں کی طرح بولنے لگی' اس نے کہا کہ مولانا کلیم سے کہنا کہ آپ کے مدرسہ کے لوگ ہمیں بہت ستارہے ہیں اور ہمارے ساتھیوں کو مارتے ہیں ہم ایک زمانے سے وہاں رہتے ہیں

حضرت شیخ الحدیث مولانا محمد زکریا کاندھلوی رحمۃ اللہ علیہ سے کیے گئے وعدہ کی تعمیل میں اس حقیر نے پھلت کے تاریخی ادارہ مدرسہ فیض الاسلام (جس کا موجودہ نام جامعۃ الامام ولی اللہ ہے) کے لیے دوڑ دھوپ شروع کی' چند طلباء کو دارالاقامہ میں رکھا گیا' مدرسہ جو کچھ زمانہ قبل جامع مسجد سے حضرت مولانا محمود احمد پھلتی استاذ شیخ الہند کی خانقاہ جس کو مرزا جی کی بارک کہا جاتا تھا' کے کھنڈر میں چند کمرے بنا کر منتقل کیا گیا تھا' مدرسہ میں روز روز سانپ نکلتے رہتے تھے اور مقیم طلباء کو جنات جو اس کھنڈر میں رہتے ہوں گے طرح طرح سے پریشان کرتے تھے۔

اتفاق سے عزیزی حافظ محمد ادریس جو اس حقیر کے شروع سے رفیق ہیں کو کسی دینی دعوتی ضرورت سے راجستھان سفر پر بھیجا' جے پور میں ان کا قیام حضرت شاہ عبدالرحیم مجددی رحمۃ اللہ علیہ کے مہمان خانہ میں تھا مہمان خانہ میں وہ اکیلے تھے دروازہ بند تھا' اچانک انہوں نے دیکھا کہ ایک سفید رنگ کی بلی وہاں ہے اور دیکھتے دیکھتے وہ بلی حافظ صاحب کے سینہ پر سوار ہوگئی اور انسانوں کی طرح بولنے لگی' اس نے کہا کہ مولانا کلیم سے کہنا کہ آپ کے مدرسہ کے لوگ ہمیں بہت ستارہے ہیں اور ہمارے ساتھیوں کو مارتے ہیں ہم ایک زمانے سے وہاں رہتے ہیں آپ وہاں مدرسہ چلا کر ہمیں پریشان نہ کریں اور اپنا مدرسہ کہیں اور بنالیں' یہ کہہ کر وہ بلی چلی گئی' حافظ صاحب نے صبح کو حضرت شاہ عبدالرحیم رحمۃ اللہ علیہ سے رات کے واقعہ کا ذکر کیا حضرت شاہ صاحب نے فرمایا کہ اب آپ مدرسہ میں جا کر جس طرف زیادہ سانپ وغیرہ نکلتے ہیں وہاں کھڑے ہو کر یہ کہیے کہ: اے قوم جنات! ہم لوگ مہمانان رسول ﷺ کے لیے یہاں ایک مدرسہ چلا رہے ہیں' اور ان کے قیام گاہ یہاں بنانا چاہتے ہیں' اس لیے آپ لوگ یہاں سے جگہ خالی کردیں اور اپنا ٹھکانہ کہیں اور بنالیں' حسب الحکم حافظ ادریس صاحب نے پھلت پہنچ کر اس کھنڈر کے خاص مقام پر جہاں زیادہ سانپ نکلتے تھے اعلان کیا: ایک وارث رسول کے حکم سے میں اعلان کررہا ہوں کہ ہم لوگ مہمانان رسول ﷺ کیلئے یہاں ایک مدرسہ چلا رہے ہیں اس کی ایک قیام گاہ یہاں بنانا چاہتے ہیں' آپ لوگ یہاں سے جگہ خالی کردیں اور اپنا ٹھکانہ کسی اور جگہ بنالیں' کئی استاذ بھی ساتھ تھے سب کا تاثر یہ تھا کہ جیسے ہی یہ اعلان کیا گیا محسوس ہوا کہ ایک مخلوق یہاں رہتی تھی جس کی وجہ سے اس جگہ پر دہشت سی محسوس ہوتی تھی وہ مخلوق یہاں سے چلی گئی اور عجیب سا خلا محسوس ہونے لگا اس کے بعد سے آج تک نہ کوئی سانپ نکلا اور نہ کسی طالب علم کو اثر وغیرہ کی پریشانی ہوئی۔

ابھی چند مدارس میں جانا ہوا تو ذمہ داران مدرسہ نے شکایت کی کہ طلباء مدارس کے ساتھ عوام کا بڑا سوتیلا سلوک رہتا ہے خاص طور پر جہاں مدارس کی اپنی مساجد نہیں ہیں یا مدارس مساجد میں چل رہے ہیں وہاں کے نمازی تو بس ہر وقت ذرا ذرا سی بات پر بلکہ بے بات' بچوں کے ساتھ حقارت آمیز اور ظالمانہ سلوک کرتے ہیں' مجبوراً مسجد کی نماز کی فضیلت سے محروم کر کے ان کی جماعت الگ مدرسہ کے کمرے میں کرنی پڑتی ہے' یہ طلباء مدارس' مہمانان رسول ﷺ ہیں' اس مبارک' مقدس اور اللہ کیلئے محبوب ترین نسبت کا جنات جیسی قوم تو ایسا احترام کرے کہ ایک اعلان میں سینکڑوں سال کی اپنی رہائش چھوڑ کر ذرا سے اشارہ پر جگہ خالی کردے اور نبی ﷺ سے محبت کا دعویٰ کرنے والے ہم غلامان رسول' ان مہمانان رسول کو حقیر اور بے سہارا سمجھ کر ان کو حقارت سے دیکھتے ہیں حتیٰ کہ مساجد جہاں پر سب سے زیادہ حق اگر کسی کا ہے تو ان مہمانان رسول ﷺ کا۔ ان کے ساتھ نازیبا طریقہ سے ہم پیش آئیں' کتنے افسوس کی بات ہے۔

ایک عجیب عمل

حضور اکرم ﷺ نے حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا سے ارشاد فرمایا کہ جو مسلمان مرد یا عورت وتر کے بعد دو سجدے اس طرح کرے کہ ہر سجدے میں پانچ مرتبہ "سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّ الْمَلٰٓئِكَةِ وَالرُّوْحِ" پڑھے اور دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھ کر ایک مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھے تو قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں محمد ﷺ کی جان ہے کہ اللہ تعالیٰ اس شخص کی وہاں سے اٹھنے سے پہلے مغفرت فرمادینگے اور ایک سو حج اور ایک سو عمروں کا ثواب دینگے اور اس کی طرف اللہ تعالیٰ ایک ہزار فرشتے بھیجیں گے جو اس کیلئے نیکیاں لکھنی شروع کردینگے اور اس کو سو غلام آزاد کرنے کا ثواب بھی ملے گا اور اس کی دعا اللہ تعالیٰ قبول فرمائینگے اور قیامت کے دن ساٹھ اہل جہنم کے حق میں اس کی شفاعت قبول فرمائینگے اور جب مرے گا تو شہادت کی موت مریگا۔ (معین الدین)

(بقیہ: گردوں کے علاج کا خواب میں ملا عمل)

دس بارہ کلو پانی بھر دیا۔ ساری رات اس کو بھگو رکھا۔ صبح اٹھ کر اسے دھیمی آگ پر چڑھا دیا۔ پانی جب ابالے کھانے لگا۔ ایک گھنٹہ پانی ابالے کھاتا رہا۔ اس سے کلونجی کے دانے ہلکے سرخی مائل ہوگئے۔ کپڑے سے پانی پن کر کین بھر کر رکھ لیا۔ صبح اٹھ کر کلونجی کا پانی دو گلاس لے کر اتنا شہد ڈالا کہ میٹھا ہوگیا۔ اُس کے بعد پی لیا۔ تین بار شفاء من جانب اللہ پڑھ کر وہ پانی نہار منہ پی لیتا۔ تقریباً ایک ہفتہ میں نے پانی پیا تو مجھے محسوس ہوا کہ جب میں پیشاب کرنے جاتا تھا تو پیشاب میں ایسے جیسے سفید رنگ کا پاؤڈر نکل رہا ہو۔ دراصل وہی اندر بیماری تھی جس نے گردے کو نقصان پہنچایا ہوا تھا۔ وہی کریٹنن وہی یوریا اور وہی کریسٹل اور وہی پوٹاشیم تھے جو کہ کلونجی کے پانی اور شہد کی برکت سے پیشاب کے ذریعے نکلنا شروع ہوگئے جنہیں ڈائیلاسسز مشین نے نکالنا تھا۔ پھر میں لاہور آیا اُسی ڈاکٹر کے پاس۔ میں نے ڈاکٹر کو کہا کہ میں آگے سے کافی صحیح ہوگیا ہوں۔ انہوں نے جب مجھے چیک کیا اور پرانا ریکارڈ دیکھا تو کہنے لگے یہ ہو ہی نہیں سکتا تم نے کیا کیا ہے۔ میں نے سارا واقعہ بتا دیا۔ انہوں نے مجھ سے طریقہ پوچھا جو میں نے بتا دیا۔ میں نے مستقل استعمال جاری رکھا۔ تقریباً دو مہینے کے بعد میرے گردے صحت یاب ہونا شروع ہوگئے۔ دو مہینے کے بعد شہد بھی ختم ہوگیا اور پانی بھی ختم ہوگیا۔ میں نے وہ پانی فریج میں رکھا ہوا تھا۔ جب ضرورت پڑتی تھی نکال کر شہد ملا کر پی لیتا تھا۔ دن میں صرف ایک دفعہ صبح نہار منہ۔ آہستہ آہستہ میرے گردوں کی سوجن ختم ہوگئی۔ پہلے میرے گردے اتنے متورم ہوگئے تھے کہ جب میں پہلو کے بل لیٹتا تو گردوں کی ورم سے مجھے چبھن محسوس ہوتی اور گردے دبتے ہوئے محسوس ہوتے۔ پہلے میں چل پھر نہیں سکتا تھا اللہ نے مجھے صحیح کردیا میں چلنا پھرنا شروع ہوگیا۔ میں نے یہ نسخہ دو تین اور لوگوں کو بتایا وہ بھی ٹھیک ہوگئے۔ ایک وکیل عباس لاہور میں تھا وہ بہت زیادہ پریشان تھا۔ میں نے اس کی بیوی کو بتایا کہ یہ والا نسخہ استعمال کرو۔ اُس کو بھی اللہ نے آرام دے دیا۔ اُس نے کہا اس بندے سے مجھے ملاؤ۔ میرے پاؤں کا ایکسیڈنٹ ہوا تھا میں اس سے ملنے نہ جاسکا۔ جو بھی مجھے کہتا کہ میرے گردے میں پتھری ہے میں اسے کہتا کہ ایک تولہ کلونجی اور شیشم جسے پنجابی میں ٹالی بھی کہتے ہیں۔ رات کو کلونجی ایک کپ پانی میں بھگو رکھیں اور صبح اسے سردائی کی طرح گھوٹ کر پی لیں۔ تقریباً دو سے تین ہفتے استعمال سے پتھری نکل جاتی ہے۔ قارئین! آج مجھے پانچ سال ہوگئے ہیں میرے گردے بالکل صحت یاب تندرست اور میں شفاء یاب ہوں چلتا پھرتا اور اس وقت عبقری کے دفتر بیٹھا انٹرویو دے رہا ہوں اور میں بالکل صحت یاب ہوں۔ مجھے گردوں کی کوئی تکلیف نہیں۔

نوٹ: عبقری کے قارئین کو یہ تحفہ ہمارے ایک معمر بزرگ پیر محمد ظہیر الحسن آف مریدکے نے عبقری کے ایڈیٹر سے ملاقات کے وقت تعارف کروایا پھر پیر صاحب نے قارئین کی محبت اور عبقری سے والہانہ محبت کو سامنے رکھتے ہوئے اللہ دتہ صاحب کو اپنے گاڑی میں بٹھایا اور عبقری کے دفتر لے آئے۔ ایڈیٹر عبقری نے ان سے جو باتیں کیں وہ بار بار صحیح لیکن من وعن عبقری کے قارئین کی خدمت میں پیش ہیں۔ گردے فیل ہوگئے ہوں' پریشان نہ ہوں' طب نبوی ﷺ کا یہ انمول تحفہ استعمال کریں۔ آزمائیں اور فائدہ اٹھائیں۔ پیر ظہیر الحسن ہاشمی صاحب کا نمبر۔ 0321-4308601 اگر کسی نے معلومات لینی ہو۔

بدلتے موسم میں تحفظ ضروری ہے

نزلہ' زکام' ریشہ کھانسی
چھینکیں' الرجی' دمہ' خرخراہٹ' نمونیا

فطرت کو آواز دیں اینٹی بایوٹک سے نجات

آخر لاعلاج کیوں ہیں؟؟؟؟ پھر بدلتے موسم میں اس میں لوگ مبتلا کیوں ہوتے ہیں؟ یوں رت بدلی' یوں الرجی میں مبتلا ہوئے اور پھر سارا گھر دواؤں سے اٹ گیا وقتی علاج کے بعد جب تک دوائی کا اثر تب تک فائدہ یوں اثر ختم فائدہ ختم۔ بچے بڑے' بوڑھے جوان سب اس میں مبتلا ہوئے۔ آیئے! ہم آپ کو فطرت سے روشناس کراتے ہیں اور فطرت نے جڑی بوٹیوں کے ذریعے انسانیت کو بے ضرر شفاء دی ہے جو ہر غریب سے غریب شخص کی پہنچ سے بالکل قریب ہے۔ کیا آپ چاہتے ہیں ان تمام بیماریوں سے چھٹکارا پانا؟ تو پھر اعتماد سے عبقری کی مندرجہ ذیل ادویات ان بیماریوں سے یقینی اور دائمی چھٹکارے کیلئے استعمال کریں۔ ''شفائے حیرت سیرپ'' نام حیرت کام حیرت اور شفاء حیرت' بس چند گھونٹ ہی ایسا کمال دکھاتے ہیں کہ تمام بیماریاں ختم۔ ''بنفشی قہوہ'' قہوہ کیا ہے صدیوں سے آزمودہ بے ضرر جڑی بوٹیوں کا نچوڑ' آپ قہوے کے پتے ابالتے ہوا اپنے جسم کے انگ انگ سے ریشہ الرجی یوں نکال کر رکھتے ہیں آزمائیں' فائدہ پائیں اور پرسکون زندگی گزاریں۔ ''جوہر شفاء مدینہ'' بس موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج اور بدلی رت کی سوغات یعنی الرجی اور رعشہ کسی بھی شکل میں ہو چند خوراکیں اپنا اثر اور فوری اثر دکھاتی ہیں۔ ''ناک شفاء ڈراپر'' بڑھی ہوئی ہڈی' چھینکوں کا طوفان' نزلہ دمہ' کھانسی کیسے دور نہ ہو' چند قطرے ناک میں ڈالیں چاہے بچے ہوں یا جوان۔ بیماریوں نے نڈھال کردیا' دماغ کمزور' نظر کمزور' جسم اور اعصاب کمزور تو پھر ''اکسیر البدن'' ان سب کو فوری کنٹرول کرے۔ آپ بیک وقت تمام دوائیں استعمال کریں یا ان میں سے چند بہر حال فائدہ ہی فائدہ ہے نفع ہی نفع ہے۔ آیئے! گھر بیٹھے اپنی بیماریوں کا شافی علاج آسانی سے آپ کی دہلیز تک۔ اعتماد اور یقین ہی ان بیماریوں سے شفائی اثرات دیتا ہے۔ بے یقین کو نہیں۔ آیئے یقین سے شفایابی پائیں۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

68

ماہنامہ عبقری ® لاہور

فروری 2012ء بمطابق ربیع الاول 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

روحانی وجسمانی لیکچر

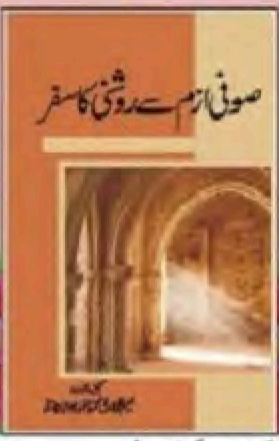
حضرت حکیم صاحب قارئین و متعلقین کے بار بار اصرار پر مختلف شہروں میں تشریف لا رہے ہیں جس کیلئے کوئی ٹائم وٹوکن لینے کی ضرورت نہیں اجازت عام ہوگی۔ حضرت حکیم صاحب تمام لوگوں کے سامنے اپنے سالہا سال کے روحانی وجسمانی تجربات گھریلو الجھنیں روحانی وجسمانی مسائل لاعلاج مسائل کیلئے لاکھوں لوگوں پر آزمائے تجربات اور مشاہدات کا انکشاف لیکچر کی شکل میں کریں گے جس میں روحانی جسمانی مسائل کا علاج بتائیں گے ہر شخص کو سو فیصد فائدہ ہوگا۔ ضروری نوٹ: انفرادی ملاقات نہ ہو سکے گی۔ پیشگی معذرت۔

روحانی وجسمانی لیکچر

اٹک۔ بہاولپور۔ مظفر گڑھ۔ رحیم یار خان۔ ملتان۔ پشاور۔ راولپنڈی۔ گوجرانوالہ۔ منڈی بہاؤالدین۔ میانوالی۔ بورے والا۔

درس: گجرات۔ سکھر۔

روحانی وجسمانی لیکچر
رحیم یار خان
4 مارچ بروز اتوار
0300-9672096



صوفیاء کی پاکیزہ زندگی کی اعلیٰ صفات اور ایمان افروز حکایات پر مشتمل حیرت انگیز اور لاجواب کتاب

- اپنے بچوں کو ویران جگہوں پر مت بھیجیں
- تھکاوٹ سے نجات کے آسان طریقے
- باتھ روم کی دعا اور ڈیپریشن سے نجات
- غسل کے ذریعے پُرسکون نیند پائیں
- عرقِ گلاب سے حسن وصحت میں نکھار
- ایک آسان مفید اور صحت بخش ورزش
- امتحان میں کامیابی کیلئے درود شریف
- روزی کی کشادگی کیلئے تین دعائیں
- جنات سے نجات اور عبقری کا وظیفہ
- ربیع الاول کی عاشقانہ عبادات
- موسم سرما میں کھانسی سے نجات
- شاندار صحت کے جاندار اصول

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
Facebook.com/ubqari Website:www.ubqari.org

عبقری جسانِ ؓ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ (القرآن)

بانی: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ (مفتی مدظلہ) ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم (پھلت)

شمارہ نمبر 8 | جلد نمبر 6 | فروری 2012 بمطابق ربیع الاول 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

فروری 2012ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی ہاشمی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

عبقری کے نقالوں سے ہوشیار

عبقری سے ملتے جلتے رسالے اسی انداز کے عنوانات اور عبقری کے طرز کے مضامین نقل کر کے لاکھوں قارئین کی آنکھوں میں دھول جھونکنے کی ناکام کوشش کر رہے ہیں۔ قارئین! اس دھوکہ دہی کی کوشش کو ناکام بنائیں۔ جو ہاکر یا بک سٹال ماہنامہ عبقری مانگنے پر ماہنامہ عبقری کے بجائے اس قسم کا دوسرا رسالہ دے یا ادارہ عبقری کی طرف کوئی دوسرا رسالہ منسوب کرے اس کی ادارہ عبقری میں اطلاع کریں تاکہ اس کے خلاف قانونی کارروائی کی جاسکے اور آئندہ عبقری کے نام پر دھوکہ دہی نہ ہو۔

نوٹ: آن لائن فیس بک پر عبقری کی مقبولیت سے پریشان ہو کر کچھ جعل ساز دکھی انسانیت کو جعلی عاملوں کا حضرت حکیم صاحب سے تعلق کا فریب اور ملتے جلتے ناموں سے دھوکہ دے رہے ہیں ایسے تمام لوگوں سے ہوشیار رہیں۔ (ادارہ عبقری)

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب، نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر ہمیں بلٹی کا کریں شکریہ

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

ایسی دوا جو ہر گھر، ہر فرد اور ہر موسم کی ضرورت ہے

ستر شفائیں: جس طرح نام ہے اسی طرح کام ہے واقعی یہ ستر سے زائد لا علاج، پیچیدہ اور انوکھی بیماریوں کیلئے سو فیصد شفاء ہے اور تعجب کی بات یہ ہے کہ ایک ماہ کی دوائی کم قیمت اور کھانے میں یوں آسان کہ صرف چھوٹے چنے کے برابر توڑ کر پانی سے نگل لیں۔ ایسے اجزاء جو صدیوں سے آزمودہ اور تجربہ شدہ ہیں۔ ☆ معدے کی گیس، تبخیر، کھٹے ڈکار، بدہضمی، اپھارہ ایسے تمام عوارضات چاہے نئے ہوں یا پرانے قابل علاج ہوں یا لا علاج، بس ایک خوراک منہ میں ڈالیں اور صحت کی کرن دیکھیں۔ ڈھیروں لا علاج مریض جو مہنگے ٹیسٹوں سے عاجز آ چکے تھے بڑے بڑے پرہیز ان کے سامنے بے حیثیت ہو گئے تھے۔ انہوں نے جب "ستر شفائیں" کی صرف ایک ڈبیہ میں سے صرف چند خوراکیں استعمال کیں تو فوری نفع، فوری فائدہ، فوری رزلٹ ملا۔ ☆ فوڈ الرجی، پرانی قے، حاملہ کی ایسی قے جو کسی طور پر ختم ہونے کا نام نہ لیتی ہو جس نے حاملہ کو آدھ موا کر دیا ہو۔ ایسے میں "ستر شفائیں" امید کی کرن بن جاتی ہے۔ آپ نے کوئی غذا کھائی وہ باسی تھی یا پھر آپ بدہضمی کا شکار ہو گئے یا موسم برسات میں ہیضہ ہو گیا۔ الٹی ابکائیاں اور متواتر دست نے بے جان کر دیا۔ تسلی کریں، گھبرانے کی ضرورت نہیں صرف ایک خوراک لیں، پھر قدرت کا معجزہ دیکھیں۔ نہ صرف فوڈ الرجی، ہیضہ اور موسمی اثرات سے حفاظت ہو گی بلکہ جسم کی ضائع شدہ قوتوں کی فوری بحالی کیلئے بھی یہ ایک انوکھا تریاق ہے۔ جسم کی قوتیں کسی بھی بیماری حادثے میں ضائع ہو گئی ہوں یا ایمرجنسی میں آپ نڈھال ہو گئے ہیں اس کی چند خوراکیں اپنا فوری اور دائمی اثر دکھاتی ہیں۔ ☆ جسم میں کسی قسم کا انفیکشن ہو آپ "ستر شفائیں" ایسے استعمال کریں جیسے ڈاکٹر انٹی بائیوٹیک استعمال کراتے ہیں انٹی بائیوٹیک کے سائیڈ افیکٹ ہوں گے لیکن خالص قیمتی جڑی بوٹیوں سے تیار شدہ یہ اعلیٰ درجہ کی دوائی جراثیم کش ہے اعتماد سے استعمال کریں۔ ☆ مسلسل تجربات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ یہ دوائی دل کے والو کھولنے میں اتنی لاجواب ہے کہ خود ہمیں حیرت ہوئی ایک صاحب نے کمر کے درد کیلئے استعمال کی جہاں کمر کا درد درست ہوا وہاں ایک لاجواب فائدہ یہ ہوا کہ ان کے دل کے 2 والو بند تھے وہ کھل گئے انہیں افاقہ ہوا تو انہوں نے پھر ٹیسٹ کرایا تو دل کے والو کلیئر تھے اور کھل گئے تھے پھر اسے ایسے بے شمار مریضوں نے استعمال کیا اور واقعی فائدہ ہوا۔ دل کے بائی پاس اور آپریشن سے بچ گئے۔ ☆ گردے کی پتھری، پتے کی پتھری، پتے کی سوزش کے لئے یہ دوائی انوکھے فوائد دیتی ہے۔ ایسے مریض جو بار بار گردے کی پتھری یا گردے کے دوسرے مسائل مثلاً گردے کام کرنا چھوڑ رہے ہیں۔ خون میں یوریا، پوٹاشیم اور کریٹنن کی مقدار بڑھ رہی ہے اور پیشاب رک رک کر آ رہا ہے یا مسئلہ ڈائیلاسس تک پہنچ گیا ہے تو فوراً آپ "ستر شفائیں" استعمال کرانا شروع کر دیں۔ کچھ عرصہ توجہ، دھیان اور اعتماد سے استعمال کریں لاجواب فوائد حاصل ہوں گے۔ اسی طرح جوڑوں کا درد، جسم کا درد پھوڑے کی طرح دکھتا ہو جسم بے چین اور بے قرار رہتا ہو دل چاہتا ہو کہ مجھے کوئی دبائے خدمت کرے یا کام کرنے سے اعصاب تھک جاتے ہوں اور پٹھے کھنچ جاتے ہوں تو فوری فائدے کیلئے آپ بس "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ایسے صنعت کار، تاجر، دفتری کام کرنے والے، دماغی یا جسمانی محنت کرنے والے، گھریلو خواتین اور طالب علم سب کیلئے یہ اعلیٰ درجے کی طاقت اور پل بھر میں فریش کرنے والی انوکھی لاجواب دوا ہے۔ ☆ ذہنی پریشانی اور خاص طاقت سے محروم مرد یا جوان یہ دوائی اعتماد اور بھروسے سے استعمال کریں۔ آپ کو دوائی اپنے کراماتی فوائد سے محروم نہیں کرے گی۔ آپ قوت خاص سے مایوس ہیں یا اپنی قوتیں خود کھو چکے ہیں بس کچھ دن آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں پھر اسکا کمال دیکھیں۔ ☆ خون کی کمی کو دور کرتی ہے، ایسے جسم جو پیلاہٹ کا شکار ہو گئے ہوں یا ایسی حاملہ خواتین جو حمل کے دوران یا بعد میں خون کی کمی کا شکار ہوں یا بچے خون کی کمی کا شکار ہوں، آپ نے کسی کو خون دیا ہے یا کسی حادثے یا بیماری سے آپکا خون ضائع ہو چکا ہے بس آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں اور قدرت ربی کا کرشمہ دیکھیں۔ دائمی نزلہ، زکام، چھینکیں، موسم سرما اور موسم بہار کی پولن الرجی ان تمام عوارضات میں "ستر شفائیں" نہایت مفید ہے حتیٰ کہ ناک کی بند ہڈی، خراٹوں کی تکلیف، سوتے وقت ناک بند ہو جانا ان تمام عوارضات میں آپ بھروسے سے "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ☆ قبض، بواسیر، مقعد کی جلن، سوزش مبتلا افراد کو جب بھی "ستر شفائیں" دی تو یہ مجبور کرتی ہے کہ اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا جائے کہ ایسے مجبور مریض آخر اتنی جلدی کیسے تندرست ہو جاتے ہیں۔ ☆ ایسے مریض جو بار بار اجابت یا کھانا کھاتے ہی ٹوائلٹ کا رخ کرتے ہیں بغیر ہضم غذا جسم سے نکل جاتی ہے یا غذا جزو بدن نہیں بنتی یا منہ میں بدبو مسلسل رہتی ہے، قریب کوئی نہیں بیٹھ سکتا، منہ سے بدبو آتی ہے۔ "ستر شفائیں" توجہ سے استعمال کریں۔ ☆ ایسی خواتین جن کے ہارمونز کا مسئلہ ہے، ایام کھل کر نہیں آتے یا پھر تکلیف سے یا بے قاعدگی سے آتے ہیں، رانیں، سرین اور پیٹ بڑھتا جا رہا ہے۔ جسم بے ڈول ہو رہا ہے حتیٰ کہ موٹاپے کا شکار مرد، بچے یا خواتین ہوں سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ ☆ درد کان کا ہو یا داڑھ کا، جوڑوں کا ہو یا لنگڑی کا سب کیلئے "ستر شفائیں" اعلیٰ درجے کی دوا ہے، بس چند خوراکیں ہی صحت کا پیام دے کر مطمئن کر دیتی ہیں۔ ☆ "ستر شفائیں" خون میں کولیسٹرول کم کر کے، چربیلے مادے ختم کر کے جسم کو بے شمار بیماریوں سے بچاتی ہے اور بلڈ پریشر کو نارمل کرتی ہے۔ ایسے مریض جو مسلسل لو بلڈ پریشر میں مبتلا ہوں وہ بھروسے کیساتھ "ستر شفائیں" استعمال کر سکتے ہیں۔ ☆ نسوار، پان، گٹکا اور کسی بھی قسم کی نشہ آور چیز سے چھٹکارا پانے کیلئے آزمودہ اور مسلسل تجربات کے بعد نہایت کارآمد ہے۔ اگر نسوار یا پان کی عادت ہو اس کو منہ میں رکھیں کچھ عرصے کے بعد عادت چھوٹ جائے گی۔ ☆ مسوڑھوں کی سوجن کیلئے نہایت کارآمد ہے۔ مسوڑھوں سے خون آنے، پیپ آنے کو ختم کرتی ہے۔ ☆ پرانا ٹائیفائیڈ، بخار، ملیریا جو جان نہ چھوڑتا ہو یا بار بار آ جاتا ہو، جسم سے جاتا ہی نہ ہو تو آپ تسلی کریں گھبرائیں نہیں یہ دوائی آپ کو مایوس نہیں کرے گی۔ ☆ دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی کیلئے بوڑھے، جوان، مرد، عورتوں کیلئے واقعی آزمودہ، تجربہ شدہ اور مایوس لوگوں کیلئے نئی امید ہے۔ ☆ شوگر کے مریضوں کو جب ان کے اعصاب، دل، دماغ، جگر، معدہ، مثانہ، پٹھے اور خاص طاقت میں کمزوری ہو گئی ہو ایسے میں اگر وہ "ستر شفائیں" اپنی ادویات کے ساتھ لیتے رہیں تو جہاں تمام کمزوری ختم ہو گی وہاں کچھ عرصہ استعمال کرنے سے شوگر کی ادویات سے ہمیشہ کیلئے جان چھوٹ جائے گی۔ ☆ پراسٹیٹ گلینڈ جسے عام طور پر پیشاب کے غدود کہتے ہیں اس دوائی سے ختم ہو جاتے ہیں اگر اسے بیماری سے پہلے استعمال کیا جائے تو پراسٹیٹ کی تکلیف ہو ہی نہیں سکتی۔ ☆ دمہ، ڈسٹ الرجی، کھانسی، ریشہ بالکل ختم ہو جاتا ہے انہیلر بھی چھوٹ جاتا ہے۔ ☆ نگاہ تیز کرنے اور عینک اتارنے کا آخری حل اور علاج۔ ☆ آپ حالت صحت میں بھی استعمال کر سکتے ہیں کوئی سائیڈ افیکٹ نہیں۔ مقدار خوراک: چھوٹے چنے کے برابر پانی کے ہمراہ دن میں 2 سے 5 بار حسب طبیعت کھانے سے پہلے یا بعد بچوں کیلئے کالی مرچ کے برابر 2 سے 5 بار پانی کے ہمراہ۔ ڈبی کا ڈھکنا ہمیشہ سختی سے بند رکھیں۔ دوائی سالہا سال تک خراب نہیں ہو گی۔ (قیمت -/250 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

اللہ تعالیٰ کس بندے سے بے حد خوش ہوتے ہیں؟

حضرت ابوامامہ رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس بندہ نے اللہ تعالیٰ کیلئے کسی بندہ سے محبت کی اس نے اپنے رب ذوالجلال کی تعظیم کی (**مسند احمد**) ☆ حضرت ابوذر رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: سب سے افضل عمل اللہ تعالیٰ کیلئے کسی سے محبت کرنا اور اللہ تعالیٰ کیلئے کسی سے دشمنی کرنا ہے۔(**ابوداؤد**)

حضرت انس رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو بندہ اپنے (مسلمان) بھائی سے اللہ تعالیٰ کی رضا کی خاطر ملاقات کیلئے آتا ہے تو آسمان سے ایک فرشتہ اس کو پکار کر کہتا ہے تم خوش حالی کی زندگی بسر کرو' تمہیں جنت مبارک ہو اور اللہ تعالیٰ عرش والے فرشتوں سے فرماتے ہیں: میرے بندے نے میری خاطر ملاقات کی میرے ذمہ اس کی مہمانی ہے' اور وہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اسے بدلے میں جنت سے کم نہیں دیتے۔(**بزار' ابویعلیٰ' ترغیب**)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ اس بندہ سے بے حد خوش ہوتے ہیں جو لقمہ کھائے اور اس پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرے یا پانی کا گھونٹ پیے اور اس پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرے۔(**مسلم**)

حضرت ابوایوب انصاری رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ معراج کی رات حضرت ابراہیم علیہ السلام کے پاس سے گزرے تو انہوں نے پوچھا: جبرئیل! یہ تمہارے ساتھ کون ہیں؟ جبرئیل علیہ السلام نے عرض کیا: محمد ﷺ ہیں۔ ابراہیم علیہ السلام نے فرمایا: اپنی امت سے کہیے کہ وہ جنت کے پودے زیادہ سے زیادہ لگائیں اس لیے کہ جنت کی مٹی عمدہ ہے اور اس کی زمین کشادہ ہے۔ پوچھا: جنت کے پودے کیا ہیں؟ ارشاد فرمایا **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰہِ**۔(**احمد' مجمع الزوائد**)

حال دل

جو میں نے دیکھا' سنا اور سوچا'

ایڈیٹر کے قلم سے

ایک مریض میرے پاس آئے اور بار بار ایک بات کہہ رہے تھے کہ حضرت دعا فرمائیں کہ میرا خاتمہ ایمان پر ہو جائے۔

میں ان کی بات سن کر حیران ہو رہا تھا کہ آخر یہ بات کیوں کہہ رہے ہیں؟ کیا ایسی پریشانی ہے جس کی وجہ سے یہ بات کہہ رہے ہیں؟ میں نے ان سے پوچھا کہ اس کی وجہ کیا ہے؟ کہنے لگا کہ آپ کو شاید یاد نہیں میں علاج کے سلسلے میں اپنے بھائی کو آپ کے پاس لایا تھا۔ میں نے آپ کو نہیں بتایا تھا کہ وہ شراب کا بہت زیادہ رسیا ہے اور شراب بہت زیادہ پیتا ہے۔ آپ نے اسے شراب کیلئے روکا تھا لیکن وہ شراب سے نہیں رکا تھا۔ دوائی اتنی کھاتا رہا' لیکن شراب سے نہیں رکا' آخر اس نے دوائی کھانی چھوڑ دی' کچھ عرصہ بعد اس کی غذا بھی بند ہو گئی اور بعض اوقات بول چال بھی بند ہو جاتی۔ موت وحیات کی کشمکش میں بہت عرصہ رہا لیکن جب بھی اس کی آنکھ کھلتی نہ دوا مانگتا' نہ پانی مانگتا' نہ کھانا مانگتا صرف اور صرف شراب مانگتا تھا اب کی بار بھی اس نے شراب مانگی اس شراب کا گھونٹ اس کے منہ میں تھا کہ اس کی روح نکل گئی۔ معلوم یہی ہوتا تھا کہ اس کی سانس اٹکی ہوئی ہے جو کہ شراب کے گھونٹ کے انتظار میں تھی کہ شراب کا گھونٹ اس کے منہ میں جائے اور اس کی اٹکی ہوئی روح نکل جائے۔ بس یہ منظر دیکھ کر میں پریشان ہوں۔ اس بات کو کہتے ہوئے مزید بلک بلک کر رونے لگے۔ کہنے لگے مجھے اپنے خاتمے کی فکر ہے کہ میرے خاتمے کا کیا بنے گا؟ میرا خاتمہ کہیں ایسا نہ ہو کہ خاتمے کے وقت حرام کھاتے' حرام پیتے یا حرام کرتے کرتے اس دنیا سے گزر جاؤں۔ لہٰذا میرا کچھ علاج اور کچھ دعا کر دیں اور بتائیں کہ میرا کونسا عمل ہو کہ جس کی وجہ سے میرا خاتمہ ایمان پر ہو جائے۔

درس روحانیت وامن

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

ہماری نسبت غلامی رسول صلی اللہ علیہ وسلم

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ہم کسی نسبت کے تحت سارا دن گزارتے ہیں۔ یاد رکھئے گا! ہماری سوچیں بھی نسبت کے ساتھ ہوتی ہیں' سارا دن جو سوچتے ہیں اسی کا صلہ ملے گا سب کچھ لکھا جا رہا ہے اللہ والو! وہ بول لکھے جا رہے' ارے جو سنتے ہیں وہ سننا بھی لکھا جا رہا ہے۔

زمین کی نسبت بدلی اور حکم بھی بدلا: ایک زمین ہے جس میں سے ہر شخص گزر رہا ہے کوئی جوتوں کے ساتھ' کوئی ناپاکی کی حالت میں' کوئی پاکی کی حالت میں' جانور وہاں پھر رہے اور گوبر بھی کر رہے ہیں' کوئی وہاں پیشاب کر رہا ہے' کوئی تھوک رہا' راستہ کی زمین ہے بس کچھ ہی عرصہ کے بعد کسی شخص کو خیال آیا کہ اس زمین کو ذرا سجدے کے ساتھ نسبت دے دینی چاہیے یعنی مسجد بنا دینی چاہیے۔ اب اس زمین کی نسبت سجدوں کے ساتھ ہوگئی' اب اس کو مسجد میں بدل دیا' کوئی عمارت نہیں بنائی صرف اعلان کر دیا اور نشان لگا دیا کہ آج کے بعد یہ مسجد ہے۔ یاد رکھئے کہ اب قیامت تک وہ مسجد ہی رہے گی کیونکہ اب اس کی حیثیت بدل گئی اب وہاں ہر شخص پاکی کی حالت میں آ سکتا ہے' جانور کو گوبر نہیں کرنے دیگا، ناپاک کوئی نہیں آ سکتا اور وہاں سجدے ہوتے رہیں گے جس دھرتی کو پہلے ہر مقصد کے لئے استعمال کیا جاتا تھا زمین کا وہ ٹکڑا مسجدوں کے ساتھ نسبت ہونے کی وجہ سے محترم ہوگیا۔

یاد رکھیے گا' ساری کائنات کی مسجدوں کو نسبت بیت اللہ کے ساتھ ہے اور اور بیت اللہ کی مسجد کو نسبت، بیت المعمور کے ساتھ ہے جو اللہ کے عرش کے نیچے ایک اور کعبہ ہے وہاں ہر پل فرشتے طواف کر رہے ہیں جیسے یہاں ہر پل انسان طواف کر رہے ہیں۔ اب مسجد کی نسبت بدلی جگہ کی نسبت بدلی' اس کی حیثیت بدل گئی اس کی قیمت بدل گئی اللہ جل شانہٗ کے ہاں اس کی شان بدل گئی۔

نسبت سے اینٹ کا حکم بدلا: اسی طرح ایک اینٹ ہے اس اینٹ کو نسبت مسجد کے ساتھ ہے بیت اللہ کے ساتھ ہے اور ایک اور اینٹ ہے اس کو نسبت بیت الخلاء کے ساتھ ہے ایک ہی مٹی سے بنیں...... ایک ہی آگ میں پکیں...... ایک ہی ہاتھ سے نکلیں لیکن ایک بیت اللہ میں لگی اور ایک بیت الخلاء میں لگی' مسجد میں جوتے سمیت جانا نہیں، ناپاک جانا نہیں اور یہ اینٹ جو بیت الخلاء میں لگی اس اینٹ کے اوپر ناپاکی کرنا ضروری ہوگیا کہ وہ جگہ ناپاکی کی جگہ بن گئی۔

سب سے اونچی نسبت: جو شخص سرورکونین (صلی اللہ علیہ وسلم) کی زندگی کو لے کر چل رہا ہے اور سرورکونین (صلی اللہ علیہ وسلم) کے طریقوں اور مبارک سنتوں کو لے کے اپنے سینے پر سجا کے چل رہا ہے۔ اس کی نسبت بیت اللہ کے ساتھ ہے ذہن میں رکھیں ان نسبتوں کی اللہ جل شانہٗ کے ہاں بڑی قیمت ہوتی ہے ارے! ان نسبتوں کی قیمت ہے......!!!

گتے کی نسبت قرآن کے ساتھ: قرآن پاک کو دیکھیں! فقہاء کرام نے لکھا ہے کہ جو قرآن پاک کے اوپر جلد والا گتا لگا ہوتا ہے چونکہ اس گتے کو قرآن پاک کے ساتھ نسبت ہے اب اس کو پاکی کی حالت میں چھو سکتے ہیں' بے وضو اس گتے کو بھی نہیں چھو سکتے۔

پریس میں جائیں تو کاغذ پاؤں کے نیچے پڑے ہوتے ہیں، گتے پاؤں کے نیچے پڑے ہوتے ہیں، لیکن جب اس کاغذ پر قرآن چھپ جاتا ہے پھر آپ پاؤں کے نیچے دینے کا تصور نہیں کر سکتے دینا تو کجا گمان نہیں کر سکتے کیونکہ اس کاغذ کو نسبت ہے اب کلام الٰہی کے ساتھ...... میرے رب کے کلام کے ساتھ۔ اس گتے کی قیمت بدل گئی، اس گتے کی حیثیت بدل گئی۔

؎ جب تک بکے نہ تھے کوئی پوچھتا نہ تھا

یہ جو بیعت ہے ناں لفظ بیع سے بنا ہے بیع کے معنی ہیں اپنے آپ کو اللہ کے لئے بیچ دینا کہ اب میں میرا تن، میرا من، میرا دھن، میری چاہتیں، میری محبتیں، میری مروتیں، میری وفائیں۔ ''اِنّ صَلاتِی وَنُسُکِی''. (الایۃ)

بس میرا جینا، میرا مرنا، میرا سونا، میرا جاگنا، میری چاہتیں، میری محبتیں، اب صرف ایک اللہ کے لئے ہیں۔

؎ جب تک بکے نہ تھے کوئی پوچھتا نہ تھا
تو نے خرید کر انمول کر دیا

اب ایسے شخص کی قیمت کوئی نہیں لگا سکتا۔

نسبت نے شرابی کو ولی بنا دیا: بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ شراب خانے جا رہے تھے۔ چند چھوٹی کوڑیاں جیب میں ہیں کہ جا کے شراب پیوں گا۔ آگے دیکھا تو ایک کاغذ کے ٹکڑے پر ''بسم اللہ الرحمن الرحیم'' لکھا ہوا تھا۔ اس کو اٹھایا، اس کو چوما، اس کو دھویا اور جیب میں جو پیسے تھے ان کی خوشبو لے لی اور اس کو خوشبو سے معطر کیا، اونچی جگہ پر رکھا اور پھر حسب معمول شراب خانے میں چلے گئے اور جا کے شراب پی۔

وقت کے ایک درویش کو خواب میں بشارت ہوئی کہ بشر کو جا کے کہہ دو کہ تو نے ہمارے نام کی قدر کی ہم نے تیری قدر کی' تو نے ہمارے نام کو دھویا' ہم نے تجھ کو گناہوں سے دھو دیا۔ تو نے ہمارے نام کو اونچا کیا' ہم نے تجھے اونچا کر دیا اور اپنے وقت کے ولیوں اور دوستوں میں تیرا شمار کر دیا۔ پہلی بار یہ خواب آیا وہ ایک دم اٹھ بیٹھے پھر فرمانے لگے بشر کے ساتھ یہ معاملہ؟ نہیں ایسا نہیں ہوسکتا۔ یہ تو خواب وخیال ہی ہوگا پھر سو گئے۔ پھر یہی خواب آیا کہ اس کو جا کے ہمارا پیغام دیدو! پھر اٹھے پھر سو گئے آخر تیسری دفعہ یہ خواب آیا اور جب تیسری دفعہ یہ خواب آیا تو کہنے لگے: نہیں یہ حقیقت ہے اب اس اللہ والے کو ڈھونڈ نے چلے گئے اور ڈھونڈتے ڈھونڈتے پتا چلا کہ وہ تو شراب خانے میں ہے اور رات بہت ہو چکی تھی صبح ہونے والی تھی۔ (جاری ہے)

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بچپن میں مسجد میں سپارہ پڑھنے کیلئے جاتا تھا اس وقت شاپاقی کے مرض میں مبتلا ہوگیا۔ بہت علاج کروایا مگر وہ بگڑ گئی اور الرجی کی صورت اختیار کر گئی۔ اسلام آباد این آئی ایچ سے ویکسین بے شمار دفعہ لی۔ گھر والوں نے بے شمار علاج بھی کروایا مگر الرجی بڑھتی ہی چلی گئی۔ 2008ء میں خدا تعالیٰ نے درس میں آنے کا موقع دیا جس سے دل بڑا متاثر ہوا اس کے بعد اپنے گھر والوں کو بھی ساتھ لانا شروع کر دیا۔ خدا کا کرم دیکھئے کہ اس نے مجھے الرجی جیسے بیماری سے ایسے شفاء دیدی جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ ایک جمعرات کو صبح ہی سے سوچ رہا تھا کہ آج درس پر جاؤں کہ نا' کشمکش میں تھا کہ شام کو کافی کام کرنے ہیں کیا کروں؟ اسی اثناء میں دفتر سے باہر نکلا تو ایک اللہ والے نے خود درس پر آنے کی دعوت دیدی' ارادہ پکا ہوگیا کہ ضرور جاؤں گا۔ وہ دینے والے خود حضرت صاحب ہی تھے جن کا وہم وگمان میں بھی نہ تھا کہ اس وقت خود آ کر دعوت دے گئے۔ (**محمد رفیق' لاہور**)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

مسلمان کی پردہ پوشی اور درگزر کرنا

محمد قاسم کمبوہ' لاہور

آپ ﷺ نے فرمایا مجھے اس رنج سے کیا مانع تھا تم لوگ اپنے ساتھ کے خلاف شیطان کے معاون بن گئے۔ اللہ پاک معافی دیتا ہے اور معاف کرنے کو دوست رکھتا ہے اور کسی والی کیلئے جب اس کے پاس حد کا کوئی معاملہ لایا جائے حد کے قائم کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں

فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ کا پردہ پوشی فرمانا

حضرت شعبی سے روایت ہے کہ ایک شخص نے حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کی خدمت میں حاضر ہو کر بیان کیا کہ میری ایک بیٹی تھی میں نے زمانہ جاہلیت میں اسے زندہ درگور کر دیا تھا مگر مرنے سے پہلے اسے قبر سے نکال لایا اور اس نے ہمارے ساتھ زمانہ اسلامی پالیا اور اسلام لے آئی۔ جب وہ اسلام لے آئی تو اس نے ایک ایسے گناہ کا ارتکاب کیا جس سے اس پر حدود اللہ عائد ہوتی تھی۔ اس لڑکی نے چھری اٹھائی تاکہ اپنے آپ کو ذبح کر دے اتنے میں ہم نے اس کو پکڑ لیا اور وہ اپنی گردن کی بعض رگیں تراش بھی چکی تھی ہم لوگوں نے اس کا علاج کیا یہاں تک کہ وہ اچھی ہو گئی اس کے بعد پھر وہ توبہ کی طرف متوجہ ہوئی اور بڑی اچھی توبہ کی جب قوم میں سے اس کا رشتہ آیا تو میں نے ان کو اس کی وہ حالت جس پر وہ (پہلے) تھی بتادی یہ سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کیا جس چیز کی اللہ پاک نے پردہ پوشی کی ہے تو اس کے ظاہر کرنے کا قصد کرتا ہے؟ خدا کی قسم! اگر تو نے کسی شخص سے بھی اس کی حالت کا اظہار کیا تو میں تجھے وہ سزا دوں گا جو تمام شہر والوں کیلئے باعث عبرت ہو جائے...... جا اُس کا نکاح کر جس طرح کہ ایک پاکدامن مسلمان عورت کا نکاح کیا جاتا ہے۔

صحابی رسول ﷺ کے ہاں مسلمان کا مقام

حضرت بلال بن سعید اشعری رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضرت معاویہ رضی اللہ عنہٗ نے حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ کے پاس لکھا کہ تم میرے پاس دمشق کے فاسق لوگوں کی فہرست بھیجو' حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا مجھے اور دمشق کے فاسق لوگوں سے کیا واسطہ؟ میں انہیں کس طرح پہچانوں کہ یہ فاسق ہیں؟ حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ کے بیٹے بلال رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا کہ میں ان فاسقوں کو لکھے دیتا ہوں چنانچہ بیٹے نے فاسقوں کے نام لکھے' حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا تجھے کہاں سے یہ معلوم ہوا کہ یہ فاسق ہیں؟ تجھے ان فاسقوں کا جبھی علم ہوا کہ تو بھی انہی میں سے ہے (نام لکھنے میں) اپنے نفس کے ساتھ ابتدا کر! اور حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے ان کے نام حضرت معاویہ رضی اللہ عنہٗ کے پاس روانہ نہیں فرمائے۔

پردہ دری کا لحاظ

حضرت شعبی کی روایت میں ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ مکان میں تھے اور ان کے ساتھ حضرت جریر بن عبداللہ رضی اللہ عنہٗ بیٹھے ہوئے تھے حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے بو محسوس کی تو فرمایا کہ اس بدبو اٹھانے والے آدمی کو میں حکم دیتا ہوں کہ کھڑا ہو اور وضو کرے تو حضرت جریر رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا اے امیر المومنین! کیا ساری قوم وضو کرے؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا اے جریر! (رضی اللہ عنہٗ) اللہ تجھ پر رحم کرے تو زمانہ جاہلیت میں بھی بہترین سردار تھا اور زمانہ اسلام میں بھی بہترین سردار ہے؟ (اخراج ریاح میں ہر شخص مبتلا ہے اور ایک کے اٹھنے سے اس کی پردہ دری ہوتی ہے اس اشارہ کو حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ سمجھ گئے اور حضرت جریر رضی اللہ عنہٗ کی تعریف کی اور دعا دی۔)

چوری کی سزا میں احساس امت

حضرت ابو ماجد رضی اللہ عنہٗ حنفی سے روایت ہے کہ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ کے پاس ایک آدمی اپنے بھتیجے کو لایا اور وہ بھتیجا مست تھا اور اس نے کہا کہ میں نے اس کو مست پایا ہے۔ حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کہ اس کو ہلاؤ اور جھنجھوڑو اور اس کے منہ کی بو سونگھو چنانچہ لوگوں نے اسے ہلایا اور جھنجھوڑا اور اس کے منہ کی بو سونگھی تو شراب کی بو پائی۔ حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہٗ نے اسے جیل میں رکھنے کا حکم دیا پھر اسے اگلے دن نکالا پھر آپ نے کوڑے کے متعلق حکم دیا اور اس کی نوک کی گرہ کوٹی گئی یہاں تک کہ وہ کوڑا ہلکے چابک کی طرح ہو گیا اس کے بعد جلاد سے فرمایا مار! اور اپنے ہاتھ کو زیادہ اونچا نہ کر اور ہر عضو کو اس کا حق دے اس کو حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ نے بہت سخت مار نہ لگوائی اور اس کو واپس کیا ابو ماجد سے پوچھا گیا کہ مبرح کون سی مار کو کہتے ہیں انہوں نے کہا کہ امراء کی مار کو کہتے ہیں ان سے پوچھا گیا کہ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ نے جو فرمایا تھا ''اِرْجِعْ یَدَکَ'' اس کا کیا مطلب ہے؟ فرمایا ہاتھ اتنا اونچا کر کے نہ مارے کہ مارنے والے کی بغلیں ظاہر ہوں۔ راوی کہتے ہیں کہ یہ حد قبا اور پاجامہ پہنے ہوئے پر لگائی گئی تھی اس کے بعد حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا خدا کی قسم! اس یتیم کا یہ والی بُرا ہے تو نے نہ اسے تمیز دی اور نہ اچھی تمیز سکھائی اور نہ تو نے اس کی رسوا کن بات کی پردہ پوشی کی۔

اس کے بعد حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا اللہ تعالیٰ مغفرت کرنے والا ہے اور مغفرت کو دوست رکھتا ہے اور کسی حاکم کیلئے لائق نہیں کہ جس کے پاس حد کا کوئی معاملہ لایا جائے اور وہ اس حد کے قائم کرنے سے درگزر کرے اس کے بعد حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ نے بیان کرنا شروع کیا اور کہا وہ پہلا آدمی جس کا ہاتھ مسلمانوں میں سے کاٹا گیا ایک انصاری آدمی تھا جس کو رسول اللہ ﷺ کے پاس لایا گیا گویا کہ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ جیسے آپ ﷺ کا رنگ انتہائی رنج سے متغیر ہو گیا تھا۔ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ اس کا ہاتھ کاٹا جانا آپ ﷺ پر بڑا گراں گزرا؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا مجھے اس رنج سے کیا مانع تھا تم لوگ اپنے ساتھی کے خلاف شیطان کے معاون بن گئے۔ اللہ پاک معافی دیتا ہے اور معاف کرنے کو دوست رکھتا ہے اور کسی والی کیلئے جب اس کے پاس حد کا کوئی معاملہ لایا جائے حد کے قائم کرنے کے سوا کوئی چارہ نہیں۔ اس کے بعد آپ نے یہ آیت پڑھی۔ ترجمہ: چاہیے کہ معافی اور درگزر کریں۔

قارئین سے معذرت

عبقری کے سابقہ شمارے میں ایک مضمون ''باپ نے **بیٹیوں کی عزت تار تار کردی**'' کے عنوان سے شائع ہوا۔ حج پہ جانے کی وجہ سے یہ رسالہ حضرت حکیم صاحب کی نظر سے نہ گزرا اور ذمہ دار حضرات کی کوتاہی کی وجہ سے قابل اعتراض مضمون باوجود مکمل تبدیلی کے شائع ہو گیا۔ حضرت حکیم صاحب کی طرف سے ذمہ دار حضرات کو سخت تنبیہ کی گئی ہے۔ ہمیں خوشی ہے کہ قارئین عبقری کے بارے میں اپنی آراء کا آزادانہ اظہار کرتے ہیں۔

ادارہ عبقری اپنے قارئین سے معذرت خواہ ہے۔ (ادارہ)

حیرت انگیز چٹکلے

کشمش صفرا کو ابھرنے سے روکتی ہے اور بلغم کو کم کرتی ہے۔ ☆ انار کا رس جسم کے اندرونی حصے کو صاف کرتا ہے۔ ☆ ترنج (بڑا لیموں) دل اور دماغ کو قوت دیتا ہے۔ ☆ جس حد تک ممکن ہو لہسن استعمال کرو کیونکہ یہ 70 بیماریوں کی دوا ہے لیکن اس کی بُو کے ساتھ مسجد جانے سے پرہیز کرو اور لوگوں کی محفل میں جانے سے بھی پرہیز کرو۔ ☆ جس نئے شہر میں بھی جاؤ وہاں کی سبزی کھاؤ' بیماری سے بچ جاؤ گے۔ ☆ اجوائن کثرت سے استعمال کرو کیونکہ یہ عقل کی تقویت کیلئے انتہائی مؤثر ہے۔ ☆ زکام سے مت گھبراؤ کیونکہ یہ تمہیں جنون سے محفوظ رکھتا ہے۔ ☆ کلونجی ہر درد کی دوا ہے سوائے موت کے کہ اس کی کوئی دوا نہیں۔ **(بنت صدیق' سرگودھا)**

بچوں کی صحت اور مصنوعی غذائیں

جویریہ خالد، کراچی

کوئی نہیں ہے، جو ان جوان ماؤں کو بتائے کہ ٹین میں بند عرصے سے رکھی ہوئی غذا کس قدر ناقص اور بے جان ہوتی ہے کسی ہنگامی موقع پر بدرجہ مجبوری استعمال کرلیا جائے تو خیر ورنہ جزِ اعظم اور اصل غذا کے طور پر استعمال کرنا صحت کو تباہ کردینے کے مترادف ہے

میں غصے میں کھول رہی ہوں:۔
میری ایک دوست خاتون نے کہا جب وہ میرے مکان داخل ہوئی اس نے کہا کہ میں ابھی سپر مارکیٹ سے آرہی ہوں۔

میں نے کہا: خیریت تو ہے آخر کیا بات ہے؟

بولی: میں نے نوجوان ماؤں کو دیکھا کہ ایک کے اوپر ایک گری پڑی تھیں۔ وہ اپنے شیرخوار اور چھوٹے بچوں کیلئے پورے ایک ہفتے کی غذا کے ٹین کے ڈبے خرید رہی تھیں۔

اس نے سانس لینے کیلئے تھوڑی دیر توقف کیا اور غصے سے بھرے ہوئے لہجے میں کہا: آپ کا کیا خیال ہے کہ صرف ٹین کے ڈبے میں بند غذا کو مسلسل ایک ہفتے تک ننھے بچوں کو دینا یا خود ہی کھانا کیا ہے؟ کیا یہ ننھی جانوں پر بڑا ظلم نہیں ہے؟

یقیناً یہ صحت کیلئے بہت پُرخطر ہے۔ میں نے کہا: مجھے ان بدنصیب بچوں پر بہت ترس آتا ہے جو ایسی نادان عورتوں کے پلے پڑے ہوئے ہیں۔

کوئی نہیں ہے، جو اِن جوان ماؤں کو بتائے کہ ٹین میں بند عرصے سے رکھی ہوئی غذا کس قدر ناقص اور بے جان ہوتی ہے کسی ہنگامی موقع پر بدرجہ مجبوری استعمال کرلیا جائے تو خیر ورنہ جزِ اعظم اور اصل غذا کے طور پر استعمال کرنا صحت کو تباہ کردینے اور جسم کو امراض کیلئے مستعد کردینے کے مترادف ہے۔

بدقسمتی سے عورتیں اشتہاروں سے متاثر ہوکر بازاری غذائیں بچوں کو دینے لگتی ہیں اس میں آسانی بھی ہے لیکن وہ نہیں سمجھتیں کہ ماں کا دودھ چھڑانے کے معاً بعد بچے کی غذا کا مسئلہ جتنا اہم ہوتا ہے اتنا زندگی کے کسی دور میں نہیں ہوتا۔

بچوں کو ٹین والی غذا میں بدترین بات یہ ہوتی ہے کہ اس میں غذا کے تحفظ کیلئے سلفر ڈائی آکسائیڈ کی آمیزش ہوتی ہے یہ حیاتین ب الف کیلئے سخت تباہ کن ہے۔ حیاتین ب الف اعصاب کے افعال کو درست رکھنے کیلئے لازمی ہے۔ مزید برآں یہ بات پایہ ثبوت کو پہنچ چکی ہے کہ سلفر ڈائی آکسائیڈ سے حیوانات کے بچوں کی بالیدگی کی رفتار سست ہوجاتی ہے اور دوسری تحقیقات سے ظاہر ہوا ہے کہ ٹین کی غذا اگر دیر تک رکھی رہ جائے تو زہریلی ہوجاتی ہے۔

پھر ایک بات یہ ہے کہ ایسی غذا سے پیدائشی اور تولیدی خرابیاں ظہور میں آسکتی ہیں ان نقصانات کے پیش نظر میں سوچنے لگتی ہوں کہ ہماری آئندہ نسل پروان چڑھنے سے پہلے ہی روگی ہوا کرے گی۔

ایک دوسری خطرناک بات جو بہت سی ٹین والی غذاؤں میں پائی جاتی ہے یہ ہے کہ ان میں شکر ہوتی ہے شکر جیسا کہ ہم سب بخوبی واقف ہیں ہر قسم کی قدرتی صحت کی دشمن ہے اور صرف شہد ہی ایک ایسی چیز ہے جو بچوں کو شکر کے طور پر دی جاسکتی ہے۔

اس تمام گفتگو سے واضح ہوتا ہے کہ بچے کی غذا صحت کے اعتبار سے اتنی ہی اہمیت رکھتی ہے جتنی خود ہماری اپنی غذا بلکہ اس سے بھی زیادہ......

مختصر یہ ہے کہ جیسے ہی بچہ ٹھوس غذا لینے کے قابل ہو تو اس کو وہی اچھی طرح انتخاب کی ہوئی غذا جو آپ خود کھاتے ہیں، خوب مسل کر اور اچھی طرح باریک کرکے دیں لیکن مجھ کو ابتدا سے گفتگو کی اجازت دیجئے۔

میں اس بات پر پختہ اور کامل یقین رکھتی ہوں کہ دماغی اور جسمانی دونوں اعتبار سے والدین کے اثرات نہایت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔ اس یقین میں کوئی نئی بات نہیں ہے کہ بچے کی پیدائش سے پہلے ہی اپنے خیالات سے بچے کو متاثر کیا جاسکتا ہے قدیم یونانی اس حقیقت کو تسلیم کرتے تھے اور متوقع ماں کے سامنے خوب صورت مجسمے رکھتے تھے تاکہ بچہ خوبصورت پیدا ہو۔

میں خود اپنے بچوں کی پیدائش سے پہلے اس بات کا بڑا خیال رکھتی تھی کہ ایسی کتابیں نہ پڑھوں جو تشدد اور گندی تہذیب پر مبنی ہوں جس کا نتیجہ یہ ہے کہ میں نے بہت خوبصورت اور تندرست بچوں کو جنم دیا مزید برآں حمل کے زمانے میں بڑی محتاط رہتی تھی اور دودھ پلانے کے زمانے میں اپنی غذا کا خاص خیال رکھتی تھی۔

ہر شخص جانتا ہے کہ وہ عورت جو سگریٹ یا شراب پیتی ہے جنین کو مستقل نقصان پہنچاتی ہے میں سمجھتی ہوں کہ اس سے زیادہ زیادتی کوئی اور نہیں ہوسکتی کہ دنیا میں ایک ایسے بچے کو لایا جائے جس کی صحت پیدائش سے پہلے ہی مجروح ہوچکی ہو۔

چھاتی کا دودھ بلاشبہ بچے کو مضبوط اور صحت مند بنانے کا قدرتی طریقہ ہے میں سہم جاتی ہوں جب یہ سنتی ہوں کہ بعض ہسپتالوں میں نرسیں اپنی سہولت کے مدنظر ممکن حد تک جلد سے جلد بچے کو بوتلوں کا دودھ پلانے لگتی ہیں اور یہ بھی بہت ضروری ہے کہ ماں اس بات کا خیال رکھے کہ وہ کیا کھاتی ہے کیونکہ اس کی غذا دودھ کے ذریعہ سے بچے کو پہنچتی ہے ہر ماں کو یہ بات اچھی طرح یاد رکھنا چاہیے کہ بچے کو پانی پینے کی بھی ضرورت ہوتی، کیونکہ دودھ بہت گاڑھا اور بچے کا منہ بھردینے والا ہوتا ہے بعض شفاخانوں میں اب بھی یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ اس میں تھوڑی شکر ملا دینی چاہیے یہ بالکل غلط بات ہے بلکہ شکر کے بجائے تھوڑا سا شہد ملا دینا بہتر ہے اس سے بچے کو خالص اور اچھی چیز ملے گی۔ یہ فراموش نہیں کرنا چاہیے کہ سفید شکر (چینی) قدرتی صحت کی دشمن ہے۔

ذاتی طور پر میں ایسا اہتمام کرتی ہوں اور اس کا صرفہ بھی برداشت کرسکتی ہوں کہ بچے کو اچھے چشموں کا معدنی پانی پلایا جائے اگر پاکستان میں معدنی پانی تلاش کرکے اسے پیک کردیا جائے تو یہ پاکستان کے بچوں کی بڑی خدمت ہوگی بلکہ اس پانی کو برآمد بھی تو کیا جاسکتا ہے۔

شہد ایک ایسی چیز ہے جو ہر بچے کو رات کے وقت دی جانی چاہیے کیونکہ یہ بڑے بچوں کو بول بستری سے بالکل باز رکھتا ہے۔ آرام وسکون پہنچاتا اور گہری نیند لاتا ہے۔

سردی میں چھوٹے بچوں کے سینہ میں جب خرخر کی آواز آتی ہے وہ بلغم خارج نہیں کرسکتے اس لیے ان کو تکلیف ہوتی ہے شہد اس کو دور کرتا ہے۔ اگر شیرخوار بچوں کو یہ متواتر استعمال کرایا جائے تو اس سے بچہ طاقت ور اور موٹا تازہ ہوجاتا ہے۔

بچے کو ہڈی کا گودا بھی دینا چاہیے بہت سے بچوں کو گائے کے دودھ سے بھی کیلشیم مل سکتا ہے لیکن اس میں ایک قباحت یہ ہے کہ مشکل سے ہضم ہوتا ہے۔

بچوں کو قدرتاً سبزی ترکاری کی ضرورت ہوتی ہے لیکن سبزی اپنے باغیچے کی ہو تو کیا کہنے...... بازار کی سبزی تروتازہ نہیں ہوتی اور اس پر کیمیائی چھڑکاؤ ہونے کا بھی احتمال ہوتا ہے۔

ایک بات یہ بھی ہے کہ قدرتی غذا حیاتین کے ضمیموں کے بغیر میسر نہیں آسکتی۔

خیال رکھیے کہ بچوں کو ہر شے سے زیادہ پیار ومحبت کی ضرورت ہوتی ہے لیکن اس کیلئے علم وسلیقہ بھی درکار ہوتا ہے ورنہ بعد میں پچھتانا پڑتا ہے۔

بدمعاش بندر اور دیہاتی کی عقلمندی

عزیز الرحمٰن عزیز، پشاور

کوئی خاتون توے پر روٹی نہیں پکا سکتی تھی کیونکہ بندر زبردستی توے سے گرم گرم کچی پکی روٹی لیجاتا تھا۔ خواتین کو ہراساں کرنا ان بندروں کو خوب معلوم تھا۔ اس مسلسل اعلان اور گلی گلی اور بازاروں میں لگے پوسٹروں سے پورے علاقہ کو علم ہوگیا کہ بس اب بندروں کیخلاف کارروائی ہوئی کہ ہوئی۔

چاچا محمد یوسف مرحوم نے ایک واقعہ صوبہ گجرات (انڈیا) کے شہر احمد آباد کا بیان کیا تھا۔ انہوں نے کہا احمد آباد ایک گنجان آباد صنعتی شہر ہے جسے اہل ہند انڈیا کا مانچسٹر کہتے ہیں۔ حقیقت میں تو یہ شہر جہاں اس وقت بندروں کا راج تھا ہر گھر، ہر گلی، ہر درخت اور منڈیروں پر بندر ہی بندر دکھائی دیتے تھے۔ ان بندروں سے ہر شہری تنگ تھے، ہندو حضرات تو مذہبی وجہ سے خاموش رہنے پر مجبور تھے۔ مگر آخر کب تک؟ ان بندروں کی شرارتوں سے لوگ خاموش رہتے ہوئے درگزر کرتے رہتے جب شہریوں کا مطالبہ حد سے بڑھ گیا تو مجبوراً انتظامیہ (میونسپلٹی) نے ان بندروں کے خلاف کارروائی کا مصمم ارادہ کرلیا اور تمام شہر میں اعلان شروع ہوگیا کہ ان بندروں میں جو سب سے بڑا بندر اور انتہائی شرارتی بندر ہے جسے لنگور کہتے تھے کو گرفتار کرنے والے کو پانچ سو نقد انعام دیا جائیگا۔ لوگوں نے خوشی کا اظہار کرنا شروع کردیا کیونکہ ان بندروں سے خواتین اور مرد حضرات سخت نالاں تھے۔

کوئی خاتون توے پر روٹی نہیں پکا سکتی تھی کیونکہ بندر زبردستی توے سے گرم گرم کچی پکی روٹی لیجاتا تھا۔ خواتین کو ہراساں کرنا ان بندروں کو خوب معلوم تھا۔ اس مسلسل اعلان اور گلی گلی اور بازاروں میں لگے پوسٹروں سے پورے علاقہ کو علم ہوگیا کہ بس اب بندروں کیخلاف کارروائی ہوئی کہ ہوئی۔

ایک صاحب نے اعلان کردیا کہ میں اس بڑے لنگور کو کان سے پکڑ کر پنجرے میں بند کرونگا۔ اب لوگوں کی حیرت اور تجسس بڑھ گیا کہ یہ لنگور تو بڑا ہی خطرناک حد تک شرارتی ہے اس کی شرارت سے کوئی بھی آمان میں نہیں اس بڑے لنگور کی وضع قطع اور قد کاٹھ بالکل ایک قد آور جوان کی طرح تھی جو دور سے انسان ہی معلوم پڑتا تھا اور واقعی لوگوں کی سوچ تھی کہ اس کو پکڑنا بڑا ہی مشکل ہے۔ اس لنگور (بندر) کی طاقت کا آپ اندازہ لگا نہیں سکتے اگر وہ ایک درخت سے دوسرے درخت تک چھلانگ لگاتا اور جس درخت پر پہنچنا چاہتا تھا وہاں کوئی خطرہ محسوس کرتا تو ہوا ہی میں وہ واپس اس درخت پر جس سے اس نے چھلانگ لگائی تھی واپس پہنچ جاتا تھا اب دوسری طرف جس صاحب نے غالباً کوئی دیہاتی تھا، نے اعلان کیا تھا کہ میں اس کو کان سے پکڑ کر نیچے اتارونگا وہ صاحب بھی پوری تیاری میں تھا اس وقت پانچ سو روپے آج کل کے پانچ لاکھ بنتے ہیں بلکہ اس سے بھی کہیں زیادہ......

میونسپلٹی والے اس کی ہر بات پر پوری طرح عمل کررہے تھے۔ اس شخص نے جو کہ آبادی کے بالکل قریب ترین درخت تھا اس کی اونچائی جتنی ایک سیڑھی کا انتظام کروایا اور درخت کے ساتھ ہی پنجرے والا ٹرک کھڑا کروانے کا کہہ دیا گیا اور اس صاحب نے جو اس درخت سے نزدیک ترین دوسرا درخت تھا کہ جس درخت سے بذریعہ چھلانگ آتا جاتا تھا اس نے کارپوریشن والوں سے کہہ کر کہ جب بندر اس درخت سے نڈر ہوکر آبادی کے قریب والے درخت پر چھلانگ لگائے گا تو آپ حضرات اس بندر کو واپس آنے سے روکنے کیلئے ہنکارہ کرانا ہوگا تاکہ بندر واپس اس درخت پر نہ آسکے اور اس دوران درخت کو گرانا بتایا گیا اور اس کام کیلئے درخت کاٹنے والے ماہروں کا انتظام کردیا گیا۔

اب لوگ انتظار میں ہیں کہ لنگور آئے اور ہم اس کو پنجرے میں بند ہوتا ہوا دیکھیں۔ چھوٹے بڑے گروہ مختلف جگہوں سے گُھسر پُھسر کرتے نظر آرہے تھے کہ ناگہاہ وہ بندر جو کہ واقعی دیوزاد جیسا تھا مجھے بڑی حیرانگی اور ڈر بھی محسوس ہوا مگر وہ بالکل نڈر ہوکر اس درخت پر پہنچنے کے بعد بڑی احتیاط سے نیچے اترتا تھا اور پھر عوام کو تنگ کرنا شروع کردیتا تھا کوئی نہ کوئی شرارت کیے بغیر وہ رہ ہی نہیں سکتا تھا کسی مرد کو بھبھکی لگا کر ڈرانا کسی خاتون سے کوئی چیز چھین کر بھاگ جانا وہ لنگور صاحب انہی شرارتوں میں مگن اِدھر اُدھر کی اسے خبر ہی نہ تھی کہ میرے خلاف کیا ہونے والا ہے۔ اس کی قسمت میں پنجرہ تھا اور اسے بقایا زندگی اسی پنجرے میں گزارنی تھی وہ اپنے خلاف سازش سے بالکل بے خبر اپنی دُھن میں مگن تھا مگر جب اس بندر کو اپنے خلاف سازش کا علم ہوگیا تو وقت گزر چکا تھا اب تو وہ بدمعاش بندر بھی گھبرا گیا مگر حرکتوں سے وہی بدمعاشی غصہ اور عجیب عجیب حرکتیں اب اس کا غصے میں آنا فطری بات تھی واقعی وہ غصہ میں تھا۔ واپس اسی درخت پر چھلانگ لگانے کی کوشش بھی رائیگاں گئی کیونکہ کافی لوگ ڈھول، خالی کنستر اور رنگ برنگے جھنڈے لیے لنگور جی کو ڈرانے لگے (بقیہ صفحہ نمبر 26 پر)

عبقری خواب میں ملا

سیدہ عائشہ ثمینؔ، گجرات

اچانک ہمیں ایک ندی نظر آتی ہے جسے پار کرنے کے بعد ہمیں عبقری مل سکے گا ہم اس میں داخل ہوجاتے ہیں

السلام علیکم محترم حکیم صاحب! ہم آپ کا رسالہ عبقری بہت شوق سے پڑھتے ہیں۔ ایک دن صبح فجر کی نماز کے بعد سوئی تو میں نے ایک خواب دیکھا جو کچھ یوں ہے: ''ہم گھر والے کسی مصیبت میں ہیں اور مجھے پتہ چلا کہ ایک عبقری رسالہ ہے جو کہ بہت خاص ہے اور بہت مشکل سے ملتا ہے اسے پڑھنے سے ہماری مشکل حل ہوجائیگی میں اور میری امی اس کی تلاش میں نکلتی ہیں راستے میں ایک قبرستان آتا ہے تو میں اور میری امی درود شریف پڑھ کر اس کا ثواب اہل قبور کو ایصال ثواب کرتے ہیں کچھ آگے جانے پر میری بڑی پھوپھو جو کہ فی الحال گھریلو پریشانیوں کا شکار ہیں میرے ساتھ ہیں کہ ہمیں ایک تالاب نظر آتا ہے میری پھوپھو اس کا پانی پیتی ہیں کیونکہ پانی صاف ہے اچانک ہمیں ایک ندی نظر آتی ہے جسے پار کرنے کے بعد ہمیں عبقری مل سکے گا ہم اس میں داخل ہوجاتے ہیں ہمیں پانی کی مخالف سمت میں سفر کرنا ہے کافی آگے پہنچنے پر پانی گردن تک پہنچ جاتا ہے لیکن میری امی کی ٹانگوں تک ہوتا ہے کیونکہ پانی گہرا ہونے کی وجہ سے مجھے تیرنے میں مشکل ہوتی ہے اور میں امی اور پھوپھو سے کہتی ہوں کہ وہ ایک ہاتھ کنارے پر رکھیں اور ایک ہاتھ سے مجھے پکڑیں میں درمیان میں ہوں میری دائیں جانب پھوپھو اور بائیں جانب امی ہیں، تھوڑا ہی آگے جانے پر دو راستے ہوجاتے ہیں ایک پر بہت کم پانی اور ایک پر بہت بڑی آبشار ہے پہلے ہی پانی کی مخالف سمت میں سفر سے میں تھک چکی ہوتی ہوں اس لیے میں کم پانی والے راستے کو پسند کرتی ہوں لیکن میری امی مشکل راستے پر جانے کو کہتی ہیں اس لیے میں بھی امی کے ساتھ چل پڑتی ہوں چند قدم کے فاصلے پر موجود وہ آبشار انتہائی قریب پہنچنے پر ٹونٹی سے نکلنے والے پانی کی طرح ہوجاتی ہے نیچے ایک بہت پیارا سا گلاس ہے جس میں یہ پانی گر رہا ہے اس پانی کے نیچے ایک دروازہ ہے میری امی اس دروازے کی طرف ہاتھ بڑھاتی ہیں تو وہ خود بخود کھل جاتا ہے دروازے پر ہمارے پڑوسیوں کا بچہ جو کہ قوت سماعت اور گویائی سے محروم ہے بھی کھڑا ہے۔ میری امی دروازہ کھلنے کے بعد فوراً عبقری کو پکڑنے لگتی ہیں جو کہ ایک خوبصورت فریم میں سجا ہوا ہے تو میں امی کو روکتی ہوں کہ پہلے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم تو پڑھ لیں پھر ہم بسم اللہ پڑھ کر اسے اٹھا لیتے ہیں اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

بے زبانوں پر ظلم اور قدرت کا انتقام

میری اپنی دکان تھی' کاروبار تھا اب نہ تو دکان ہے اور نہ کوئی کاروبار اور نہ کوئی روزگار' قرض کے نیچے دب گیا ہوں اور دوسرا نقصان یہ ہوا ہے کہ میری بیوی مجھ سے ناراض رہتی ہے۔ کوئی عزت نہیں کرتی تمام سسرال والے اور اپنے بہن بھائی کوئی عزت نہیں کرتے

جھوٹی قسم کا عبرتناک انجام

(ع۔م۔لاہور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ایک بہت بڑی پریشانی میں گرفتار ہو چکا ہوں اور اس پریشانی کی وجہ بھی میں خود ہی ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میں نے اللہ تعالیٰ سے قرآن پر ہاتھ رکھ کر کچھ وعدے کیے تھے لیکن بہت افسوس اور شرمندگی کے ساتھ کہ میں اللہ تعالیٰ سے کیے ہوئے وعدوں پر قائم نہ رہ سکا جس کی وجہ سے میرا رب مجھ سے ناراض ہے۔

میری اپنی دکان تھی' کاروبار تھا اب نہ تو دکان ہے اور نہ کوئی کاروبار اور نہ کوئی روزگار' قرض کے نیچے دب گیا ہوں اور دوسرا نقصان یہ ہوا ہے کہ میری بیوی مجھ سے ناراض رہتی ہے۔ کوئی عزت نہیں کرتی تمام سسرال والے اور اپنے بہن بھائی کوئی عزت نہیں کرتے کوئی پرواہ نہیں کرتے۔

اس وقت صرف میرے والدین میری عزت کرتے ہیں اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ وہ بیمار رہتے ہیں اور میں ان کی خدمت کرتا ہوں اور میرے بچے میرے ساتھ بہت پیار محبت کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ تقریباً ہر انسان میرے سے دور بھاگتا ہے۔ محترم حکیم صاحب! مجھے اس مسئلہ کا حل بتائیں۔ میرا رب مجھ سے راضی ہو گئے رب کے بندے مجھ سے راضی ہو جائیں اور اللہ تعالیٰ مجھے کوئی روزگار عطا فرمائے۔

گدھے کاٹتے ہیں

(منظور احمد' احمد پور شرقیہ)

ہمارے علاقے میں ایک شخص رہتا تھا جس کا نام ''رحمت موچی'' تھا۔ وہ گدھوں کے ذریعے مٹی ڈھونے کا کام کرتا تھا۔ اس کے پاس ہر وقت 8/10 گدھے موجود رہتے تھے کیونکہ لوگ تنگ محلوں' گلیوں میں رہتے ہیں۔ اس لیے ٹرالی' ریڑھی وہاں ان کے گھروں تک نہیں پہنچتی اس لیے گدھوں کے ذریعے لوگ مٹی ڈلواتے ہیں۔ اس سلسلے میں فضل کٹانہ مشہور تھا اور مٹی ڈالنے میں کوئی کوتاہی نہیں کرتا تھا۔ البتہ گدھوں پر بہت زیادہ سختی کرتا تھا اکثر گدھوں کو بھوکا رکھتا تھا اور رات کو گلیوں میں چھوڑ دیتا تھا جو کچھ انہیں ملتا کھا لیتے تھے۔ اپنی طرف سے فضل کوئی چارہ وغیرہ نہ کھلاتا تھا۔ خاص طور پر رسہ باندھنے سے جو گدھوں کو زخم ہو جاتے ہیں وہ گدھوں کو ان زخموں پر مارتا تھا اور زخم کو مندمل نہ ہونے دیتا تھا۔ حالانکہ وہ خود کہتا تھا کہ اس کے پاس زخم ٹھیک کرنے کا ایسا ٹوٹکہ ہے کہ زخم دو دنوں میں بالکل ٹھیک ہو جائے۔ وہ جان بوجھ کر زخم ہرے رکھتا تھا کہ گدھے مستقل اذیت میں رہیں۔ سارے لوگ اسے منع کرتے تھے کہ گدھے بھی اللہ تعالیٰ کی مخلوق ہیں۔ ان میں بھی جان ہے یہ بھی گوشت کے بنے ہوئے ہیں۔ ان میں بھی احساسات ہیں' یہ بھی بھوک محسوس کرتے ہیں۔ انہیں بھی درد محسوس ہوتا ہے لیکن فضل پر ان باتوں کا کوئی اثر نہیں ہوتا تھا۔ وہ گدھوں کے زخم ٹھیک ہی نہیں ہونے دیتا تھا اور رسی بڑی سخت باندھتا تھا جو زخم کے اندر چلی جاتی تھی اور زخم کے اوپر ڈنڈے مارتا تھا تاکہ گدھے جلدی جلدی بھاگ کر کام کریں اور رات کو گدھوں کو چارہ بھی نہیں ڈالتا تھا۔ وہ ساری رات گلیوں میں گند وغیرہ کھا کر گزارہ کر لیتے تھے اور صبح پکڑ کر کام کراتا تھا۔

خدا جانوروں کی پکار بھی یقیناً سنتا ہے۔ فضل کٹانہ سخت بیمار ہو گیا اس کو لاعلاج بیماری لگ گئی جیسے ہی فضل سونے کیلئے آنکھیں بند کرتا دھاڑ دھاڑ کرتے ہوئے شور مچانے لگ جاتا کہ گدھے مجھے کاٹتے ہیں۔ میرے جسم کو گدھے کھا رہے ہیں مجھے بچاؤ...... مجھے بچاؤ...... جتنا عرصہ بیمار رہا ایک پل بھی چین سے نہ سو سکا۔

سچ ہے کہ بے زبان جانوروں پر ظلم کرتا ہے اس کا انجام ایسا ہی ہوتا ہے۔

فوت ہونے پر پیٹھ پر پنجے کا نشان

(سید واجد حسین بخاری' احمد پور شرقیہ)

جو بھی مخلوق خدا کو تنگ کرتا ہے۔ وہ ہمیشہ پریشان ہی رہتا ہے جو شوقیہ شکار کرتے ہیں یا مرغ پالتے ہیں' کبوتر پالتے ہیں' مرغ لڑاتے ہیں ان کا انجام خراب ہی ہوتا ہے۔ ایک نوجوان نے سچا واقعہ سنایا کہ ہمارے علاقے میں ایک شخص بڑا ہی رنگین مزاج تھا اسے مرغ لڑانے کا بہت شوق تھا۔ مرغ کو خاص قسم کی دوا کھلاتا تھا۔ بادام کھلاتا تھا اور لمبے قد والا ''اصیل'' نسل کا مرغا تلاش کرتا تھا تاکہ وہ جمپ لگا کر مخالف مرغ کو زیادہ سے زیادہ زخمی کر سکے اور اکثر ایسا ہوتا تھا کہ مخالف مرغا یا تو اندھا ہو جاتا تھا یا پھر معذور ہو کر مر جاتا تھا۔ اس کی کوشش ہوتی تھی کہ ہمیشہ جیت اس کی ہو' جب کچھ عمر ڈھلی تو دوستوں نے منع کرنا شروع کر دیا کہ اب مرغ لڑانا ختم کرو' تمام دھندے ختم کرو اور اللہ کو یاد کرو۔ مگر وہ کسی کی بات نہیں مانتا تھا اور ہر وقت مرغ لڑانے کی باتیں کرتا تھا اور بڑے فخریہ انداز میں کہتا تھا کہ میرے مرغ نے ہمیشہ مخالف مرغے کو پنجے مار مار کر ادھ موا کر دیا تھا اور پھر خوب ہنستا تھا۔ اچانک ہی اس کو بیماری لگی اور وہ بستر پر لگ گیا اور ہر وقت یہی کہتا تھا کہ جب میں آنکھیں بند کرتا ہوں تو اس وقت ایک مرغا میری آنکھوں اور پیٹھ پر حملہ کرتا ہے اور شور مچاتا کہ مجھے بچاؤ...... یہی کہتے کہتے وہ فوت ہو گیا۔ ایک نوجوان نے کہا کہ جب وہ فوت ہوا تو میں نے غسل دیا۔ اس وقت اس کی پیٹھ پر پنجے کے نشان تھے جیسے ابھی ابھی کسی مرغے نے پنجے مارے ہیں۔

سچ ہے کہ جو صرف اپنی خواہشات کی تسکین کیلئے انسانیت کی حد سے گزر جاتا ہے اس کا انجام ایسے ہی ہوتا ہے۔

احتلام کا روحانی علاج

جن لوگوں کو روزانہ یا ایک ہفتہ میں دو تین بار احتلام ہو جاتا ہوں اور باوجود علاج کرانے کے بھی ان کو آرام نہ آ رہا ہو تو وہ رات کو سوتے وقت سورۃ المعارج (پارہ 29) پڑھ کر تسلی سے سو جائیں۔ انشاء اللہ چند ہی روز میں اس موذی مرض سے ہمیشہ کیلئے چھٹکارا مل جائیگا۔ یقین اور توجہ کے ساتھ عمل کو کریں۔ (محمد نعیم حسن' ضلع اٹک)

امتحان میں کامیابی کیلئے درود شریف

ع،م۔چوہدری

جس کو بھول جانے کی شکایت ہو اسے چاہیے کہ وہ نماز فجر کی ادائیگی کے بعد 99 مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنے سینے پر پھونک مارے۔ چند یوم کے عمل سے ہی اس کی دماغی حالت بہتر ہوجائے گی۔حافظہ قوی ہوجائے گا اور بھول جانے کی عادت رفتہ رفتہ ختم ہوجائے گی

درود حفاظت

جوشخص عبادت الٰہی میں مشغول ہوتا ہے تو اس پر فتنے اور آزمائشیں بکثرت وارد ہوتی ہیں۔اس درود پاک کا سب سے بڑا کمال یہ ہے کہ اس کے ورد کرنے سے کوئی فتنہ اور مشکل نہیں آتی۔اللہ تعالیٰ اس کو اپنی حفاظت میں لے لیتا ہے اس لیے بہتر یہی ہے کہ جب بھی ذکر کرنے کیلئے بیٹھا جائے تو پہلے ایک مرتبہ درود شریف پڑھ لیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَدَدِ مَا اَحَاطَ بِہٖ عِلْمُکَ وَجَرٰی بِہٖ قَلَمُکَ وَسَبَقَتْ بِہٖ مَشِیْئَتُکَ وَصَلَّتْ عَلَیْہِ مَلٰٓئِکَتُکَ صَلٰوۃً دَائِمَۃً م بِدَوَامِکَ بَاقِیَۃً بِفَضْلِکَ وَاِحْسَانِکَ اِلٰی اَبَدِ الْاَبَدِ اَبَدًا لَا نِھَایَۃَ لِاَبَدِیَّتِہٖ وَلَا فَنَآءَ لِدَیْمُوْ مِیَّتِہٖ۔

یہ درود شریف 313 مرتبہ پڑھیے

1963ء کو جناب مولانا شبیر احمد صاحب رحمانی (خطیب جامع مسجد پاکستان کوارٹر کراچی) حج بیت اللہ شریف کو تشریف لے گئے۔

وہ حطیم میں سو رہے تھے کہ زیارت باسعادت آنحضرت ﷺ سے مشرف ہوئے۔

آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: مولوی صاحب آپ نے اپنے لیے تو دعائیں مانگ لیں، لیکن اپنے حلقہ کیلئے کوئی تحفہ نہیں لیا۔ یہ ہماری طرف سے حلقہ کیلئے تحفہ لے جاؤ۔ وہ یہ درود شریف پڑھیں۔

صَلِّ وَسَلِّمْ یَااَللّٰہ عَلٰی مُحَمَّدٍ صَلَّی اللّٰہ

صحابہ کرامؓ کا درود شریف

مولوی صاحب نے پوچھا سرکار ﷺ کتنی مرتبہ پڑھیں۔ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا 313 مرتبہ پڑھیں۔سبحان اللہ۔ 1970ء میں ایک جن صحابی رسول ﷺ مسمی محمد یوسف ذوالقرنین جو ابھی زندہ ہیں نے ایک محفل میں فرمایا کہ اکثر صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین اس درود شریف کا ورد کیا کرتے تھے جسے درود نور یہ کہا جاتا ہے۔

وہ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ مُحَمَّدٍ صَلٰوۃً لِتَکُوْنَ وَسِیْلَۃً لِنِجَاتِنَا وَسَکِیْنَۃً لِاَرْوَاحِنَا وَنُوْرًا وَشِفَاءً لِقُلُوْبِنَا.

ہر مقصد کے حاصل کرنے کیلئے درود شریف

ہر مقصد حاصل کرنے، ہر مشکل آسان کرنے اور ہر بیماری سے شفاء کیلئے اس درود کا ورد اکسیر ہے۔روزانہ سونے سے پہلے اور صبح بعد نماز فجر 110 مرتبہ پڑھ کر بوسیلہ سرکار مدینہ محمد مصطفی ﷺ دعا مانگیں۔انشاء اللہ آپ کی دعا پوری ہوگی۔وہ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ مُحَمَّدٍ وَعَلٰی اِبْرَاھِیْمَ وَعَلٰی آلِ اِبْرَاھِیْمَ اِنَّکَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ.

بھٹکے شوہر کی واپسی

اگر کسی کا خاوند بری عادات کا شکار ہوکر راہ راست پر نہ آتا ہو۔ اپنی بیوی سے بدتمیزی کرتا ہو اور اس کو مارتا پیٹتا ہو اور زبان درازی بھی کرتا ہو جس کی وجہ سے گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہو اور ٹینشن کی سی کیفیت طاری رہتی ہو تو ایسے میں ذیل کا عمل بے حد فائدہ مند، نفع بخش اور اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

اس مقصد کیلئے گیارہ مرتبہ درود ہزارہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور ہر روز خاوند کو پلائے۔اس کی بُری عادات چھوٹ جائیں گی اور نیکی کی راہ پر گامزن ہوجائے گا۔بگڑے ہوؤں کو راہ راست پر لانے کیلئے درود ہزارہ بہت جلد اثر دکھاتا ہے۔

درود پاک ہزارہ یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ مُحَمَّدٍ م بَعَدَدِ کُلِّ ذَرَّۃٍ مِّائَۃَ اَلْفِ اَلْفِ مَرَّۃٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ.

امتحان میں کامیابی کیلئے

طالب علموں اور دوسرے حضرات جو کسی امتحان میں کامیابی کے خواہش مند ہوں، ان کیلئے ذیل کا عمل بے حد مفید اور نافع ہے۔اس مقصد کیلئے اسے چاہیے کہ وہ امتحانات کے آغاز سے چند دن قبل درود پاک ہزارہ اس طرح پڑھنا شروع کرے کہ عصر کی نماز اور مغرب کی نماز کے درمیانی وقفہ میں باوضو حالت میں قبلہ رو ہوکر بیٹھے اور بسم اللہ شریف کے ساتھ اکتالیس مرتبہ درود پاک ہزارہ پڑھے اور چالیس یوم تک بلاناغہ پڑھے۔

جن دنوں میں امتحان ہو رہے ہوں، ان دنوں میں بھی ناغہ نہ کرے پڑھتا رہے۔امتحان جب ختم ہوجائیں تو پھر بھی پڑھے یعنی جس دن سے شروع کرے اسی دن سے لے کر چالیس دن تک بلاناغہ پڑھے۔ انشاء اللہ درود ہزارہ کی برکت سے اللہ تعالیٰ امتحانات میں کامیابی سے نوازے گا۔ ہر روز درود پاک پڑھنے کے بعد اللہ تعالیٰ سے امتحان میں کامیابی کی دعا مانگے۔انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔درود ہزارہ یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ مُحَمَّدٍ م بَعَدَدِ کُلِّ ذَرَّۃٍ مِّائَۃَ اَلْفِ اَلْفِ مَرَّۃٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ.

جس کو بھول جانے کی شکایت ہو

جس کو بھول جانے کی شکایت ہو اسے چاہیے کہ وہ نماز فجر کی ادائیگی کے بعد 99 مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنے سینے پر پھونک مارے۔ چند یوم کے عمل سے ہی اس کی دماغی حالت بہتر ہوجائے گی۔حافظہ قوی ہوجائے گا اور بھول جانے کی عادت رفتہ رفتہ ختم ہوجائے گی۔انشاء اللہ

(کوئی سا بھی درود شریف پڑھا جاسکتا ہے)

قدرتی کھاد اسلام اور جدید سائنس

انسانی نظام ہضم سے گزر کر خارج ہونے والا غذائی فضلہ بھی انہی اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے جسے ہم تباہ اور ضائع کردیتے ہیں اس فضلے کو کھاد میں تبدیل کردینے سے جہاں ماحول صاف ستھرا رہ سکتا ہے وہاں عمدہ فصلیں بھی حاصل ہوں گی جن کی لاگت بھی یقیناً نمایاں طور پر کم ہوگی۔

حضور اکرم ﷺ کی تعلیمات سے پتہ چلتا ہے کہ آپ ﷺ کے دور میں قدرتی کھاد استعمال ہوتی تھی اور صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین مصنوعی غذاؤں کے بجائے قدرتی غذاؤں کو استعمال فرماتے تھے اور قدرتی فصل اگاتے۔ کچھ عرصے قبل مصنوعی کھادیں اور کیمیائی کھادوں کے ذریعے زیادہ سے زیادہ فصل اور اناج اگانے کی طرف زمیندار راغب ہوئے لیکن پھلوں اور اناج کا سائز تو بڑھ گیا لیکن اس لذت سے محروم ہوگئے جو پہلے ہوا کرتی تھی۔ آج جدید سائنسی تحقیقات کے ذریعے ہمارے سامنے قدرتی فصل اور کیمیائی فصل کے میڈیکل فوائد بھی سامنے آگئے ہیں اور جدید سائنس نے ثابت کردیا ہے قدرتی طریقہ فصل کا کیمیائی طریقہ فصل ذرہ برابر بھی مقابلہ نہیں کرسکتا۔

قدرتی غذائیں: زیادہ زرخیز زمین میں لگائی جانیوالی غذاؤں میں کم زرخیز زمین اگنے والی غذاؤں کے مقابلے میں زیادہ حیاتین ہوتے ہیں۔ وہ زمینیں جو معدنی اجزاء کی مقدار کی وجہ سے زرخیز ہوتی ہیں ان زمینوں پر اگنے والے پھل اور سبزیوں میں حیاتین کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اس بات کا حقیقت سے قطعی کوئی تعلق نہیں کیونکہ حیاتین پودے کے اندر تیار ہوتے ہیں اس لیے زمین کم زرخیز ہو یا زیادہ حیاتین میں اضافہ یا کمی نہیں ہوتی ہے۔ تاہم معاون سے بھرپور زمینوں کی مخصوص غذاؤں میں معدنی اجزا کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

قدرتی کھاد اور جدید تحقیق: کارل کرسچین سین (ڈنمارک) جو کہ باغ بانی کی معروف شخصیت میں شمار کیے جاتے ہیں اپنے دوست کے بارے میں کہتے ہیں کہ: میرا پڑوسی دوست اپنی تھوڑی سی زمین پر پھلوں اور سبزیوں کو کاشت کرنے کیلئے دوسرا طریقہ اختیار کرتا تھا۔ وہ اپنا بڑا وقت خچروں، گھوڑوں، گائیوں، جنگلی بلیوں اور کتوں کے فضلات کو جمع کرنے میں صرف کیا کرتا تھا اور فضلات سے بہت زیادہ مقدار میں کوڑا کرکٹ اور پتے وغیرہ استعمال کرتا تھا اور مزید زرخیزی کیلئے ریت، کنکر، دھول اور لکڑی کا بُرادہ وغیرہ کھاد میں شامل کیا کرتا تھا۔ اس کی آنکھوں کی چمک اس کے چہرے کی مسکراہٹ اور اس کے لب ولہجے سے مترشح ہوتا تھا کہ وہ بہت خوش اور مطمئن ہے اور اس کو اپنی دانش مندانہ مشقت کا بھرپور انعام مل رہا ہے کاش اس قسم کے لوگ زیادہ تعداد میں ہوتے۔ کارل کرسچین (ڈنمارک) کہتے ہیں کہ جانوروں کے فضلات سے بہتر کوئی کھاد نہیں ہوسکتی۔ یورپ کے کسان ایسی کھاد کی اسی طرح فکر کرتے ہیں جس طرح لوگ اپنی کاروں کی۔

شہزادہ چارلس اور کاشتکاری: تخت برطانیہ کے وارث شہزادہ چارلس جو گزشتہ دنوں ہمدرد دہلی انڈیا تشریف لے گئے تھے اپنی زمینوں پر فصلیں اگانے کیلئے مصنوعی کھاد کی جگہ قدرتی کھاد استعمال کرتے ہیں۔ **قیمتی غلاظت پر جدید سائنسی تحقیق:** انسانی فضلہ بے شک غلیظ ہے لیکن زمین کی زرخیزی اور عمدہ فصلوں کیلئے نہایت قیمتی ہے۔ اسے کھاد میں تبدیل کرکے پیداوار میں نمایاں اضافہ ممکن ہے۔ مصنوعی کھاد کے برخلاف اس سے زمین کی صلاحیت اور اس کی عمر میں اضافہ بھی کیا جاسکتا ہے۔ ورلڈ واچ میگزین کے ایک مضمون کے مطابق دنیا بھر کے کسان اچھی فصلوں کیلئے دکانوں سے نائٹروجن، فاسفورس اور پوٹاشیم مصنوعی کھاد کی صورت میں خریدتے ہیں جبکہ انسانی نظام ہضم سے گزر کر خارج ہونے والا غذائی فضلہ بھی انہی اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے جسے ہم تباہ اور ضائع کردیتے ہیں اس فضلے کو کھاد میں تبدیل کردینے سے جہاں ماحول صاف ستھرا رہ سکتا ہے وہاں عمدہ فصلیں بھی حاصل ہوں گی جن کی لاگت بھی یقیناً نمایاں طور پر کم ہوگی۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

سالہاسال پرانی کھانسی ٹھیک ہوگئی

میری والدہ جو کہ دل کی مریضہ ہیں ان کا بائی پاس بھی ہوا ہے۔ گزشتہ 2 سال سے ان کو کھانسی شروع ہوگئی، کھانسی بھی اتنی شدید کہ کھانستے وقت پیشاب نکل جاتا، نماز میں بھی بار بار وضو کرنا پڑتا ہے، کئی دوائیں استعمال کیں، کئی جگہ سے علاج کروایا، دوائیں بدل بدل کر عاجز آگئے۔ پھر عبقری میں جوہر شفائے مدینہ کے بارے میں پڑھا اور منگوا کر استعمال کی میری والدہ حیران ہوگئی کہ اتنے ڈاکٹر میرا مسئلہ نہ سمجھ سکے اور جوہر شفاء مدینہ سے مجھے ایسی شفاء ملی کہ میری سالہا سال پرانی کھانسی ٹھیک ہوگئی۔ **(عدیل بابر، ملتان)**

پوشیدہ روحانی کیفیت

میں دل میں کہتی ہوں کہ یہ اتنا کامیاب ہوگیا کہ یہ خود مجھے بتا رہا ہے پھر میں کہتی ہوں کہ اور آگے کیا ہوا پھر لوگ مجھے کہتے ہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! الحمدللہ آپ نے جو وظیفہ بتایا ہے اس سے کافی فائدہ ہوا۔ حکیم صاحب وظیفے کے دوران مجھے خواب آیا کہ ایک آدمی ہے جو فوت ہوچکا ہے اور میں اسے جانتی نہیں ہوں۔ مردہ لیٹا ہوا ہے ایک عورت اس کے سائیڈ میں بیٹھی ہوئی ہے اور باقی لوگ ان میں مرد بھی ہیں اور عورتیں بھی ہیں وہ مردے کے پاؤں کی طرف بیٹھے ہیں میں وہاں پر اس مردے کے منہ کے پاس جاکر بیٹھ جاتی ہوں اور میں دل میں محسوس کرتی ہوں کہ میں کیوں مردے کے منہ کے پاس آکر بیٹھ گئی ہوں۔ اتنے میں وہ عورت مجھے کہتی ہے کہ اس مردے کی جو موت آئی ہے اس کے کیا کہنے...... کتنی اچھی موت آئی ہے اس بات پر میری آنکھوں میں آنسو آجاتے ہیں، لیکن میں مردے کیلئے نہیں رو رہی ہوتی بلکہ میں اس لیے روتی ہوں کہ اس کو کتنی اچھی موت آئی ہے وہ کامیاب ہوگیا وہ کہتے ہیں کہ اس نے آخری وقت کلمہ پڑھا تو میں آواز سے رونے لگ جاتی ہوں پھر میں ان سے پوچھتی ہوں کہ آگے کیا ہوا پل صراط پر تو مردہ میری طرف منہ کرکے بولتا ہے کہ انہوں نے کہا کہ جانے دو اسے پل صراط سے اس نے مجھے ہاتھ سے اشارہ کرکے کہا۔ میں دل میں کہتی ہوں کہ یہ اتنا کامیاب ہوگیا کہ یہ خود مجھے بتا رہا ہے پھر میں کہتی ہوں کہ اور آگے کیا ہوا پھر لوگ مجھے کہتے ہیں کہ ہم بتاتے ہیں تمہیں کہ اس کے ساتھ آگے کیا ہوا ان کے ہاتھ میں ایک بڑا پرچہ ہوتا ہے میرے ساتھ جو عورت بیٹھی ہوتی ہے۔ اس کے ہاتھ میں وہ بند کیا ہوا پرچہ ہوتا ہے جب وہ کھولنے لگتی ہے تو مردہ اسے کہتا ہے کہ تم نے نہیں کھولنا۔ یہ پڑھ کر سنائے گی پھر وہ پرچہ میرے ہاتھ میں دے دیتی ہے۔ وہ پرچہ مجھ سے کھل نہیں رہا ہوتا پھر مردہ اٹھ کر بیٹھ جاتا ہے اور مجھے پرچہ کھول کر دیتا ہے میں کہتی ہوں کہ اس پر جو لکھا ہے مجھے سمجھ نہیں آرہا پھر مردہ مجھے سمجھاتا ہے وہ پرچے کو نیچے رکھ کر مجھے سمجھاتا ہے اس پر نمبر لکھے ہوئے ہیں اس میں اس کی باتیں سن کر روئے جاتی ہوں اتنا زیادہ روتی ہوں کہ مجھے سانس نہیں آرہا ہوتا ہے۔ بغیر سانس لیے روئے جارہی ہوتی ہوں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جنوری کے جوابات

آپ سفر کرنے سے پہلے ایک چنے کے برابر ستر شفائیں منہ میں رکھیں گولی کی طرح چوستے جائیں۔ جب ختم ہوجائے دوبارہ پھر رکھ لیں۔ انشاء اللہ آپ کا سفر بخیر و عافیت گزر جائے گا۔ جہاں تک آپ کے دوسرے مسئلے کا تعلق ہے آپ صبح وشام 129 بار سورۂ کوثر اول وآخر سات بار درود شریف کے پڑھیں یہ ماہنامہ عبقری میں بھی کئی بار چھپ چکا ہے اور میرا ذاتی آزمودہ بھی ہے اور میں روزانہ پابندی سے اسے کرتا ہوں۔ **(محمد حذیفہ' کراچی)**

☆ آپ ہمیشہ جب بھی سفر کا ارادہ کریں تو گاڑی میں بیٹھنے سے پہلے سات بار سورۂ الم نشرح مع تسمیہ پڑھ لیا کریں۔ رزق کی تنگی اور پریشانی کیلئے آپ ہر نماز کے بعد سات بار سورۃ النصر پابندی سے پڑھا کریں۔ بہت جلد غیب سے دروازے کھلیں گے۔ **(انیلہ عادل' جہلم)**

2۔ آپ کو ایک آزمودہ اور بارہا کا آزمایا ہوا ٹوٹکہ بتا رہی ہوں آپ ہر وقت سورۂ اخلاص توجہ اور اپنی اس بیماری کا تصور کرکے پڑھا کریں' ناغہ کے دنوں میں صرف درود شریف پڑھا کریں۔ انشاء اللہ آپ کی زبان صاف ہوجائے گی۔ جب بھی بات کریں ٹھہر ٹھہر کر اور اعتماد سے کیا کریں۔ اس کے ساتھ آپ روزانہ پابندی سے نورانی مراقبہ کیا کریں۔ **(حرا نعیم' ملتان)**

3۔ ابھی سردیوں کا موسم چل رہا ہے آپ بیٹی کو تل کے لڈو یا بادام اور میوہ جات کا دال کا حلوہ بنا کر استعمال کروائیں۔ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔ اس کے ساتھ اگر آپ دوائی بھی استعمال کروانا چاہتے ہیں تو ستر شفائیں اور اکسیر البدن بھی استعمال کروائیں۔ **(حکیم شاہد علی' لاہور)**

☆ سات دفعہ اذان' سات دفعہ سورۃ المومنون کی آخری چار آیات پڑھ کر بچی کے دونوں کانوں میں سونے سے پہلے پھونک دیا کریں۔ اس سے پہلے رات کو باوضو ہوکر بچی کو پیشاب وغیرہ کروا کر سلائیں۔ انشاء اللہ آپ کا یہ مسئلہ چند دنوں میں ہی ٹھیک ہوجائے۔ عمل مکمل توجہ سے کریں۔ **(شائستہ نوید' راولپنڈی)**

فروری کے سوالات

قارئین! میں غیر شادی شدہ لڑکی ہوں' سارٹ ہوں مگر میرا پیٹ شادی شدہ خواتین کی طرح بہت زیادہ باہر نکلا ہوا ہے' جو بہت عجیب لگتا ہے' اچھے کپڑے نہیں پہن سکتی' میں چاہتی ہوں کہ میرا پیٹ کمر کو لگ جائے۔ دوسرا میرے چہرے پر بہت گہری چھائیاں ہیں جو کسی علاج سے دور نہیں ہوتی' رنگ بہت صاف ہے۔ قارئین مجھے کوئی علاج بتائیں۔ **(سدرہ' ملتان)**

2۔ محترم السلام علیکم! میرے پاؤں کے انگوٹھے کے پاس ہڈی بڑھ رہی ہے۔ پلیز! مجھے کوئی وظیفہ' طریقہ یا علاج بتادیں جس سے یہ ہڈی واپس اپنی جگہ چلی جائے۔ یہ ہڈی تنگ جوتا پہننے سے باہر نکلی ہے۔ میں آپ کی مشکور ہونگی۔ **(مسز آفتاب' پشاور)**

3۔ **قارئین!** میں قرآن حافظ ہوں۔ میری عمر 17 سال ہے۔ دوران حفظ میری یادداشت بہت کمزور ہونا شروع ہوگئی تھی اور اب مجھے بھول جانے کی بیماری بھی ہے۔ سر کے بال بھی گرتے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ برائے مہربانی میرے مسئلے کا حل بتائیں تاکہ میری یادداشت اور حافظہ پہلے کی طرح تیز ہوجائے۔ **(معین مظہر' راولپنڈی)**

4۔ میری عمر اٹھارہ سال ہے' میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ پر' کمر پر' گردن سے تھوڑا نیچے پیپ والے دانے بنتے ہیں' جنہیں میں نکال دیتی ہوں اور بعد میں سوراخ بن جاتے ہیں' میں نے ایک سال پہلے رنگ گورا کرنیوالی کریمیں استعمال کیں جس کی وجہ سے میرے منہ پر کافی بال اُگ آئے' مجھے معدے کا بھی مسئلہ ہے' مجھے ٹانسلز بھی ہیں' دیکھنے میں ہڈیوں کا ڈھانچہ لگتی ہوں۔ قارئین پلیز مجھے کوئی علاج بتائیں میں ڈاکٹروں سے عطائی حکیموں سے کروا کروا تھک گئی ہوں...... **(مصباح محمود' چشتیاں)**

ادویات اور کتابیں منگوانے والے

ایک خط لکھیں یا فون کریں' کتاب / دوائی VP بذریعہ ڈاک آپ کے پاس ہوگی رقم دے کر کتاب / دوائی ڈاکیہ سے حاصل کریں۔

نوٹ: بعض احباب جلدی کرتے ہیں' مستعد سٹاف ناانصافی یا کسی کو نظرانداز نہیں کرتا' باری آنے پر پارسل جلد کیا جاتا ہے۔

آرڈر کیلئے صرف اسی نمبر کو ڈائل کریں۔

042-37597605

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 21

حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا کا سارے جہانوں کی عورتوں کی سردار ہونے کا بیان

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا آئیں اور ان کا چلنا ہو بہو حضور نبی اکرم ﷺ کے چلنے جیسا تھا۔ پس آپ ﷺ نے اپنی لخت جگر کو خوش آمدید کہا اور اپنے دائیں اور بائیں جانب بٹھا لیا' پھر چپکے چپکے ان سے کوئی بات کہی تو وہ رونے لگیں۔ تو میں نے ان سے پوچھا آپ کیوں رو رہی ہیں؟ پھر آپ ﷺ نے ان سے کوئی بات بات چپکے چپکے کہی تو وہ ہنس پڑیں۔ پس میں نے کہا کہ آج کی طرح میں نے خوشی کو غم کے اتنے نزدیک کبھی نہیں دیکھا۔ میں نے (حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا) سے پوچھا: آپ سے حضور نبی اکرم ﷺ نے کیا فرمایا تھا؟ انہوں نے جواب دیا میں رسول اللہ ﷺ کے راز کو فاش نہیں کرسکتی۔ جب حضور نبی اکرم ﷺ کا وصال ہوگیا تو میں نے ان سے (اُس بارے میں) پھر پوچھا تو انہوں نے جواب دیا آپ ﷺ نے مجھ سے یہ سرگوشی کی کہ جبرائیل ہر سال میرے ساتھ قرآن کریم کا ایک بار دور کیا کرتے تھے لیکن اس سال دو مرتبہ کیا ہے' میرا خیال یہی ہے کہ میرا آخری وقت آپہنچا ہے اور بے شک میرے گھر والوں میں سے تم ہو جو سب سے پہلے مجھ سے آملوگی۔ اس بات نے مجھے رلا دیا۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا: کیا تم اس بات پر راضی نہیں کہ تم تمام جنتی عورتوں کی سردار ہو یا تمام مسلمانوں عورتوں کی سردار ہو! تو اس بات پر میں ہنس پڑی۔ **(یہ حدیث متفق علیہ ہے۔)**

حضرت حذیفہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ایک فرشتہ جو اس رات سے پہلے کبھی زمین پر نہ اترا تھا اس نے اپنے پروردگار سے اجازت مانگی کہ مجھے سلام کرنے حاضر ہو اور مجھے یہ خوشخبری دے کہ فاطمہ (رضی اللہ عنہا) اہل جنت کی تمام عورتوں کی سردار ہے اور حسن و حسین (رضی اللہ عنہم اجمعین) جنت کے جوانوں کے سردار ہیں۔ **(ترمذی' نسائی' احمد)**

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اے فاطمہ! کیا تو نہیں چاہتی کہ تو تمام جہانوں کی عورتوں' میری امت کی تمام عورتوں کی اور مؤمنین کی تمام عورتوں کی سردار ہو!'' **(نسائی' حاکم)**

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَا نُوْرُ یَا بَصِیْرُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حضرت صاحب السلام علیکم! حضرت صاحب آپ نے مجھے بیٹھ کر مراقبہ کرنے کو دیا' سونے سے پہلے ''یَا سَلَامُ'' کا وہ میں نے کچھ ہفتے کیا تھا اس میں مجھے چند کیفیات حاصل ہوئیں' اُس کے بعد نو چندی جمعرات والے دن آپ نے جو ذکر کروایا تھا اس میں مجھے یہ کیفیت آئی کہ میں خانہ کعبہ میں لوگوں کے ساتھ بیٹھی ہوئی ہوں اور ایک چڑے کا بڑا مشکیزہ آپ نے اٹھایا ہوا ہے اور وہ آپ نے کھڑے ہو کر میری طرف اُنڈیل رکھا ہے جس میں سے چمکتے موتی' ہیرے اور سکے میری گود میں پڑ رہے ہیں۔ اس کے بعد تسبیح خانے میں مراقبے کے دوران مجھے جو کیفیات ہوئیں وہ درج ذیل ہے:۔ میں پہلی دفعہ اس میں شامل ہوئی تھی آنکھیں بند کرنے کے بعد دل میں ذکر شروع کیا اور پھر میں نے محسوس کیا کہ میں بہت تیزی کے ساتھ اوپر کی طرف جا رہی ہوں' اتنی تیزی کے ساتھ کے پلک جھپکنے میں بھی دیر نہیں لگتی ہے۔ اس کے بعد یہ کیفیات شروع ہو جاتی ہیں پہلے آسمان پر پہنچ جاتی ہوں وہاں مجھے مدینہ منورہ نظر آتا ہے۔ پھر دوسرا آسمان وہاں مجھے مکہ مکرمہ اللہ کا گھر نظر آتا ہے۔ پھر تیسرا آسمان وہاں مجھے فرشتے اور دوسری مخلوقات کا ہجوم نظر آتا ہے اور بزرگ نظر آتے ہیں اور پھر چوتھے آسمان پر پہنچ جاتے ہیں وہاں پر ایک بہت بڑا تخت ہے اور سبز رنگ کا کپڑا بچھا ہوا ہے اور اس کے پیچھے نبی کریم ﷺ کے تمام نام مبارک لکھے ہوئے ہیں اور اس تخت پر آپ ﷺ بیٹھے ہوئے ہیں۔ مجھے چہرہ مبارک نظر نہیں آتا بس ہاتھ مبارک ہے جو نور سے بھرا ہوا ہے اور نور کے سات پردے اس ہاتھ پر ہیں اور تمام خواتین میرے اردگرد لائن میں بیٹھی ہوئی ہیں اور وہ نور والا ہاتھ میرے سر کے اوپر رکھا ہوا ہے ہم سب خواتین اس تخت کے سامنے لائن میں بیٹھی ہوئی ہیں کچھ دیر کے بعد اس سارے ماحول میں ہی میں سائیڈ پر جا کر جائے نماز پر نماز پڑھتی ہوں اور سجدے کی حالت میں رہتی ہوں۔ اس کے بعد مجھے حضرت آدم علیہ السلام نظر آتے ہیں اور ان کے پاؤں مبارک کا دیدار ہوتا ہے۔ پھر مجھے نور ہی نور نظر آتا ہے اور میں اس نور کے اندر گم ہو جاتی ہوں۔ وہاں مجھے خوبصورت پھول نظر آتے ہیں اور خوشبوئیں محسوس ہوتی ہیں۔ پھر ایک طرف مجھے اللہ لکھا نظر آتا ہے' سرخ پھولوں کیساتھ نیچے نیلی چادر ہوتی ہے اور دوسری طرف محمد ﷺ لکھا نظر آتا ہے۔ سورج مکھی کے پیلے پھولوں کے ساتھ نیچے کالی چادر بچھی ہوئی ہے اور میرا دل مجھے کہتا ہے کہ اللہ محبت کرتا ہے سرخ پھولوں کی طرح نیلی چھتری پر بیٹھ کر اور محمد ﷺ کالی دنیا میں آ کر روشنی پھیلاتے ہیں اس کے بعد مجھے ایسا لگتا ہے کہ سب جنت میں ہیں اور میرے منہ میں بہت مٹھاس ہے اور بار بار میرا منہ بہت اچھے مٹھاس کے ساتھ بھرتا ہے۔ بس پھر دونوں سائیڈوں پر مجھے لائن میں لوگ جاتے ہوئے نظر آتے ہیں ایک طرف سفید کپڑوں میں جا رہے ہیں اور دوسری طرف سیاہ کپڑوں میں جا رہے ہیں اور سفید کپڑے والوں پر روشنیاں پڑ رہی ہیں پھر اس کے بعد مجھے ایک سفید رنگ کا خوبصورت گھوڑا نظر آتا ہے جس پر نبی کریم ﷺ بیٹھے ہوئے ہیں اور ایک اونٹنی براؤن رنگ کی جو آپ ﷺ کی تھی اور ایک سانپ پیلا اور کالا چوڑے منہ والا جو آپ ﷺ کا دیدار کرنا چاہتا ہے اس کے بعد مجھے سرخ رنگ کے بالوں والا گندی شکل میں شیطان نظر آتا ہے جس کا سر تلوار کے ساتھ علیحدہ ہوتا ہوا میں دیکھتی ہوں اس دوران آپ حضرت حکیم صاحب اور تمام فرشتے اور مخلوقات ہمارے ساتھ موجود ہیں اور اس کے بعد میں سیڑھیاں چڑھتی ہوں اور ایک چھوٹا گرے کلر کا دروازہ نظر آتا ہے اور وہ میرے خواب میں کبھی کھلتا نہیں تھا آج وہ کھلا اور پھر میں نے دیکھا کہ وہاں نیچے بہت (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

ہر بیماری کا آسان ترین علاج

علاج یہ ہے کہ چونکہ کوئی بیماری یا بیماری ناک کے ذریعے سانس کے ساتھ ہمارے جسم کے اندر سرایت کر گئی ہے

ہم یہ سمجھیں کہ بیماریوں کی لہریں یا جراثیم ہمارے ناک اور سانس کے ذریعے ہمارے جسم کے اندر منتقل ہوتے ہیں تو پھر ان کا علاج بھی آسان ہو جائیگا...... جی ہاں! بیماریوں کا علاج بھی بڑا ہی آسان ہوگا...... علاج یہ ہے کہ چونکہ کوئی بیماری ناک کے ذریعے سانس کے ساتھ ہمارے جسم کے اندر سرایت کر گئی ہے اب آپ اس ایک بیماری یا ایک سے زیادہ بیماریوں کو سانس کے ذریعے باہر بھی خارج کر سکتے ہیں...... جب آپ ان بیماریوں کو اپنے جسم سے باہر خارج کر دیں گے تو آپ کا جسم تمام بیماریوں سے نجات حاصل کر لیگا...... رات کو سونے سے قبل اور صبح بہت سویرے سورج نکلنے سے قبل کسی کھلی اور صاف فضاء میں ایسی جگہ بیٹھ جائیں یا کھڑے ہو جائیں کہ جہاں تازہ آکسیجن زیادہ سے زیادہ ہو مثلاً یہ کوئی صحن' مکان کی چھت' لان' کھیت یا کوئی کھلا میدان بھی ہو سکتا ہے...... اب آنکھیں بند کر لیں اور ناک کے ذریعے آہستہ آہستہ اور بہت ہی آہستہ سانس اپنے اندر کھینچیں اور یہ تصور کریں کہ فضاء سے صحت اور تندرستی کی لہریں ناک کے ذریعے آپ کے اندر جا رہی ہیں اور اندر جا کر پورے جسم میں جذب ہو گئی ہیں...... پھر اسی طرح بہت آہستہ آہستہ منہ کے ذریعے سانس باہر خارج کرتے ہوئے یہ تصور قائم کریں کہ بیماری اور کثافت کی لہریں منہ کے ذریعے سانس کے ساتھ ساتھ باہر خارج ہو رہی ہیں۔ اگر ایک بیماری کا علاج کرنا ہو تو اسی بیماری کی لہریں باہر خارج کرنے کا تصور کریں لیکن اگر زیادہ بیماریاں ہوں تو بیماریوں کی لہریں باہر خارج ہو رہی ہیں...... میں نے اس طریقے سے اپنا کم و بیش 1600 مریضوں کا علاج کیا ہے جن مریضوں نے ہدایات کے مطابق تین ماہ کا علاج پورا کر لیا' اللہ تعالیٰ نے انہیں مکمل شفاء دی...... شوگر' ہیپاٹائٹس بی اور سی' کینسر' دمہ' ٹی بی' جنسی کمزوری' بڑھاپا اور دوسری پیچیدہ بیماریاں ریگولر علاج کرنے سے زیادہ سے زیادہ 180 دنوں میں نیست و نابود ہوتے دیکھی گئیں۔ جبکہ عام بیماریاں اکیس روز' چالیس روز اور نوے روز کے اندر اندر ختم ہو گئیں...... مشہور ہے کہ وہم کا علاج حکیم لقمان کے پاس بھی نہیں تھا لیکن ''عمل تنفس'' کی مذکورہ مشقوں سے نا صرف وہم کا مکمل علاج ہو جاتا ہے بلکہ میں پوری ذمے داری اور ہوش و حواس کیساتھ یہ کہنا چاہوں گا کہ سانس کی مشقوں سے بڑھاپا بھی کم سے کم ہو جاتا ہے...... ایک سال تک یہ مشق کرنے سے بڑھاپے کے کم و بیش اکثر آثار ناپید ہوتے بھی دیکھے گئے ہیں۔

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد '**مجالس مجذوبی**' کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد و تجربات لکھیں' صدقہ جاریہ ہوگا۔

سخت ترین طوفان سے نجات

ایک صاحب کھڑے ہوکر بتانے لگے کہ آج سے ڈیڑھ دوسال قبل ہم ساری فیملی پہاڑوں کی سیر کیلئے گئے، ہم ناران کے ایک ہوٹل میں رکے تو رات کو ایسا طوفان آیا کہ دریا کا رخ بدل گیا اور رات کو جن ہوٹلوں سے ہم نے کھانا کھایا تھا وہ سارے سیلابی ریلے میں بہہ گئے، بہت تیز آندھی، طوفان اور بارش تھی۔ دریا کے پانی کی خوفناک آوازیں، ہمارے ہوٹل کے قریب سے آرہی تھیں' چونکہ ہمارا ہوٹل اونچا تھا اس لیے محفوظ رہے، ہم ساری رات پریشان رہے، پھر ہم سب نے فیصلہ کیا کہ ہوٹل کی چھت پر جاکر اذانیں دیتے تھے۔ اذانیں دینے سے بارش بند ہوگئی، طوفان تھم گیا اور کچھ دیر بعد سورج نکل آیا، اللہ نے یہ موقع دیا تھا لہٰذا ہم سب آسانی سے وہاں سے نکل گئے دوبارہ پھر پتہ چلا کہ وہاں پھر بارش ہوئی ہے۔

(حضرت جی نے فرمایا کہ ایک حدیث میں ہے جب کسی بستی میں اذان دی جاتی ہے تو اللہ تعالیٰ اس (بستی) کو اس دن اپنے عذاب سے بچالیتے ہیں۔(**طبرانی**)

اذان کی برکت سے شفایابی

ایک 15/14 سال کے بچے نے واقعہ سنایا کہ پچھلے درس میں بیمار ہونے کی وجہ سے نہیں آسکا لیکن انٹرنیٹ پر درس سنا تھا، میں نے اذان پڑھ کر 7 مرتبہ اپنے دائیں کان اور 7 مرتبہ اپنے بائیں کان کا تصور کرکے دائیں اور بائیں کاندھے پر پھونک ماری مجھے بخار سے شفایابی ہوگئی۔

طریقہ عمل: مکمل اذان اور سورۂ مؤمنون کی آخری چار آیات، دونوں عمل مریض کے دونوں کانوں میں اول و آخر تین، تین دفعہ درود شریف کے ساتھ صبح و شام سات، سات بار پڑھ کر دم کریں اور اگر مریض خود کرے تو وہ پہلے اپنے دائیں کان کا تصور کرکے دائیں کندھے پر دم کرلے اور پھر بائیں کان کا تصور کرکے بائیں کندھے پر دم کرلیں۔

نوٹ: انتہائی سخت پریشانی اور بیماری کی صورت میں یہی عمل ہر گھنٹہ بعد کریں۔

جنات اور سایہ کی شکایت دور

ایک بزرگ فرمانے لگے کہ میری بہو کو جنات اور سایہ کی شکایت تھی، جس کی وجہ سے وہ خود بھی بہت زیادہ پریشان رہتی تھی اور گھر والوں کو بھی بہت پریشان کرتی تھی۔ میں نے اذان والا عمل بتایا، مسلسل اذان دینے سے اب اس کی حالت بہتر ہے اور وہ ٹھیک ہوگئی ہے۔

بجلی کے کرنٹ سے حفاظت

میں واپڈا کے محکمے میں ملازم ہوں، میں 11000 KV پر کام کررہا تھا کہ مجھے بجلی کا جھٹکا لگا لیکن محفوظ رہا کیونکہ میں نے کام شروع کرنے سے قبل 11 مرتبہ یَا حَفِیْظُ پڑھ لیا تھا۔ جس کی بدولت جان لیوا کرنٹ سے میری حفاظت ہوگئی۔(اورنگ زیب صاحب)

سورۃ الفیل سے مالی مشکلات ٹل گئیں

جب میں 3 سال پہلے درس پر آنا شروع ہوا تو مجھے بہت زیادہ پریشانیاں اور مالی مشکلات تھیں۔ یہاں آکر بہت روحانیت ملی اور حضرت صاحب نے مجھے سورۃ الفیل کا ذکر بتایا، جس سے میری مالی مشکلات ٹل گئیں اور معاملات حل ہونا شروع ہوگئے۔ درس کی برکت سے میں اعمال کی دنیا میں آگیا اور بیعت ہونے کی سعادت بھی حاصل کی، اس سے قبل میرا کاروبار بالکل بند تھا، لیکن درس کی حاضری سے اور کلام الٰہی سے کاروباری وسعت و برکت ملی۔

سورۃ الفیل ہر موذی صفت رکھنے والی چیز سے چھٹکارا پانے کے لیے بھی بہت مجرب ہے، خواہ وہ موذی بیماری ہو یا جانور بعد نماز عشاء تین سو تیرہ مرتبہ چالیس روز تک پڑھنے سے انشاء اللہ بلڈ پریشر شوگر جیسی بیماریوں سے چھٹکارا مل جائیگا۔(ندیم صاحب)

پریشانی ٹل گئی

ایک صاحب بتانے لگے کہ حضرت جی آپ نے درس میں بتایا تھا کہ جب بھی کوئی پریشانی ہو عشاء کی نماز کے بعد مسجد میں یا گھر میں ننگے سر ہوکر کھلے آسمان کے نیچے" یَا مُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ سَبِّبْ لِیَ الْخَیْرَ" پڑھیں آپ نے یہ عمل بتایا تھا، ہمارے ایک دوست بھائی نوید صاحب احمد پور میں تھے وہ ریڑھی لگاتے تھے، حکومتی ادارے نے بازار میں ریڑھیاں ہٹوا دیں انہوں نے 700 مرتبہ یہ دعا اول و آخر درود شریف گیارہ، گیارہ بار چالیس روز عشاء کی نماز کے بعد کھلے سر، کھلے آسمان کے نیچے پڑھی وہ کہتے ہیں کہ میں اس عمل کی وجہ سے مالی طور پر، بہت زیادہ خوش ہوا۔ اور انھوں نے آپ کی خدمت میں سلام بھی بھجوایا ہے۔

غیبی مدد اور سہولت کا سامان

میں نے سب سے زیادہ جس عمل کا فائدہ پایا وہ سورۂ یٰسین کا ہے، اس عمل کو اہتمام کے ساتھ فجر کی نماز کے بعد بغیر بولے پڑھتا ہوں، سارے دن کے جتنے کام ہیں اللہ پاک اس میں بہت زیادہ برکت، غیبی مدد اور سہولت کا سامان پیدا کردیتا ہے۔ صبح فجر کے بعد ایک دفعہ پڑھنے والے کی دن بھر کی تمام حاجتیں پوری ہوتی ہیں۔(عبدالودود صاحب)

(حضرت جی نے فرمایا" یہ سورۃ قرآن کا دل ہے"۔"سورۃ یٰسین پڑھنے والے کو دس قرآن ختم کرنے کا ثواب ملتا ہے"۔(ترمذی شریف)"اس سورۃ کو مردوں پر پڑھنے کا حکم فرمایا گیا ہے"۔)(نسائی)

باتھ روم کی دعا اور ڈپریشن سے نجات

میں طہارت خانے (باتھ روم) جانے کی دعا 3 سال سے پڑھ رہا ہوں، اس سے قبل بہت زیادہ پریشانی اور تھکاوٹ رہتی تھی ذہنی ڈپریشن رہتا تھا، لیکن اس کے اہتمام کے بعد ذہنی طور پر پرسکون رہتا ہوں اور جسم بھی ہلکا سا محسوس ہوتا ہے۔(محمد بلال)

(حضرت جی نے فرمایا کہ بیت الخلاء کی مسنون دعا یہ ہے:"**اللھم انی اعوذبک من الخبث والخبائث**"

حدیث پاک میں ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ ان بیت الخلاؤں میں شیاطین موجود ہوتے ہیں (ابوداؤد)۔ جب کوئی شخص یہ دعا پڑھ لیتا ہے تو وہ ان شیاطین وجنات سے محفوظ ہوجاتا ہے۔)

سفر کی حفاظت کا وظیفہ

میں دوران سفر 11 مرتبہ"یَا حَفِیْظُ"اور گھر سے نکلنے کی مسنون دعا اور قرآن پاک کی آخری 6 سورتوں کا اہتمام سفر شروع کرتے ہوئے کرتا ہوں، الحمدللہ اس کی برکت سے نہایت فائدہ ہوا ہے اور کبھی بھی نقصان نہیں ہوا۔ ایک توجہ پر حضرت کا جو بیان تھا، اس دن میں نہیں آیا تھا بہن ہسپتال میں تھی، میں نے سوچا پریشانی ہے، حضرت نے توجہ پر بیان فرمایا تھا آج توجہ سے ذکر کرنا چاہیے، اللہ پاک کے فضل سے بہت عافیت ہوگئی۔(محمد بلال)

کمر کے مہروں کے درد میں کمی

ایک صاحب بتاتے ہیں کہ ہمارے گھر میں کام کرنے والی آتی ہے، اس کے شوہر کی کمر کے 7 مہرے ہل گئے ہیں، وہ مسلسل چارپائی پر لیٹے رہتے ہیں اور کام کاج نہیں کر سکتے ، وہ رات کو درد کی شدت کی وجہ سے نہ تو خود سو سکتے ہیں اور نہ ہی گھر والوں کو سونے دیتے ہیں اور غلیظ گالیاں بکتے ہیں۔ میں نے انہیں صبح وشام دائیں اور بائیں کان میں سات ،سات مرتبہ اذان اور سورۃ المؤمنون کی آخری چار آیات والا عمل بتایا، انہوں نے شروع ہی کیا تو وہ پرسکون ہو گئے۔اب خاموشی سے لیٹے رہتے ہیں اور کسی کو تنگ نہیں کرتے اور کل رات وہ مریض اس عمل کی برکت سے سکون سے سویا ہے۔ (راشد فہیم صاحب)

گمشدہ بچے مل گئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں ضلع سرگودھا سیال موڑ کے قریب رہتا ہوں پچھلے ہفتے کا واقعہ ہے کہ ہمارے گاؤں کے ایک گھر کے دو لڑکے غائب ہو گئے (گم ہو گئے) میں نے ان سے فون پر پوچھا اور انہیں سورۂ کوثر کا عمل بتایا اول وآخر سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ 129 مرتبہ سورۂ کوثر کا عمل کریں، انہوں نے کہا کیا چلتے پھرتے دن بھر کھلا بھی پڑھنا ہے، صبح وشام کے علاوہ بھی کرنا ہے؟۔میں نے کہا: ہاں! چلتے پھرتے بھی کھلا پڑھیں ،یعنی ایک سوا لاکھ مکمل کریں، انہوں نے ابھی شروع ہی کیا تھا کہ ایک بچہ ملا اور دوسرا بچہ دوسرے دن مل گیا یہ سب کلام الٰہی کی برکت ہے۔

ذکر الٰہی سے مسائل حل ہو گئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ ایک عورت کی بیٹی بے آباد ہو کر اس کے گھر واپس آ گئی عورت بہت زیادہ پریشان تھی کیونکہ اس کا داماد باہر کے ملک امریکہ میں مقیم تھا اور بہت دولت مند اور خوبصورت بھی تھا، لیکن اس کی بیٹی کو واپس بھیج دیا تھا۔ میں نے اسے حضرت حکیم صاحب کے پاس بھیج دیا، حضرت نے اسے ذکر دیا۔اس نے پڑھنا شروع کر دیا چند دن بعد ملی اور بتایا کہ اس کا داماد خود آ کر اس کی بیٹی کو واپس لے گیا ہے ۔وہ ذکر دوانمول خزانے کا تھا، اس کو انہوں نے نہایت ہی توجہ ودھیان سے پڑھا۔جس پر اللہ پاک نے ان کا نہایت ہی پریشان کن مسئلہ آسان کر دیا۔ (دوانمول خزانہ کتاب کے آخر میں درج ہے) (عبدالودود صاحب)

سخت مقدمات سے نجات مل گئی

حضرت صاحب ایک مرتبہ جہانیاں تشریف لے گئے تھے ،حضرت نے مجھے ایک عمل کی اجازت دی وہ ذکر تھا (لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ) میرے ایک دوست نمبردار تھے فوت ہو گئے ان کے بچوں پر ناجائز 12/10 مقدمات ہو گئے وہ 2 ماہ بعد مٹھائی کا ڈبہ ہاتھ میں لے کر آئے اور کہا کہ آپ نے جو ذکر بتایا تھا، اس کی برکت سے ہمارے مقدمات ختم ہو گئے ہیں۔

میں نے یہ عمل کیا اور لوگوں کو بھی بتایا۔ایک عورت میرے پاس آئی کہنے لگی: میرا شوہر میری طرف رجوع نہیں کرتا وہ دوسری شادی کرنا چاہتا ہے۔ میں نے اسے یہی عمل بتایا اور کہا کہ نماز کی پابندی کرو، وہ عورت 2 ماہ کے بعد واپس آئی اور کہا کہ اب میرا شوہر ٹھیک ہو گیا ہے اور ہم ہنسی خوشی زندگی گزار رہے ہیں۔یہ عمل میں نے کئی اور لوگوں کو بھی بتایا اور ان کو اس عمل سے بہت ہی فائدہ ہوا۔

مزید بتانے لگے بتاتے ہیں ہمارے یہاں کے ایک مولانا صاحب پر دہشت گردی کا جھوٹا مقدمہ ہوا، ان کے مخالفین کہتے تھے، اب یہ مولوی نہیں بچے گا، انہوں نے حضرت سے رابطہ کیا حضرت نے (لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ) کا ذکر بتایا وہ یہ ذکر کرتے رہے انہوں نے خود کو عدالت میں پیش کیا کیونکہ وہ مفرور تھے اور ایک ہی ماہ میں اس ذکر کی برکت سے بری ہو کر گھر آ گئے۔

(صوفی حاجی جاوید صاحب جہانیاں)

ذکر کا طریقہ یہ ہے کہ ہر پل ہر سانس اس وظیفے کو پڑھا جائے اپنا مقصد ذہن میں رکھ کر پڑھا جائے اور سوا لاکھ کا ختم کیا جائے اسکے بعد عمل کی تاثیر برقرار رکھنے کے لیے ایک، ایک تسبیح صبح شام پڑھ لی جائے۔

جسمانی درد اور جنات سے حفاظت

گوجرانوالہ کے ایک وکیل صاحب نے ایک عمل کا مشاہدہ کافی عرصے سے کیا ہے یہ راز داری کا عمل ہے اور کافی لوگوں کو فائدہ ہوا ہے، وہ عمل یہ ہے۔یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَارَقِیْبُ، یَاوَکِیْلُ، یَانَاصِرُ، یَابَصِیْرُ، یَااَللّٰہُ، یَااَللّٰہُ، یَااَللّٰہُ کسی بھی قسم کی درد ہو اسے روزانہ گیارہ مرتبہ پڑھنے سے وہ درد بھی اور اس کی وجہ بھی ختم ہو جاتی ہے۔اگر جنات حاضر نہ ہو رہے ہوں یا اڑی کر رہے ہوں تو 21 مرتبہ پڑھ لیں ان کی اڑی ختم ہو جاتی ہے اور اگر کسی مریض نے خود دیکھنا ہو کہ اس کے ساتھ کیا معاملہ ہے تو یہ پڑھ کر 101 مرتبہ اول وآخر درود شریف تین دفعہ اپنے اوپر پھونکے۔وہ خود دیکھ لیتا ہے کہ کیا معاملہ ہے۔(یہ تاثیر عام طور پر عامل حضرات کو حاصل ہوتی ہے)

جنات اور سایہ کی شکایت دور

ایک بزرگ فرمانے لگے کہ میری بہو کو جنات اور سایہ کی شکایت تھی، جس کی وجہ سے وہ خود بھی بہت زیادہ پریشان رہتی تھی اور گھر والوں کو بھی بہت پریشان کرتی تھی۔میں نے اذان والا عمل بتایا، مسلسل اذان دینے سے اب وہ ٹھیک ہو گئی ہے۔

مجالس مجذوبی میں بیان کیے گئے لوگوں کے حیرت انگیز فوائد اب کتابی شکل ”مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات“ کی جلد اول میں شائع ہو چکے

شوگر کا علاج

میرے ملنے والے ایک بزرگ نے ایک عجیب بات فرمائی کہ ہمارے ملنے والے ایک بزرگ شیخ الحدیث ہیں ان کو خواب میں نبی کریم ﷺ کی زیارت ہوئی تو ان بزرگ شیخ الحدیث صاحب مدظلہ نے عرض کیا اے اللہ کے رسول ﷺ! میں عرصے سے شوگر کا مریض ہوں کیا اس کا کوئی علاج نہیں؟ فرمایا علاج ہے۔ **”اور وہ یہ ہے کہ صبح نہار منہ عرق گلاب کے دو چمچ حسب خواہش پانی میں ملا کر پی لیا کرو“** احقر نے یہ خواب اپنے بڑے بھائی کو آ کر سنایا۔حضرت نے فرمایا کہ شرح بخاری میں ایک روایت ہے کہ گلاب کا پھول آنحضرت ﷺ کے پسینہ مبارک سے وجود میں آیا۔قارئین کرام میں نے اس خواب کا تذکرہ علماء، حکماء، صوفیا کے سامنے پیش کیا الحمدللہ! ہر طرف اس نسخہ پر عمل کرنے سے عظیم فائدے ہو رہے ہیں۔احقر نے خود بھی استعمال کیا عظیم نفع ہوا' قارئین کی خدمت میں یہ عظیم تحفہ پیش خدمت ہے۔

(قاری مظہر حسین' منڈی جہانیاں)

حکیم سعید احمد' بہاولپور

سردی کے امراض سے بچاؤ کیلئے نایاب ترین نسخے

صبح وشام ایک ایک چمچہ صبح نہار منہ اور شام کو عصر کے وقت استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ جن عورتوں کے چہرے پر چھائیاں خون کی کمی کی وجہ سے پڑجاتی ہیں اور جن عورتوں کو ماہواری زیادہ ہو اور انہیں خون کی کمی ہوجاتی ہے

چہرے کی خوبصورتی کیلئے

ابریشم سفید 20 گرام' صندل سفید 20 گرام' گاؤزبان 20 گرام' ٹاٹری (ست لیموں) 5 گرام' آب انار 250 گرام' آب کنوں 250 گرام' آب سیب 250 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام جڑی بوٹیوں کا جوشاندہ نکال کر حاصل شدہ جوشاندہ میں چینی 750 گرام ڈال کر شربت تیار کریں ٹاٹری یعنی کہ لیموں کا ست شربت بناتے وقت ڈالیں۔ شربت تیار ہے۔

طریقہ استعمال: صبح وشام ایک ایک چمچہ صبح نہار منہ اور شام کو عصر کے وقت استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ جن عورتوں کے چہرے پر چھائیاں خون کی کمی کی وجہ سے پڑجاتی ہیں اور جن عورتوں کو ماہواری زیادہ ہو اور انہیں خون کی کمی ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے چہرے پر چھائیوں کے دھبے پڑجاتے ہیں ایسی بہت سی خواتین کو یہ نسخہ استعمال کرایا ہے ان کو بہت زیادہ فائدہ ہوا اور ان کے چہرے بالکل صاف ستھرے ہوگئے ہیں۔ یہ نسخہ کم از کم دو ماہ استعمال کروائیں۔ یہ مستقل علاج ہے۔

موسم سرما کیلئے نایاب پھکی

یہ پھکی خاص ان افراد کیلئے ہے جن کی سردیاں ایک عذاب کی طرح گزرتی ہیں' سردیوں میں جن کے ہاتھ پاؤں سردی کی وجہ سے سوج جاتے ہیں' اور سردی میں گھر سے باہر نہیں نکلنا چاہتے۔ جن کو سردی میں زکام' نزلہ اور بخار ہوجاتا ہے وہ یہ پھکی استعمال کریں۔ ہم نے بہت لوگوں پر آزمائی ہے اور اللہ نے سب کو شفاء دی ہے۔ آپ بھی استعمال کریں اور دعا دیں۔

نسخہ یہ ہے: زیرہ سفید 1000 گرام' کچور 250 گرام' ہڑ ہڑ زرد 1000 گرام' آملہ مقشر 400 گرام' بہیڑے 500 گرام' کالی مرچ 250 گرام' سنڈھ 250 گرام' دارچینی 200 گرام' لونگ 150 گرام' نشادر ٹھیکری 500 گرام' سناء مکی 1000 گرام' اجوائن دیسی 300 گرام' کالا نمک 1000 گرام' ٹاٹری دانے دار 50 گرام' سوڈا میٹھا 500 گرام' نمک شیشہ 500 گرام' آمچور 1000 گرام' ست پودینہ 50 گرام' ست اجوائن 50 گرام' سونف 500 گرام۔ ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کرلیں۔

کھانا کھانے کے بعد ایک چمچ نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اس پھکی سے بدہضمی' گیس' تبخیر معدہ' دائمی قبض' تیزابیت' جلن وغیرہ نہیں ہوتی۔

معجون دماغی (10 دن میں مرض نسیان دور)

نسخہ: کشتہ مرجان 30 گرام' عودلکڑ 15 گرام' گاؤزبان 100 گرام' باورنجبویہ 30 گرام' صندل سفید 50 گرام' پھول گلاب 50 گرام' تخم بلنگو 30 گرام' چھڑچھڑیلہ 50 گرام' بہمن سفید 30 گرام' بہمن سرخ 30 گرام' درنج عقربی 50 گرام' کشنیر 50 گرام' تودری سرخ 50 گرام' دارچینی 50 گرام' الائچی کلاں 50 گرام' آملہ مقشر 50 گرام' تخم خرفہ 50 گرام' شہد ساڑھے 3 کلو۔

تیاری نسخہ: ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کریں اور شہد میں معجون بنائیں۔ **افعال واستعمال:** پانچ پانچ گرام صبح وشام نہار منہ استعمال کریں۔ اگر آپ دس دن مغز بادام کو رات کے وقت پانی بھگو دیں۔ صبح ان تمام مغز بادام کو چھیل لیں اور پھر ان باداموں کو کوٹ کر ایک دو کپ دودھ لے کر ان کوٹے ہوئے باداموں دودھ میں ڈال دیں جب ایک یا دو ابال آجائے تو اس دودھ کو اتار لیں۔ ایک چمچہ معجون دماغی کا نوش فرمائیں اور اوپر سے بادام والا دودھ پییں انشاءاللہ دس دن میں ہی آپ کو نسیان یعنی بھول جانا ٹھیک ہوجائے گا اور نظر بھی ٹھیک ہونا شروع ہوجائے گی۔

اس نسخہ سے اللہ کے کرم سے بہت سے بچے حافظ قرآن بنے اور بڑوں کی بھی اس معجون کے کھانے سے یادداشت ٹھیک ہوجاتی ہے اور سینکڑوں بچے ایسے تھے جن کو یاد نہیں ہوتا تھا لیکن اب اس معجون کے استعمال سے وہ بالکل ٹھیک ہیں اور بہت جلد سبق یاد کرلیتے ہیں۔ میں نے آج تک جس کسی کو بھی نسیان کے مرض کیلئے اس معجون کا بتایا اللہ نے اس کو شفاء ضروری دی ہے۔ آپ بھی استعمال کریں اور فائدہ اٹھائیں۔

تریاق نزلہ (نزلہ وزکام کا مؤثر ترین نسخہ)

نسخہ: اجوائن خراسانی 300 گرام' اسطخدوس 50 گرام' پوست خشخاش 300 گرام' تخم کاہو 200 گرام' کشنیز خشک 100 گرام' تخم خشخاش 400 گرام' گل گاؤزبان 100 گرام' رب السوس 50 گرام' گوند کتیرا 50 گرام' گل سرخ 50 گرام' گوند کیکر 50 گرام' مرکی 50 گرام' نشاستہ گندم 50 گرام' چینی 3 کلو' ست لیموں 3 گرام۔

ترکیب بناوٹ: پہلی سات دواؤں کو رات کے وقت پانی چھ لیٹر میں بھگو کر رکھیں۔ صبح کو جوش دیں جب پانی تقریباً آدھا رہ جائے تو اس کو مل کر چھان لیں اور اس میں چینی اور ست لیموں مقررہ مقدار میں ڈالیں اور قوام بنائیں۔

آگ سے نیچے اتار کر خمیرہ کی مانند گھوٹیں اور باقی دواؤں کا سفوف بنا کر تھوڑا تھوڑا ڈال کر ڈربی سے ہلاتے جائیں جب یہ سفوف حل ہوجائے تو محفوظ کرلیں۔

خوراک مقدار: صبح وشام ایک ایک چمچہ چائے والا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔

جس مریض کو بھی دیا ہے اللہ نے اس کو ٹھیک کیا ان میں سے کئی ڈاکٹروں اور حکیموں سے مایوس ہوچکے تھے لیکن جب ان کو یہ نسخہ استعمال کرایا گیا تو اللہ نے ان کو چند ہی دنوں میں شفاء یابی دی۔ نزلہ زکام چاہے سردی کا ہو یا گرمی کا یہ نسخہ بے حد مجرب ہے

دائمی نزلہ زکام کا روحانی پھکی سے علاج

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ بہت زبردست ہے اور آپ کی بنائی ہوئی ادویات اس سے بھی زیادہ زبردست اور تیر بہدف ہیں۔ میں تقریباً 8 سال سے دائمی نزلہ وزکام کا مریض تھا۔ ہر قسم کا انگریزی و دیسی علاج کروا کروا کر تنگ آچکا تھا۔ لیکن نزلہ وزکام میری جان ہی نہیں چھوڑ رہا تھا۔ ایک مرتبہ میں عبقری رسالہ کا مطالعہ کررہا تھا تو اس میں میں نے روحانی پھکی کے فوائد پڑھے۔ میں نے عبقری کے دفتر سے جاکر صرف 10 روپے میں روحانی پھکی حاصل کی اور میں نے وہاں کاؤنٹر پر موجود شخص سے نزلہ وزکام میں اس کے استعمال بارے پوچھا تو انہوں نے اس کا قہوہ بنا کر پینے کا مشورہ دیا۔ محترم حکیم صاحب! جب میں نے روحانی پھکی کا قہوہ بنا کر استعمال کیا تو میں حیران رہ گیا صرف ایک بار پینے سے ہی میرے جسم کو جیسے سکون سا مل گیا ہو۔ اس کے بعد تقریباً میں نے پندرہ دن مستقل استعمال کی اور اب میں نزلہ وزکام سے مکمل نجات پاچکا ہوں۔ (محمد شعیب' لاہور)

شادیوں میں غیر اسلامی حرکتوں کا وبال

ڈاکٹر عبدالغنی فاروق

ڈاکٹر صاحب بہت شرمندہ ہوئے کہنے لگے ”ہم یہاں نئے آئے ہیں محلے والوں نے جیسے مشورہ دیا ہم نے عمل کرلیا لیکن اب تو یہ رسمیں اس معاشرے کا حصہ بن گئی ہیں ان سے بچنا ممکن نہیں رہا“ لیکن ایک پڑھے لکھے دیندار شخص کو ان سے احتراز کرنا چاہیے تھا

میرے دوست سے ایک مرتبہ میری بحث ہورہی تھی کہ موجودہ حالات میں بچیوں کے رشتوں کا بڑا بحران ہے اور اچھے رشتے بہت کم یاب ہیں۔ اس پر موصوف محترم نے بتایا کہ رشتوں کا بحران تو ہے ہی لیکن انتہائی تشویش کی بات یہ ہے کہ جو رشتے ہورہے ہیں وہ محفوظ نہیں رہتے اور اکثر وبیشتر طلاق پر منتج ہورہے ہیں۔ میں یہ تو نہیں جانتا کہ متذکرہ شادیاں ناکام کیوں ہوئیں نہ میں ان کی وجوہ معلوم کرسکا ہوں لیکن کئی مثالوں کی روشنی میں یہ گمان رکھتا ہوں کہ جن شادیوں میں نمائش اور اسراف کا مظاہرہ ہوتا ہے اور بے پردگی اور ناچ گانے کا کلچر اختیار کیا جاتا ہے وہاں لازماً اللہ کی ناراضگی طاری ہوجاتی ہے اور معاملات سے برکت اٹھ جاتی ہے۔ میرے مشاہدے میں اس طرح کے کئی واقعات ہیں جن میں ایک قارئین کی خدمت میں پیش کررہا ہوں۔

ڈاکٹر عبدالعلیم میرے کلاس فیلو اور دوست ہیں۔ وہ کافی عرصہ سعودی عرب میں رہے چنانچہ انہوں نے وہاں خوب دولت کمائی لیکن بالآخر وطن واپس آگئے اور لاہور میں رہائش اختیار کرلی۔ یہاں انہوں نے ایک معروف بستی میں مکان خرید لیا‘ قریب ہی ذاتی ہسپتال بنالیا اور اس طرح آسودگی کی زندگی گزارنے لگے۔ ڈاکٹر صاحب کی دو بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔ انہوں نے بڑی بیٹی کی شادی اپنی بیگم کے سگے بھتیجے سے کی۔ دولہا میاں نے مطالبہ کیا کہ اس کی بارات ہلٹن ہوٹل میں اترے گی۔ چنانچہ وزیرآباد سے تین سو باراتیوں کی فوج ظفر موج ہلٹن میں وارد ہوئی۔ ڈاکٹر صاحب نے مجھے بھی مع خاندان شمولیت کی دعوت دی تھی۔

میں نے مختلف ہوٹلوں میں شادی کی کئی تقریبات میں شرکت کی لیکن یہ تقریب منفرد اور یکتا تھی۔ ڈاکٹر عبدالعلیم نے خوب دل کھول کر پیسہ لٹایا تھا۔ کھانوں کی اتنی ورائٹی اور کثرت میں نے کبھی کہیں نہیں دیکھی۔ آٹھ قسم کی تو میٹھی چیزیں تھیں ہر قسم کے گوشت تھے اور پوری محفل رنگ ونور میں نہائی ہوئی تھی۔ لیکن میرے لیے جو منظر بے حد تعجب اور تکلیف کا سبب بنا وہ دلہن اور ڈاکٹر صاحب کے خاندان کے جلوس کی آمد کا انداز ہے۔ انتہائی تیز روشنیوں اور کیمروں کے جلوس میں دلہن ہال میں داخل ہوئی مکمل میک اپ اور مکمل بے پردگی‘ اس کے پیچھے ڈاکٹر صاحب کی بیگم گلے میں دوپٹہ ڈالے اور بال کھلے چل رہی تھی اور اس کے پہلو میں ان کی چھوٹی جوان بیٹی دلہن کا ثانی بنی خراماں خراماں چل رہی تھی اس کے بھی بال کھلے تھے اور لال بھبھوکے چہرے کے ساتھ سینکڑوں لوگوں کو دعوت نظارہ دے رہی تھی۔ ان کے عقب میں ڈاکٹر صاحب نوعمر بیٹے کے ساتھ شرمندہ شرمندہ سر جھکائے چہل قدمی کے انداز میں محو خرام تھے۔ کھانے سے فارغ ہوکر میں نے ڈاکٹر صاحب سے الوداعی ملاقات کی‘ ان کا شکریہ ادا کیا اور شکایت کی: ”ڈاکٹر صاحب آپ اتنا عرصہ سعودی عرب میں رہے ہیں دینی مزاج رکھتے ہیں‘ پھر آپ نے یہ حرکت کیوں کی؟ بے پردگی اور نمائش کا یہ مظاہرہ نہیں ہونا چاہیے تھا۔“

ڈاکٹر صاحب بہت شرمندہ ہوئے کہنے لگے ”ہم یہاں نئے آئے ہیں محلے والوں نے جیسے مشورہ دیا ہم نے عمل کرلیا لیکن اب تو یہ رسمیں اس معاشرے کا حصہ بن گئی ہیں ان سے بچنا ممکن نہیں رہا۔“ لیکن ایک پڑھے لکھے دیندار شخص کو ان سے احتراز کرنا چاہیے تھا کہ یہ باتیں اللہ کو پسند نہیں ہیں۔“ میں اپنا فرض ادا کرکے واپس آگیا اور بہت دیر تک ڈاکٹر صاحب سے ملنے کو جی نہ چاہا۔ تقریباً ایک سال گزر گیا۔ میں ایک مرتبہ اتفاق سے اس بستی میں گیا جہاں ڈاکٹر صاحب کا گھر اور ہسپتال تھا تو موصوف سے بھی ملاقات ہوگئی میں خیر خیریت اور خصوصاً اس بیٹی کے بارے میں پوچھا جس کی گزشتہ برس شادی ہوئی تھی تو ڈاکٹر صاحب کہنے لگے اس بے چاری کا کیا پوچھتے ہو‘ اسے تو چھ ماہ بعد ہی طلاق ہوگئی تھی۔ مجھے جیسے کرنٹ لگا مگر یہ حادثہ کیسے ہوا؟ دولہا تو آپ کا قریبی عزیز تھا۔ یہی تو المیہ ہے فاروق صاحب! اس ظالم نے کھڑے کھڑے کہہ دیا مجھے یہ لڑکی پسند نہیں حالانکہ وہ اس کیلئے ہرگز اجنبی نہیں تھی اور شادی سے پہلے اس نے اسے بارہا دیکھا تھا‘ لیکن تقدیر اٹل ہے اس پر کسی کا بس نہیں۔

میں خاموش رہا لیکن کاش میں ڈاکٹر صاحب کو بتاسکتا کہ نہیں حضرت! اللہ کی تقدیر اندھی بہری نہیں ہے یہ انسانوں کے اچھے برے اعمال کے تناظر میں حرکت کرتی ہے۔ ایک شخص سب کچھ جانتے بوجھتے‘ معلومات رکھتے ہوئے اگر اللہ کی بغاوت پر تل جائے اور تہیہ کرلے کہ وہ خالق اکبر کے قوانین کا مذاق اڑائے گا تو پھر اللہ کی رحمت ایسے شخص سے روٹھ جایا کرتی ہے۔

شادی رکاوٹ ڈالنے والے جادو کا علاج

اگر اس پر مرگی کا دورہ نہ پڑے اور اسکے جسم میں کچھ تبدیلیاں رونما ہوں تو اسے مندرجہ ذیل تعلیمات دیں

علامات: دائمی سر درد‘ سینے میں شدید گھٹن کا احساس‘ خاص طور پر عصر کے بعد سے لیکر آدھی رات تک‘ منگیتر کو بدصورت منظر میں دیکھنا‘ بہت زیادہ پریشان خیالی‘ نیند کے دوران بہت زیادہ گھبراہٹ‘ کبھی کبھی معدے میں شدید درد‘ پیٹھ کی نچلی ہڈیوں میں درد۔

اس جادو کا علاج: مریضہ پر پہلی قسم میں دم والی سورتیں (فلق وناس) پڑھیں اگر اس پر مرگی کا دورہ پڑ جائے اور جن بولنے لگ جائے تو اس کیساتھ اسی طریقے سے نمٹیں جو ’سحر تفریق‘ میں بیان کردیا گیا ہے۔

☆ اگر اس پر مرگی کا دورہ نہ پڑے اور اسکے جسم میں کچھ تبدیلیاں رونما ہوں تو اسے مندرجہ ذیل تعلیمات دیں:۔

☆ وہ شرعی پردے کی پابندی کرے۔ ☆ نمازیں ان کے اوقات میں ادا کرنے پر ہمیشگی کرے۔

☆ گانے اور موسیقی وغیرہ نہ سنے۔ ☆ سونے سے پہلے وضو کرلے اور آیۃ الکرسی کی تلاوت کرے۔

☆ معوذات کی تلاوت کے بعد اپنی ہتھیلیوں میں پھونکے پھر انہیں پورے جسم پر مل لے۔

☆ ایک گھنٹے کی کیسٹ میں آیۃ الکرسی کو بار بار ریکارڈ کریں جسے وہ روزانہ ایک بار سنتی رہے۔

☆ ایک دوسری کیسٹ میں معوذتین (الفلق‘ الناس) کو بار بار ریکارڈ کریں اور اسے بھی روزانہ ایک بار سننے کی تلقین کریں۔ ☆ پانی پر دم کرکے اسے دیدیں‘ جس سے وہ ہر تیسرے دن پیتی اور غسل کرتی رہے۔ ☆ نماز فجر کے بعد 100 مرتبہ یہ دعا پڑھا کرے۔ لَآ اِلٰـهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَیْءٍ قَدِيْرٌ عورت ان تعلیمات پر مکمل ایک مہینہ عمل کرے اس کے بعد انشاءاللہ اسے مکمل شفاء نصیب ہوجائیگی اور جادو ٹوٹ جائیگا۔

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ”کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں“ نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع‘ آپ کا صدقہ جاریہ)

ڈاکٹر عامر/ لاہور

ایک آسان‘ مفید اور صحت بخش ورزش

اس سے پہلے کہ آپ یہ ورزش کریں‘ یہ اطمینان کرلیں کہ آپ کسی شدید مرض کا شکار تو نہیں ہیں۔ اس کیلئے بہترین وقت حوائج سے فراغت کے بعد صبح کا ہوتا ہے۔ یوگا کی ورزشوں سے پہلے غسل کرنا بھی مناسب ہوتا ہے اس کے بعد پیٹ بھر پانی پینا چاہیے

اچھی صحت کیلئے ورزش بہت ضروری ہے۔ صحت مند افراد ورزش کرکے اپنی صحت مزید بہتر اور مستحکم کرتے ہیں اور خراب صحت والے بھی سوجھ بوجھ اور اعتدال کے ساتھ مختلف ورزشوں کے ذریعے سے اپنی کھوئی ہوئی صحت بحال کرسکتے ہیں۔

ورزشیں کئی طرح کی ہوتی ہیں۔ جدید ورزشوں کیلئے مختلف مشینیں استعمال ہوتی ہیں۔ ان کے ذریعے سے ورزشوں کا زیادہ تر مقصد جسم کی خوشنمائی اور طاقت ہوتی ہے۔ یہ ورزشیں خوشحال ملکوں میں عام ہیں اور وہاں کے لوگوں کیلئے ان کا کرنا آسان بھی ہے۔ ہمارے ہاں تو ٹینس کا کھیل بھی مہنگے کھیلوں میں شمار ہوتا ہے‘ اس لیے صدیوں کی آزمودہ ورزشیں ہی ہمارے لیے مناسب اور مفید ہیں۔ ان میں یوگا کی صدیوں پرانی ورزشیں یوں بھی قابل قدر ہیں کہ اب انہیں سائنس اور تحقیق بھی مفید قرار دے رہی ہے اور ان کے بارے میں کیے جانے والے دعوؤں کی تصدیق ہو رہی ہے۔

سروَنگ آسن‘ یوگا ورزش ہے۔ اس کے لفظی معنی ”پورے جسم کی ورزش“ کے ہیں۔ چونکہ اس میں کندھوں کے بل جسم کو بلند کیا جاتا ہے‘ اسے کندھوں کی ورزش بھی کہتے ہیں۔ اس ورزش کا شمار یوگا کی اعلیٰ اور بہترین ورزش کے طور پر ہوتا ہے بلکہ اس کے ماہرین اور تحقیق سے بھی یہی ثابت ہوا ہے کہ سرآسن کے مقابلے میں یہ بہت زیادہ مفید ہے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ اس زمین پر دو قسم کی برقی لہریں اثر انداز رہتی ہیں‘ مثبت اور منفی۔ مثبت لہریں بالائی سطح پر کارفرما رہتی ہیں اور منفی لہریں زمین پر۔ یہ لہریں یا برقی طاقت نظر نہیں آتی‘ لیکن اس برقی مقناطیسیت کی موجودگی کو تسلیم ضرور کیا جاتا ہے۔ اس کی مقدار ایک میٹر میں 110 سے 150 وولٹ ہوتی ہے۔ ہر جان دار کے جسم کی طرح ہمارے بدن میں بھی برق پاش (الیکٹرولائٹس) کارفرما رہتے ہیں اور حیاتی طبیعیات (بایوفزکس) کے مطابق ہر جسم کے خلیات میں ان لہروں کو اساس یا بنیادی حیثیت حاصل ہوتی ہے اور اس طرح زندگی یا حیات کے تسلسل اور بقا سے ان کا بڑا گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اس برقی قوت کی ہر جاندار کے جسم میں بڑی اہمیت ہوتی ہے۔

زمین پر چلنے پھرنے کی صورت میں ہمارے جسم پر یہ دونوں برقی بار اثر انداز ہوتے ہیں۔ زمین سے ہمیں منفی بار ملتا ہے تو اوپر سے آنے والا مثبت بار اوپر سے نیچے کی طرف بہتا یا چلتا رہتا ہے۔ اس عمل کو الٹ دینے سے یعنی سر نیچے اور جسم اوپر کردینے سے ان دونوں میں جو تصادم ہوتا ہے اس سے جسم کے خلیات میں زبردست توانائی پیدا ہوجاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سروَنگ آسن کو ”آسنوں کا راجہ“ قرار دیا جاتا ہے اور اسے ٹھیک انداز میں کرنے والے توانا اور صحت مند رہتے ہیں۔

اس سے پہلے کہ......!

اس سے پہلے کہ آپ یہ ورزش کریں‘ یہ اطمینان کرلیں کہ آپ کسی شدید مرض کا شکار تو نہیں ہیں۔ اس کیلئے بہترین وقت حوائج سے فراغت کے بعد صبح کا ہوتا ہے۔ یوگا کی ورزشوں سے پہلے غسل کرنا بھی مناسب ہوتا ہے اس کے بعد پیٹ بھر پانی پینا چاہیے اور کچھ دیر بعد گہرے سانس لینے کی ورزش (پرانا یام) کرنی چاہیے تاکہ خون میں آکسیجن خوب شامل ہوجائے۔

طریقہ:۔

کسی چادر‘ دری یا قالین پر پیٹھ کے بل (چت) آرام سے لیٹ کر دھیرے دھیرے گہرے سانس لیجئے۔ آپ کے جسم کے کسی حصے میں بھی تناؤ نہیں ہونا چاہیے‘ یعنی جسم بالکل ڈھیلا رہنا چاہیے۔ دونوں پیر ملا کر گھٹنوں میں سے موڑے بغیر انہیں دھیرے دھیرے اٹھا کر 90 زاویے پر لے آیئے اور کمر کو دونوں ہاتھوں سے تھام لیجئے۔ کندھے زمین سے لگے ہوں اور ٹھوڑی سینے سے چھو رہی ہو۔ دونوں ٹانگوں‘ زانوں میں کسی قسم کا تناؤ نہیں ہونا چاہیے۔ اس پوزیشن میں رہتے ہوئے دھیرے دھیرے پانچ چھ مرتبہ گہرے سانس پیٹ کے ذریعے سے لیجئے یعنی پیٹ پچکتا اور پھولتا رہے اب پیر ذرا سامنے لاتے ہوئے دھیرے دھیرے اصل حالت پر آجایئے۔ آپ کا سر فرش پر ٹکا ہونا چاہیے اور توجہ کا مرکز گلے کا اگلا حصہ ہونا چاہیے کیونکہ اسی میں تھائرائڈ گلینڈ ہوتا ہے۔ اسی طرح گردن کا پچھلا حصہ فرش سے لگا رہنا چاہیے۔ اصل پوزیشن پر آنے کے دوران اور جسم کو اوپر اٹھاتے وقت جھٹکے سے کام نہیں لینا چاہیے۔ یہ ورزش تھوڑی دیر جسم کو ڈھیلا چھوڑ کر گہرے سانس لینے کے بعد دوبارہ بھی کی جاسکتی ہے۔ مشق ہوجانے کے بعد اس کا وقت ایک سے بیس منٹ تک کیا جاسکتا ہے۔ تھکن اور اضمحلال دور کرنے کیلئے جب بھی ضرورت ہو یہ کی جاسکتی ہے بشرط یہ کہ کھانا کھائے ہوئے تین گھنٹے ہوگئے ہوں۔

فائدے

اس ورزش سے جسم کے تمام نظام ہم آہنگ رہتے ہیں اور اس کی وجہ سے انسان خوش اور پُرامنگ محسوس کرتا ہے۔ یوں تو اس کی مشق سے کئی امراض دور ہوتے ہیں لیکن خاص طور پر نزلے کی پرانی شکایت اور ناک کی تکالیف کا ازالہ ہوجاتا ہے۔ اس سے بلڈ پریشر‘ چڑچڑے پن اور خفقان قسم کے افراد کو بڑا فائدہ ہوتا ہے۔ اعصابی نظام کی شکست وریخت (نروس بریک ڈاؤن) اور بے خوابی کی تکالیف دور ہوجاتی ہیں۔

چونکہ اس میں جسم کی کشش ثقل میں تبدیلی آجاتی ہے‘ ہضم کے آلات و اعضاء پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ آنتوں کی نقل وحرکت بڑھ جاتی ہے اور قبض دور ہوجاتا ہے۔ اسی طرح مثانے اور مردوں میں اس کے غدود اور خواتین میں ان کے رحم پر بھی اس کے اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اسی طرح گردوں کی کارکردگی بڑھ جاتی ہے۔ مثانے کے غدود پر اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ بالخصوص نوجوانوں کی مخصوص تکالیف یعنی رطوبتوں کے غیرضروری اخراج کا سلسلہ رک جاتا ہے۔

خون کے چہرے اور دماغ کے طرف گردش سے آنکھ‘ ناک‘ کان کو آکسیجن ملا خون ملتا ہے جس سے چہرے کی رونق بڑھ جاتی ہے‘ جھریاں غائب ہوجاتی ہیں‘ تھائرائڈ گلینڈ کی کارکردگی بہتر ہونے سے جسم میں چربی کم ہونے لگتی ہے۔

ورزش کے دوران سانس لیتے رہنے سے پھیپھڑوں میں جمع بلغم اکھڑنے لگتا ہے چنانچہ اس سے سانس کے مریضوں کو بھی بہت فائدہ ہوتا ہے۔ ورزش کے بعد بلغم کے اخراج کو اچھی علامت سمجھنا چاہیے اور ضروری ہو تو تھوڑا شہد دن میں چاٹ لینا چاہیے۔ اسی طرح ٹانسلز اور گلے کی دیگر تکالیف بھی دور ہوجاتی ہیں۔

جسم میں توانائی کی رو کے دوڑنے سے رفتہ رفتہ تمام جنسی اعضاء اور غدود بھی بیدار ہوکر جنسی توانائی میں اضافہ کردیتے ہیں۔ خود اعتمادی‘ جوش اور مضبوط آسودہ اعصاب اور توانا دماغ سے پوری شخصیت میں تبدیلی آجاتی ہے۔

ربیع الاول کی عاشقانہ عبادات

جوکوئی اس مہینہ کی پہلی شب اور پہلے دن 2 رکعت نفل نماز رات کے وقت اور دو رکعت نفل نماز دن کے وقت اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد 7 مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس شخص کو 7 سو برس کی عبادت کا اجر عطا فرمائینگے

ربیع الاول قمری اسلامی سال کا تیسرا مہینہ ہے۔ یہ بڑا متبرک اور فضیلت والا مہینہ ہے۔ اس کی وجہ تسمیہ یہ بیان کی گئی ہے کہ جب شروع میں اس مہینے کا نام ربیع رکھا گیا تو اس وقت موسم ربیع تھا۔ یہ مہینہ خیرات و برکات اور سعادتوں کا مہینہ ہے۔ حضور سرور کائنات ﷺ کی ولادت مبارکہ اسی ماہ میں ہوئی تھی۔

بیس رکعات نوافل: جواہر غیبی میں ہے کہ جو کوئی شخص ماہ ربیع الاول میں بارہ روز تک روح مبارک ﷺ پر ہدیہ اس نماز کا بھیجتا رہے کیونکہ صحابہؓ تابعین اور تبع تابعین رضوان اللہ علیہم اجمعین بھی ان رکعتوں کا ثواب ہدیہ روح قدس کو بھیجا کرتے تھے۔ **ترکیب نماز:** بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ ان نوافل کی مداومت رکھنے والے کو حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زیارت نصیب ہوتی ہے اور پروردگار عالم جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا فرماتا ہے۔ حضور سرور کائنات ﷺ کی شفاعت نصیب ہوتی ہے۔

پہلی شب: جو کوئی اس مہینہ کی پہلی شب اور پہلے دن دو رکعت نفل نماز رات کے وقت اور دو رکعت نفل نماز دن کے وقت اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس شخص کو سات سو برس کی عبادت کا اجر عطا فرمائینگے۔

زیارت رسول اللہ ﷺ: جو کوئی ربیع الاول کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد سولہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ جب تمام نوافل ادا کرے تو نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ قبلہ رخ بیٹھے بیٹھے ایک ہزار مرتبہ یہ درود پاک پڑھے:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدِ نِ النَّبِيِّ الْاُمِّيِّ وَ رَحْمَةُ اللهِ وَ بَرَكَاتُهٗ

پڑھنے کے بعد باوضو حالت میں ہی پاک صاف بستر پر بغیر کسی سے کوئی کلام کیے سو جائے انشاء اللہ تعالیٰ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زیارت کا شرف حاصل ہوگا۔

دوسری شب: ربیع الاول کی دوسری شب نماز مغرب کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 3،3 بار سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد 11 بار یہ درود پاک پڑھے:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ وَّ بَارِكْ وَسَلِّمْ بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ

پھر بارگاہ الٰہی میں اپنے مقصد و مطلب کے حصول کیلئے دعا مانگے جو بھی جائز دعا مانگے انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

تیسری شب: اس ماہ کی تیسری شب کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھنی چاہیے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی اور تین تین بار سورۂ طٰہٰ و سورۂ یٰسین پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ان نوافل کا ثواب حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی خدمت اقدس میں تحفۃً و ہدیۃً پیش کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ دینی و دنیاوی حاجات پوری ہوں گی۔

اکیس ربیع الاول: جو کوئی ربیع الاول کی اکیس تاریخ کو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک بار سورۂ مزمل پڑھے اور سلام پھیرتے ہی سجدہ ریز ہوجائے اور تین مرتبہ یہ دعا نہایت توجہ و خلوص سے پڑھے:

يَاغَفُوْرُ تَغَفَّرْتَ بِالْغُفْرِ وَ الْغُفْرُ فِيْ غُفْرِكَ يَاغَفُوْرُ

اس کے بعد جو بھی جائز دعا صدق دل سے مانگے۔ انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

ورد درود پاک: ماہ ربیع الاول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ یا درود شریف ذیل میں دیا جاتا ہے جو کہ اسی ماہ کے دوران کثرت سے پڑھا جاتا ہے۔ اس کی بہت سی برکات و فیوض ہیں۔ کتاب المشائخ میں لکھا ہے کہ جب ماہ ربیع الاول کا چاند نظر آئے تو اسی رات سے تمام مہینے تک یہ درود شریف ہمیشہ ایک ہزار 25 بار عشاء کی نماز کے بعد پڑھا جائے تو انشاء اللہ تعالیٰ حضور اقدس ﷺ کو خواب میں دیکھے گا۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى اٰلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ۔

[redacted]

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 9 فروری بروز جمعرات صبح 10 بجکر 5 منٹ سے لیکر 11 بجکر 43 منٹ تک' 17 فروری بروز جمعہ 11 بجے سے 12 بجکر 21 منٹ تک' 27 فروری بروز پیر مغرب تا عشاء یَاذَالْجَلَالِ وَالْاِکْرَام پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی پچھلے تین سال سے قاری ہوں' حکیم صاحب میرا مسئلہ یہ تھا کہ میرا دھیان اپنی پڑھائی سے بالکل اٹھ گیا تھا' میں نے بہت کوشش کی پڑھائی میں دل لگانے کی لیکن دن بدن میں پڑھائی میں مزید کمزور ہوتی گئی' مجھے کسی بھی لیکچر کی کچھ سمجھ نہ آتی' میں ہر وقت مختلف خیالوں میں کھوئی رہتی' میں میڈیکل کے لاسٹ ایئر کی سٹوڈنٹس ہوں جس وجہ سے میں بہت زیادہ پریشان تھی' ایک دن میں نے اس کا علاج (باقی صفحہ نمبر 42 پر)

غسل کے ذریعے پرسکون نیند پائیں

منزہ مریم، اسلام آباد

یہ غسل براہ راست گرم پانی سے نہیں کیا جاتا۔ باتھ روم کو اچھی طرح بند کرکے گرم پانی کی ٹونٹی کو ایک ٹب میں کھول دیا جاتا ہے۔ سخت گرم پانی کے گرنے اور ٹب میں جمع ہونے کے باعث باتھ روم تھوڑی ہی دیر میں بھاپ سے بھرجاتا ہے۔

اچھی، گہری اور پرسکون نیند کیلئے نہانے کا عمل بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔ ذیل میں ایک نئے علم شافی (ہائیڈروپیتھی) کے تجویز کردہ چار قسم کے غسل کا ذکر کیا جاتا ہے۔

☆ فرکشن ہپ باتھ۔ ☆ سن باتھ۔ ☆ سٹیم باتھ۔ ☆ فرکشن سٹز باتھ۔

فرکشن ہپ باتھ

نہانے کا ایک ٹب تازہ پانی سے اس طرح بھریں جو ناف اور رانوں تک پہنچ جائے۔ غسل کرنے والا شخص اس ٹب میں بیٹھ جائے اور بغیر سہارا لیے اس میں ٹھہرا رہے۔ اس کے بعد سوتی کپڑے سے اپنے جسم کو ملنا شروع کردے۔ ناف سے نیچے کی جانب، پھر رانوں سے گھٹنوں کی جانب، بغلوں سے پسلیوں کی جانب رگڑ کر پھیرتا رہے۔ اس کے بعد پسلیوں سے پیچھے کولہوں کی جانب رگڑ کر یہی کپڑا پھیرتا رہے۔ نہانے کا یہ عمل دس منٹ تک جاری رہنا چاہیے۔ اس کے بعد ٹب سے نکل کر موسم کے لحاظ سے ٹھنڈے، نیم ٹھنڈے، نیم گرم یا گرم پانی کے ٹب یا شاور سے نہالے۔

اس کے بعد کوئی بھی غذا استعمال کرلی جائے۔ اس فرکشن ہپ باتھ کی فلاسفی یہ ہے کہ یہ جسم کے مرکزی حصوں کو فعالیتی تحریک پہنچاتا ہے اور رات کو جب بستر پر انسان لیٹتا ہے تو بہت جلد ہی نیند کیلئے دماغی لہروں کا بہاؤ اور ارتعاش شروع ہوجاتا ہے اور اس طرح انسان کم از کم پانچ گھنٹوں تک اچھی نیند سویا رہتا ہے۔

سن باتھ

اس غسل کیلئے دھوپ میں چارپائی کرکے لیٹ جائیں۔ جسم پر عام کپڑے ہوں۔ جرابیں، سویٹر اور لیگنگ وغیرہ نہ پہنی ہوئی ہو۔ سر اور چہرہ سورج کی کرنوں کے سامنے زیادہ دیر تک نہ رہے۔ نصف گھنٹہ سے ڈیڑھ گھنٹہ تک دھوپ لی جاسکتی ہے۔ دھوپ لینے کے بعد موسم کے لحاظ سے مناسب پانی سے نہالیا جائے۔ اس غسل کا فائدہ یہ ہے کہ انسانی جسم کی جلد کو شمسی کرنوں سے ایک خوشگوار حرکی سکون حاصل ہوتا ہے جو رات کو اچھی نیند کا باعث بنتا ہے۔

سٹیم باتھ

یہ غسل براہ راست گرم پانی سے نہیں کیا جاتا۔ باتھ روم کو اچھی طرح بند کرکے گرم پانی کی ٹونٹی کو ایک ٹب میں کھول دیا جاتا ہے۔ سخت گرم پانی کے گرنے اور ٹب میں جمع ہونے کے باعث باتھ روم تھوڑی ہی دیر میں بھاپ سے بھرجاتا ہے۔ انسان اس باتھ روم میں داخل ہوجاتا ہے اور اس سٹیم کے ذریعے اس کے جسم کا غسل ہوجاتا ہے۔

سٹیم باتھ کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ایک کمبل کو سخت تیز پانی میں ڈبو کر خوب بھگولیا جاتا ہے۔ اس کے بعد اسے ایک سٹیل پائپ کے ذریعے اچھی طرح نچوڑ لیا جاتا ہے اور پھر اس کمبل کو جسم پر اوڑھ لیا جاتا ہے اور پانچ منٹ کے بعد اسی کمبل سے اپنے جسم کے مختلف حصے رگڑ لیے جاتے ہیں۔ اس کے بعد نیم گرم پانی سے اچھی طرح غسل کرلیا جائے تو بہتر ہے لیکن ضروری نہیں۔ کمبل باتھ کے بعد بھی کپڑے پہنے جاسکتے ہیں۔ بذریعہ کمبل اس سٹیم باتھ کے باعث ہمارے جسم کی جلد اور عضلات کو وہ تحریک حاصل ہوجاتی ہے جو رات کو اچھی نیند کیلئے ضروری ہے۔

فرکشن سٹز باتھ

غسل خانے میں باتھ ٹپ کو سخت گرم پانی سے نصف تک بھرلیا جاتا ہے اب اس ٹب میں بیٹھنے کی بجائے انسان فرش پر بیٹھ جاتا ہے اور ایک بڑے تولیے کو ٹب میں بھگو کر نچوڑ کر اپنے جسم پر ملتا اور رگڑتا رہتا ہے۔ یہ عمل کئی بار اس انداز سے دہرایا جاتا ہے کہ بیٹھنے کے مختلف انداز اختیار کیے جاسکیں۔ اس تولیے کو رانوں، کولہوں، پسلیوں، پنڈلیوں، سینے اور پیٹ کے بعد سر پر رگڑنے سے جسم میں حرکی رو بیدار ہوجاتی ہے اور رات کو نیند کے وقت دماغی لہریں بہتر طور پر متحرک ہوجاتی ہے۔

ملٹی شاور باتھ

اس باتھ سسٹم میں ایک ہی شاور کی بجائے تین سے پانچ شاورز سے نہایا جاتا ہے اس طرح پورے جسم پر آبشار کی طرح پانی پریشر سے پڑتا ہے اور جسم کے تمام اعضاء اور عضلات تک تازگی پہنچتی ہے اور بھرپور طریقے سے غسل ہوتا ہے۔ اس سسٹم میں تجویز دی گئی ہے کہ نہانے والا فرد اپنے جسم کے کئی رخ بدلے تاکہ جسم کے ہر حصے کی غسلانہ ورزش ہو۔ اس باتھ کی بدولت جسم میں تازگی کے علاوہ چستی، پھرتی اور توانائی میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

ڈاؤن ڈرین باتھ

اس باتھ تکنیک میں شاور کی بجائے ایک پریشر ٹیپ سسٹم فٹ کیا ہوتا ہے اور پانی حسب ضرورت درجہ حرارت کے موافق ایک ہی تیز دھار سے نکلتا ہے۔ اس باتھ کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ جسم کے مختلف اعضاء پر پانی مرتکز ہوکر پورے دباؤ کے ساتھ پڑے تاکہ پٹھوں میں تازگی اور چستی پیدا ہوسکے۔

سٹیم پائپ باتھ

اس سٹیم باتھ میں ایک پائپ کے ذریعے بھاپ مہیا کی جاتی ہے۔ باتھ روم کے باہر گیزر کے ساتھ ایسا سسٹم فٹ کردیا جاتا ہے کہ گرم پانی سے حاصل شدہ سٹیم کو پائپ کے ذریعہ براہ راست باتھ روم میں لایا جاتا ہے۔ پائپ کو ہاتھ میں پکڑ کر جسم کے مختلف اعضاء کو سٹیم دی جاتی ہے۔ اس باتھ کے باعث جسم کے مسام کھل جاتے ہیں، عضلات میں تازگی آجاتی ہے۔ جسم کی اچھی طرح ٹہل اور ٹکور ہوجاتی ہے۔ پائپ کے ساتھ ہی ریگولیشن کنٹرول بٹن ہوتا ہے جس سے سٹیم کی مطلوبہ مقدار حسب ضرورت حاصل کرنے میں سہولت رہتی ہے۔

وارم ایئر باتھ

اس باتھ کی ٹیکنیک میں پانی کا براہ راست استعمال نہیں کیا جاتا بلکہ ایک دیگچے میں پانی ابل رہا ہوتا ہے۔ نہانے والا فرد اس دیگچے کے پاس ایک سٹول پر بیٹھ جاتا ہے۔ اس دیگچے کے دوسری جانب پنکھا لگا دیا جاتا ہے۔ ابلتے ہوئے پانی کی بھاپ باقی ہوا کے ساتھ مل کر ''وارم ایئر'' کی صورت میں جسم پر اثر کرتی ہے۔ نہانے والا فرد سٹول پر بیٹھ کر کئی رخ بدلتا رہتا ہے۔ اس کے جسم کے مساج کھل جاتے ہیں، جسمانی اور ذہنی تھکاوٹ دور ہوجاتی ہے۔ یہ باتھ موسم سرما میں زیادہ مفید ہے۔

بلڈ پریشر کو نارمل رکھنے کیلئے قہوہ

میں کافی عرصہ سے بلڈ پریشر کا مریض تھا، پہلے پہل تو کسی نہ کسی طرح گزارہ ہوجاتا لیکن آخرکار میں گولیوں پر لگ گیا، پھر مجھے کسی نے ارجن نامی درخت کا بتایا کہ اس کی چھال کا قہوہ بنا کر پیو اب الحمدللہ کافی آرام ہے۔ مکمل نسخہ: آدھ پاؤ چھال ایک پاؤ پانی میں ابالیں جب آدھ پاؤ رہ جائے تو مل چھان کر چینی حسب ذائقہ ملا کر دن میں تین کپ استعمال کریں مکمل افاقہ ہونے تک۔ (محمد انور، لاہور)

کتے کے پیار سے بچیں! کیونکہ......

ڈاکٹر خالد غزنوی' لاہور

دنیا کے کسی بھی ملک میں علاج کے کسی طریقے سے آج تک باؤلے پن کا کوئی مریض زندہ نہ بچ سکا۔ باؤلہ پن' سرطان اور تپ دق سے زیادہ مہلک ہے۔اس بیماری کا علاج بیماری کے حملے سے پہلے ہوسکتا ہے۔علامات ظاہر ہوجائیں تو پھر مریض کی موت پانچ روز کے اندر اندر واقع ہوجاتی ہیں

لاہور چھاؤنی میں ایک صاحب نے عمدہ نسل کی کتیا نشی پال رکھی تھی۔ بڑی ہی نیک تھی وہ گھر کے ہر فرد کے ساتھ پیار کرتی' کاٹنا اس کی فطرت میں نہ تھا' لیکن ایک مرتبہ چار مختلف افراد کو پیار سے اتنا معمولی کاٹا کہ اسے چاٹنے کا نام دیا گیا۔کتیا اس کے بعد بھی صحت مند رہی لیکن وہ چاروں یکے بعد دیگرے باؤلے ہوکر مرگئے۔

عام طور پر خیال کیا جاتا ہے کہ باؤلہ پن صرف باؤلے کتے کے کاٹنے سے ہوتا ہے اس لیے کاٹنے کے بعد کتے کو چند روز کیلئے باندھ کر زیر مشاہدہ رکھا جاتا ہے' اگر وہ ہفتہ بھر تندرست رہے تو پھر مریض کو کسی علاج کی ضرورت نہیں ہوتی لیکن یہ کتیا خود تندرست رہتے ہوئے چار افراد کی موت کا باعث بن گئی۔

لاہور میں متعدی امراض کے شفاخانے میں ایک انگریز خاتون آئیں۔فرمانے لگیں: میں علاج کیلئے آئی ہوں۔شکل صورت سے اچھی بھلی معلوم ہوتی تھیں۔ میں نے کہا شاید آپ غلط جگہ آگئی ہیں۔ان کے پاس میو ہسپتال کی چٹھی تھی جس میں انہیں باؤلے پن کی مریضہ بیان کیا گیا تھا۔ پوچھنے پر معلوم ہوا کہ ان کا کتا پالتو اور ملنسار ہے۔کاٹا تو کبھی نہیں البتہ پیار سے ہاتھ وغیرہ چاٹ لیتا ہے اس لیے انہیں باؤلہ پن تو نہیں ہوسکتا۔انہیں بڑی مشکل سے داخل کیا۔شام تک ان کی حالت اتنی خراب ہوگئی کہ ان کے خاندان کو مایوسی کی اطلاع دینا پڑی۔اسی رات وہ انتقال کرگئیں۔

باؤلے پن کی بیماری کتے کے علاوہ گیدڑ' بھیڑیے' لومڑی' لگڑ بگڑ اور دوسرے جانوروں کے کاٹنے سے بھی ہوجاتی ہے اب تک یہ قیاس کیا جاتا تھا کہ باؤلہ جانور جب تندرست جانور کو کاٹتا ہے تو کچھ عرصے بعد اس تندرست جانور کو بھی باؤلہ پن ہوجاتا ہے لیکن امریکہ میں ماہرین نے تجربات سے معلوم کیا کہ چند جانور ایسے بھی ہیں جو خود تو باؤلے نہیں ہوتے لیکن اس بیماری کے جراثیم ان کے جسم میں موجود رہتے ہیں اس لیے وہ خود بیمار ہوئے بغیر دوسروں کو باؤلہ کرنے کی استعداد رکھتے ہیں۔ اس سلسلے میں چمگادڑ کا نام سرفہرست ہے۔

پاگل کتا جب کاٹتا ہے' تو کچھ عرصے بعد (یہ عرصہ مہینوں اور برسوں پر محیط ہوسکتا ہے) مریض کو اعصابی تشنج' مرگی کی طرح کے دورے اور منہ سے جھاگ نکلنے کی تکالیف شروع ہوتی ہیں۔

حلق میں فالج کے باعث پانی پینا ممکن نہیں رہتا۔تشنجی دوروں کی وجہ سے اکثر اوقات پسلیاں یا ریڑھ کی ہڈی ٹوٹ جاتی ہے زبان' دانتوں میں آکر کٹ سکتی ہے۔ دوروں کے درمیانی وقفے میں مریض کی حالت اچھی بھلی ہوتی ہے۔

باؤلہ پن' سرطان اور تپ دق سے زیادہ مہلک ہے۔اس بیماری کا علاج بیماری کے حملے سے پہلے ہوسکتا ہے۔علامات ظاہر ہوجائیں تو پھر مریض کی موت پانچ روز کے اندر اندر واقع ہوجاتی ہے جبکہ کتوں میں زندگی کا عرصہ دس روز تک طویل ہوسکتا ہے۔

بھاٹی دروازے میں کسی کتے نے ایک دنبے کو کاٹ لیا یہ دنبہ پہلے ہی روز مرگیا۔راولپنڈی میں ایک بھینس' باؤلے پن کے بعد صرف سات روز تک زندہ رہ سکی۔

اب تک جو معلومات حاصل ہوئیں' ان کے مطابق عالمی ادارہ صحت نے سفارش کی ہے کہ کتا کاٹے کے زخم کو پانچ منٹ تک صابن اور پانی سے اچھی طرح دھویا جائے۔

ان تلخ حقیقتوں میں گھرا ہوا جب میں خدا کے آخری نبی حضرت محمد ﷺ کے اس حکیمانہ قول پر غور کرتا ہوں تو اسلام کی عظمت پر میرا ایمان ناقابل تسخیر بن جاتا ہے۔

"جس گھر میں کتا ہو' وہاں رحمت کا فرشتہ نہیں آتا"

(بقیہ: مراقبے سے فیض پانے والے)

دور خانہ کعبہ ہے یہ بالکل درمیان میں ہے اور مجھے چھوٹا سا نظر آرہا ہے اور اردگرد ساری دنیا ہے اور گرد آلود ماحول ہے' سرخ رنگ کی مٹی اڑ رہی ہے اور انسان ہی انسان ہیں کوئی بلڈنگ نظر نہیں آرہی جیسے حشر کا میدان ہو۔ پھر مجھے پھولوں کے گلدستے سرخ کلر کے نظر آتے ہیں اور گرے رنگ کی ایک چادر کے ساتھ میں لپٹ جاتی ہوں اور مجھے لگتا ہے کہ میرے اللہ نے مجھے اپنی پناہ میں لے لیا ہے اور وہاں مجھے بڑا سکون ملتا ہے اس دوران میرا دل بہت زیادہ اللہ پڑھ رہا ہوتا ہے اور ہلکا ہلکا لرز رہا ہوتا ہے اور دل تیز بہت تیز دھڑکتا ہے اور مجھے ایسے لگتا ہے کہ میرے دل کے اردگرد اللہ کے تمام نام لکھے ہوئے ہیں اور میرا دل چاندی کی طرح چمک رہا ہے۔اس کے تھوڑی دیر بعد مراقبہ ختم ہوجاتا ہے۔

اپنے اندر اعتدال پیدا کیجئے

محمد ہارون' کراچی

میانہ رو افراد خود بھی پرسکون زندگی گزارتے ہیں اور دوسروں کے بھی کام آتے ہیں۔ چنانچہ معتدل زندگی گزارنے کی عادت پیدا کیجئے

ہمارا دن رات کا مشاہدہ ہے کہ جو لوگ اعتدال کا دامن ہاتھ سے چھوڑ دیتے ہیں اور شدت اور انتہا پسندی کو اختیار کرلیتے ہیں ان کی زندگی سے اعتدال کے ساتھ ساتھ امن وسکون بھی رخصت ہوجاتا ہے اور ان کے معاملات اتنے الجھ جاتے ہیں کہ ان کی ساری قوتیں اور وقت کا بیشتر حصہ ان کے معاملات کو سلجھانے میں ہی صرف ہوجاتا ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے وہ راحت سے محروم ہوجاتے ہیں اس کے برعکس جو لوگ اپنے معاملے میں میانہ روی کو ملحوظ رکھتے ہیں وہ مصائب میں مبتلا نہیں ہوتے اور ان کے متعلقین اور احباب بھی ان سے شاکی نہیں ہوتے۔ میانہ رو افراد خود بھی پرسکون زندگی گزارتے ہیں اور دوسروں کے بھی کام آتے ہیں۔ چنانچہ معتدل زندگی گزارنے کی عادت پیدا کیجئے۔اعتدال پسند انسان کی زندگی میں ٹھوکریں بہت کم آتی ہیں وہ اکثر کامران وکامیاب ہی لوٹتا ہے یاد رکھیے! اعتدال وہ طاقتور جوہر ہے جس سے ہم اپنی شخصیت کو تعمیری بنا کر مثالی بن سکتے ہیں۔

جی ہاں! اپنے اندر اعتدال پیدا کیجئے

شخصیت کی راہ میں ایک اور رکاوٹ بے اعتدالی ہے۔ ہم میں سے بہت سے لوگ بہت سی صفات اپنے اندر رکھتے ہیں۔لیکن ان میں اعتدال نہیں ہوتا۔ بے اعتدال ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ کبھی کبھی حد سے تجاوز کرجاتے ہیں جس کا خمیازہ انہیں بری طرح بھگتنا پڑتا ہے۔ہم ایک دیوار بنانا چاہتے ہیں ہمارے پاس عمارت کیلئے بہترین سامان ہے مگر دیوار سیدھی نہیں اٹھی۔ بے ترتیب ہے۔کیا یہ دیوار قائم رہے گی؟ ہرگز نہیں۔آج نہ گری تو کل ضرور ہی گر جائے گی۔ جو شخص کام نہیں کرتا بلکہ محض فضول کڑھتا رہتا ہے۔اس کی مثال بالکل ایسی لکڑی کی ہے جسے جلا کر بجھایا نہ جائے اور وہ دھواں چھوڑتے ہوئے اندر ہی اندر متواتر جلتے رہنے سے ایک دن ساری جل کر راکھ ہوجائے انسان کو چاہیے کہ وہ ہر حال میں خوش رہے۔ دکھ ہو یا سکھ وہ اپنا کام کیے جائے۔ ورنہ قدرت لاکھ فیاض سہی۔لیکن وہ ان فیاضیوں سے کوئی فائدہ نہ اٹھائے گا۔ان نعمتوں سے جتنا زیادہ فائدہ حاصل کیا جائے گا اس قدر کارآمد شخصیت تیار ہوگی۔

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے آنسو کھے خط اور شافی علاج | **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

پسند کی شادی | حاضری کی آرزو | رزق میں کشادگی | اولاد کی خواہش | صحت اور عبادت

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

پسند کی شادی

میں ایک لڑکی کو پسند کرتا ہوں اور اس سے شادی کرنا چاہتا ہوں لیکن مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے ہاں شادیاں خاندان ہی میں ہوتی ہیں۔ والدین نے میری بھی منگنی کر دی ہے لیکن صرف زبانی بات طے ہوئی ہے۔ باقاعدہ رسم نہیں ہوئی۔ میں نے والدہ سے اپنی مرضی کا اظہار کیا تو انہوں نے صاف انکار کر دیا کہ وہ کسی صورت غیر خاندان کی لڑکی کو بہو نہیں بنائیں گی۔ میں نے لڑکی سے کورٹ میرج کرنے کو کہا تو اس بات پر وہ راضی نہیں۔ کہتی ہے کہ میرے خاندان اور گھر والوں کی عزت کا سوال ہے۔ کوئی وظیفہ بتائیے کہ میری شادی پسند کی لڑکی سے ہو جائے۔ **(خالد حسین، کراچی)**

جواب: آپ کیلئے بہتر یہی ہوگا کہ کوئی وظیفہ وغیرہ پڑھنے کی بجائے آپ اپنے والدین کی منتخب کی ہوئی لڑکی ہی سے شادی کر لیں کیونکہ اگر دعاؤں اور وظیفوں کے بعد آپ کی پسند کی لڑکی سے شادی ہو بھی گئی تب بھی اس لڑکی کو آپ کے گھر میں وہ عزت و احترام نہ مل سکے گا جس کی وہ مستحق ہے۔ آپ فجر کی نماز کے بعد ایک بار یٰسین شریف پڑھ کر دعا کریں کہ جس لڑکی کا رشتہ بھی بہتر ہو، اس سے آپ کی شادی ہو جائے۔

[redacted]

میری شدید خواہش ہے کہ میں بھی حضور سرورِ کونین ﷺ کے روضہ پر حاضری دوں، خانہ کعبہ اور مسجد نبوی ﷺ میں نمازیں ادا کروں مگر گھریلو حالات اس خواہش کی تکمیل کی اجازت نہیں دیتے۔ شوہر بیمار رہتے ہیں، بیٹا کوئی ہے نہیں چار بیٹیاں ہیں وہ بھی غیر شادی شدہ...... مجھے کوئی دعا بتا دیں کہ میرے لیے کوئی ایسا سبب پیدا ہو جائے کہ میں بھی درِ حبیب ﷺ کی چوکھٹ پر سر ٹیک سکوں۔ **(حمیرا اشرف، چیچہ وطنی)**

جواب: آپ درود شریف کی کثرت کریں، اس کی برکت سے انشاء اللہ آپ کی دلی مراد بہت جلد پوری ہو جائیگی۔

[redacted]

میں ایک فیکٹری ملازم ہوں پہلے تو گزر بسر اس آمدنی میں ہو جاتی تھی مگر اب مہنگائی کے سبب خاصی پریشانی رہتی ہے۔ میں کسی جگہ پارٹ ٹائم جاب کرنا چاہتا ہوں مگر وہ بھی نہیں ملتی۔ رزق میں کشادگی کیلئے کوئی دعا بتا دیں۔ **(محمد علی، راولپنڈی)**

جواب: آپ مغرب کی نماز کے بعد اول آخر درود شریف کے بعد ایک بار سورۂ واقعہ پڑھ کر دعا کیا کریں۔

شادی سے پہلے اختلافات

میں ایک لڑکے سے بہت محبت کرتی ہوں، وہ بھی مجھ سے محبت کرتا ہے۔ تقریباً ایک سال قبل اس کی والدہ اور دو بہنیں مجھے دیکھنے آئیں۔ اس کے بعد اس کے گھر والوں نے ہم سے کوئی رابطہ نہیں کیا۔ لڑکے کی والدہ کی گفتگو سے اندازہ ہوا تھا کہ جیسے وہ رشتہ کرنے نہیں آئیں بلکہ اپنے بیٹے کو بہلانے کیلئے مجبوراً آ گئی ہیں۔ میں نے لوگوں کے بتائے ہوئے بہت سے وظیفے اس لڑکے کیلئے پڑھے مگر اس پر اثر نہیں ہوا۔ براہ کرم کچھ پڑھنے کو بتائیے جس سے جلد اس کی والدہ راضی ہو جائیں۔ اس کی والدہ کا دل تو پتھر کا ہو گیا ہے۔ **(ش۔ا۔کراچی)**

جواب: لڑکے کے گھر والے ایک سال قبل آپ کو دیکھنے آئے۔ اس کے بعد ان کی طرف سے کوئی بات نہیں ہوئی۔ اس سے صاف ظاہر ہے کہ لڑکے کی والدہ اور بہنوں نے آپ کو ناپسند کر دیا ہے۔ شادی سے پہلے ہی اگر اختلافات سامنے آ جائیں تو پھر ایسی شادی کبھی کامیاب نہیں ہوتی، خواہ اس کیلئے آپ کتنے ہی وظیفے پڑھ لیں، چلے کاٹ لیں۔ ویسے آپ اپنے دل کی تسلی کیلئے روزانہ تہجد کے بعد ایک تسبیح سورۂ اخلاص پڑھ کر دعا مانگا کیجئے۔ اگر اس کا ساتھ آپ کے نصیب میں ہوگا تو بہتری کی کوئی نہ کوئی صورت نکل آئے گی۔

اولاد کی خواہش

میں سرکاری ملازم ہوں، بظاہر ہماری پُرسکون اور خوشحال زندگی ہے لیکن اولاد سے محرومی کے باعث مایوسی اور ناامیدی کی دلدل میں پھنس کر رہ گیا ہوں۔ شادی کو بھی دس سال گزر چکے ہیں، بظاہر امید بھی نظر نہیں آتی۔ ڈرتا ہوں کہ کہیں لاوارث نہ رہ جاؤں، تب میرا روپیہ پیسہ جائیداد بھلا کس کام کی۔ یہی سوچ سوچ کر ڈپریشن کا مریض بن کر رہ گیا ہوں۔ عمر کے ساتھ ساتھ میری ناامیدی بھی بڑھتی جارہی ہے۔ براہ کرم کوئی دعا، کوئی وظیفہ بتائیے جس سے میری بھی امید بَر آئے۔ **(فرقان علی، نوڈیرو)**

جواب: آپ اور آپ کی بیگم عشاء کی نماز کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھ کر سورۃ الانبیاء کا رکوع نمبر 6، اکیس بار پڑھ کر دعا مانگیں۔ یہ عمل کم از کم تین ماہ تک کیا جائے۔ یہ حضرت زکریا علیہ السلام کی دعا ہے۔ (دعا قرآن پاک میں دیکھ لیں۔) اس دعا کا ترجمہ یہ ہے: ''اور زکریا علیہ السلام کا ذکر کیجئے۔ جب انہوں نے اپنے رب کو پکارا۔ اے میرے رب مجھے لاوارث نہ چھوڑ (اور یوں تو) سب وارثوں سے بہتر اور حقیقی وارث آپ ہی ہیں۔''

[redacted]

دولت، روپے پیسے کی فراوانی، عیش وعشرت کی زندگی، لوگ ان چیزوں کی تمنا کرتے ہیں اور ان کے حصول کیلئے ہر جائز و ناجائز طریقہ اپناتے ہیں۔ مجھے یہ سب کچھ حاصل ہے مگر یہی چیزیں میرے لیے سوہانِ روح بن کر رہ گئی ہیں۔ شراب، جوا اور عورت...... یہ تکون ان کی زندگی کا محور ہے۔ میں سیدھی سادھی گھریلو عورت ہوں۔ شادی سے پہلے کبھی ایسے ماحول سے واسطہ نہیں پڑا۔ اب جب ایسی تقریبات میں جانا پڑتا ہے تو میں بے حد پریشان ہو جاتی ہوں۔ اس ماحول میں خود کو ایڈجسٹ نہیں کر پاتی۔ میں چاہتی ہوں کہ میاں صاحب اپنی خراب عادتیں ترک کر دیں۔

جواب: آپ کے شوہر جس ماحول میں رہ رہے ہیں اسے آسانی سے ترک نہیں کر سکتے۔ دولت کی فراوانی اور آزادی انسان کو بھٹکا ہی دیتی ہے۔ آپ پانچوں وقت کی نماز باقاعدگی سے ادا کیا کریں اور ہر نماز کے بعد اول آخر تین تین بار درود ابراہیمی پڑھ کر سورۂ اعلیٰ کی آیت نمبر ایک گیارہ بار پڑھ کر دعا کریں۔ اس آیت کا ترجمہ یہ ہے: ''بے شک بامراد ہو گیا وہ شخص جو برے اخلاق سے پاک ہو گیا اور اپنے رب کا نام لیتا رہا اور نماز پڑھتا رہا'' شوہر صاحب جب سو جائیں تو ان کے سرہانے کی طرف کھڑی ہو کر سورۂ مائدہ کی آیت نمبر 90 تین مرتبہ اتنی آواز سے پڑھیں کہ سونے والے کی نیند خراب نہ ہو۔ یہ عمل نوے دن تک کریں۔ جن دنوں عمل نہ کر سکیں وہ دن بعد میں پورے کر لیں اس عمل سے شوہر کی بری عادتیں کسی حد تک ختم ہو جائیں گی۔ (فرزانہ شاہ، کوئٹہ)

[redacted]

میرا پندرہ سال کا بیٹا عجیب و غریب عادت میں مبتلا ہے۔ وہ سوتے میں خود سے باتیں کرتا رہتا ہے اور خوب زور زور سے۔ میں اس کی وجہ سے بے حد پریشان ہوں کیونکہ اس طرح سوتے میں وہ تمام باتیں بھی کرتا رہتا ہے جو گھر میں ہوتی رہتی ہیں۔ ابھی تو خیر بچہ ہی ہے لیکن پانچ چھ سال بعد بھی اگر اس کی یہی کیفیت رہی تو بڑا مسئلہ ہو جائے گا۔

جواب: آپ آیۃ الکرسی روزانہ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک بار پڑھ کر پانی پر دم کریں اور بیٹے کو جب بھی پانی دیں یہی پانی دیں۔

[redacted]

میں شادی شدہ اور پرسکون زندگی گزار رہی تھی، صحت بھی ٹھیک ٹھاک تھی مگر گزشتہ چند ماہ سے میری طبیعت خراب رہنے لگی ہے بظاہر کوئی بیماری نہیں لیکن اچانک بیٹھے بیٹھے مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے میرے جسم پر منوں بوجھ لاد دیا گیا ہو میں ہلنے جلنے سے بھی مجبور ہو جاتی ہوں، دل تیزی سے دھڑکنے لگتا ہے اور یوں لگتا ہے جیسے سانس بند ہو رہی ہو۔ ڈاکٹرز سے باقاعدہ چیک اپ کرایا۔ ان کو میرا مرض مرض نہیں لگتا۔ وہ کہتے ہیں کہ آپ جسمانی طور پر بالکل ٹھیک ہیں۔ آپ کو صرف وہم ہے۔ ڈاکٹری علاج سے مایوس ہو کر میں نے روحانی علاج پر توجہ دی۔ ایک صاحب نے کہا کہ مجھ پر آسیب کا اثر ہے۔ انہوں نے آسیب بھگانے کے بڑے جتن کیے۔ کئی ہفتوں تک ان کے آستانے پر حاضری دیتی رہی۔ جہاں وہ انگیٹھی میں کوئلے جلا کر لوبان اور پتہ نہیں کیا کیا جڑی بوٹیاں ڈال کر مجھے اس کے سامنے بٹھا کر دھونی دیتے، ساتھ میں کچھ عمل بھی پڑھتے جاتے۔ اس سے میری حالت سنبھلنے کی بجائے اور بگڑتی گئی لہٰذا مجبور ہو کر میں نے وہاں جانا چھوڑ دیا۔ اس حالت میں نماز اور تلاوت بھی نہیں ہو پاتی۔ ذہن میں عجیب و غریب خیالات آتے رہتے ہیں کبھی تو یوں لگتا ہے کہ جیسے میں کسی اندھیرے کنویں میں اتر رہی ہوں۔

جواب: آپ اپنے ذہن سے یہ بات نکال دیں کہ آپ پر سایہ ہے یا کسی بدروح کا اثر ہے۔ اگر اثر ہے تو صرف یہ کہ آپ نے اپنی غذا میں نمک اور کھٹی اشیاء اور گرم مصالحوں کا استعمال زیادہ کیا ہے جس کی وجہ سے جسمانی اور طبعی بے اعتدالی پیدا ہو گئی ہے لہٰذا پہلا کام تو یہ کریں کہ مندرجہ بالا چیزوں کا استعمال کم سے کم کر دیں۔ اس کے علاوہ صبح و شام تین تین بار سورۃ الفلق، سورۃ الناس اور تین بار آیۃ الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کریں اور دن بھر اسی پانی کو پئیں۔ وضو بے وضو جتنا بھی ہو سکے۔ یَاسَلَامُ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرتی رہیں اس طرح رفتہ رفتہ آپ کی طبیعت میں اعتدال اور سکون آ جائے گا۔ ہاں نماز کی پابندی کریں، دل چاہے نہ چاہے خود پر جبر کر کے جوں ہی اذان ہو نماز کیلئے کھڑی ہو جائیں۔ اگر پوری نماز نہ پڑھ پائیں تو کم از کم فرض تو پڑھ ہی لیں۔

[redacted]

والدہ دائمی مریضہ ہیں، سر اور آنکھوں میں شدید درد ہوتا ہے اور تمام جسم پر سوجن رہتی ہے۔ پہلے ان کا شغف عبادت میں بہت تھا اور زیادہ وقت عبادت میں صرف کرتی تھیں لیکن اب ان کا دل اچاٹ ہو گیا ہے اور عبادت کے وقت بھول و نسیان بھی بڑھ گیا ہے۔ **(عرفانہ انجم، لاہور)**

جواب: یَاحَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ یَاحَیُّ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ۔ یہ الفاظ صبح 66 مرتبہ پانی پر دم کر کے پلائیں۔ اسی طرح وَکَانَ الْبَحْرُ مِدَادً الِّکَلِمٰتِ رَبِّیْ شام کو دم کر کے پلائیں۔ طبیب کی ہدایت کے مطابق دوا کے ساتھ ساتھ غذا کا پرہیز بھی پورا کیا جائے۔ کسی قسم کا وظیفہ یا ورد وغیرہ نہ پڑھیں۔ صرف نماز ادا کریں۔ انشاء اللہ شفائے کامل حاصل ہو گی۔

میاں بیوی اور گھر

شادی کو عرصہ بیت گیا ہے اور صاحب اولاد ہوں لیکن شوہر نے اول روز سے لیکر آج تک میرے وجود کو اہمیت نہیں دی۔ دفتر سے گھر آتے ہیں تو افراد خانہ خوفزدہ ہو جاتے ہیں۔ بس اپنی دانست میں ان کا ہر طرح کا خیال رکھتی ہوں لیکن اکثر اوقات ان کا طرز عمل ایسا ہوتا ہے کہ کوئی عورت اسے آسانی سے برداشت نہیں کر سکتی۔ غیر افراد کے سامنے میری خامیاں نکال کر خوش ہوتے ہیں۔ **(افشاں افضل، راولپنڈی)**

جواب: رات کو سونے سے پہلے بِسْمِ اللّٰہِ الْوَاسِعُ جَلَّ جَلَالُہٗ اکتالیس بار پڑھ کر ہاتھ پر دم کر لیں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ آپ کا یہ فرض ہے اسے بخوبی پورا کر دیں۔ اس سے نہ صرف گھریلو نظام کی بہتری ہو گی بلکہ اولاد کو بھی فائدہ ہو گا بصورت دیگر نقصانات زیادہ ہوں گے۔ انشاء اللہ آپ کا عمل رائیگاں نہیں جائیگا۔

[redacted]

میں سخت دماغی کشمکش میں مبتلا ہوں ہم بہن بھائیوں کو والد بہت چاہتے ہیں۔ شاید زیادہ چاہنے سے دماغی طور پر بالیدگی حاصل نہیں ہوئی اور دماغ الٹے سیدھے خیالات کی آماجگاہ بنا رہتا ہے۔ بھائی بہن تعلیم کے معاملے میں ناکامی سے ہمکنار ہوئے۔ والد کو اس سے صدمہ ہوا۔ چاہتی ہوں کہ میری طرف سے والد کو دلی صدمہ نہ ہو۔ اللہ سے دعا کرتی ہوں کہ وہ میرے دماغ کو روشن و بیدار کر دے کیونکہ میرا ارادہ عمل بہت کمزور ہے۔ **(رومانہ جاوید، کراچی)**

جواب: آپ کا یہ خیال کہ والد کے زیادہ چاہنے سے ذہنی نشوونما پر منفی اثر پڑا، غلط فہمی پر مبنی ہے۔ اس طرح کی تمام باتوں سے ذہن ہٹا کر تعلیم کی طرف توجہ دیں۔ اگر آپ صرف سوچتی رہیں تو عملی طور پر پیچھے رہ جائیں گی۔ زیادہ تفکرات کی وجہ سے دماغی توانائی ضائع ہوتی ہے اور آدمی کے اندر عملی قوت کا فقدان ہو جاتا ہے۔ آپ روزانہ صبح و شام بسم اللہ الرحمن الرحیم کی ایک تسبیح پڑھیں اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ۔ انشاء اللہ آپ کے تمام مسائل بہت جلد حل ہو جائیں گے۔

مصیبت سے نجات حصول مقاصد کا مجرب نسخہ

رسول اللہ ﷺ نے عوف بن مالک رضی اللہ عنہ کو مصیبت سے نجات اور حصول مقاصد کیلئے یہ تلقین فرمائی کہ کثرت کیساتھ لاحول ولا قوۃ الا باللہ پڑھا کریں۔ حضرت مجدد الف ثانی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ دینی اور دنیوی ہر قسم کے مصائف اور مضرتوں سے بچنے اور منافع و مقاصد کو حاصل کرنے کیلئے اس کی کثرت بہت مجرب عمل ہے اور اس کثرت کی مقدار یہ بتلائی ہے کہ روزانہ پانچ سو مرتبہ لاحول ولا قوۃ الا باللہ پڑھا کرے اور سو سو مرتبہ اول آخر درود شریف پڑھ کر مقصد کیلئے دعا کرے۔ **(محمد سعید علوی، چکوال)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 30

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

جب یہ ہر طرف سے مایوس ہو گئے تو میں نے انہیں یَاقَھَّارُ ہر نماز کے بعد ایک سو اکیس دفعہ اول و آخر تین دفعہ درود شریف اور اس کا نقش پینے پہننے اور گھروں میں لگانے کیلئے دیا اور مزید تاکید کی کہ اس پانی کے گھر میں چھینٹے ماریں‘ چھڑکیں اور کھانے پینے کی ہر چیز میں اس کو شامل ضرور کریں اور ایسا ہی ہوا۔ دن اور رات چلتے رہے‘ ان کے گھر سے یہ مصیبتیں اور جناتی دنیا ایسی گئی کہ کہنے لگے کہ ہم نے خواب میں اب دیکھنا شروع کر دیا ہے کہ وہ چیزیں آ آ کر ہماری منتیں کرتی ہیں کہ آپ یہ پڑھنا چھوڑ دیں اور یہ عمل کرنا چھوڑ دیں اور اپنے گھروں سے نقش ہٹا دیں اور اپنے گلے سے نقش اتار دیں اور اس نقش کو پینا چھوڑ دیں انہوں نے مجھ سے رابطہ کیا کہ جنات ایسے کہتے ہیں میں نے کہا ہرگز نہ کرنا ان کا مقصد ہے یہ ان اعمال سے خالی کر کے تمہارے اوپر کوئی بڑا حملہ کرنا چاہتے ہیں لہٰذا اپنے عمل میں لگے رہیں اور پہلے سے زیادہ کوشش محنت اور توجہ اور دھیان سے اس کو پڑھتے رہیں۔ انہوں نے ایسا ہی کیا اور اللہ کی رحمت سے ان کے مسائل حل ہو گئے۔ آج وہ گھرانہ اُس سوسائٹی میں سب سے زیادہ پرسکون گھرانہ ہے۔ ایک پلاسٹک فیکٹری کے مالک نے مجھ سے رابطہ کیا کہ میرا مال پڑا پڑا خراب ہو جاتا ہے اس میں آگ لگ جاتی ہے‘ مشینیں ٹوٹ جاتی ہیں‘ ہر وقت خراب رہتی ہیں‘ کام بنتے بنتے بگڑ جاتے ہیں ملازم بھاگ جاتے ہیں‘ فیکٹری میں ایک وحشت‘ خوف اور مستقل پریشانی رہتی ہے‘ آپس میں لڑائی جھگڑے اور یونین بن گئی ہے۔ رزق آتا ہے لیکن برکت نہیں ہے‘ رزق رکتا نہیں ہے۔ بعض اوقات فیکٹری میں رہنے والے ملازم طرح طرح کے انوکھے واقعے دیکھتے ہیں‘ کوئی بھیڑ ہے کوئی بکری ہے‘ کوئی کتے ہیں مستقل آپس میں کھیل رہے ہیں جب قریب جاتے ہیں تو وہ چیزیں غائب ہو جاتی ہیں۔

مزید کچھ لوگوں نے تو یہاں تک دیکھا کہ کوئی میت ہے اس پر بہت سے لوگ رو رہے ہیں خواتین کھلے بالوں کے ساتھ بین کر رہی ہیں‘ ان کا رونا اس حد تک بڑھ جاتا ہے خود دیکھنے والے کو بھی رونا آ جاتا ہے وہ حقیقت کو بھول جاتا ہے یہ سب کچھ حقیقت ہے یا سچ ہے جھوٹ ہے یا دھوکہ ہے وہ روتے روتے دیوانہ ہو جاتا ہے اور جب قریب جاتا ہے تو کچھ بھی نہیں ہوتا۔

وہ حیران ہوتا ہے کہ دور سے قہقہوں کی آواز آتی ہے اور یہ آواز آتی ہے کہ اس جگہ کو چھوڑ جاؤ یہاں بہت پہلے ہمارا مندر ہوتا تھا پھر اس کو لوگوں نے مسمار کر دیا اب اس جگہ فیکٹری بن گئی لہٰذا اب تمہاری خیر اس میں ہے کہ اس جگہ کو چھوڑ کر یہاں سے چلے جاؤ۔ ملازم بیمار ہو جاتے ہیں ان کو تکلیفیں ایسی ہوتی ہیں جو کسی دوا سے ٹھیک ہی نہیں ہوتیں وہ تندرست نہیں ہوتے مستقل بے چین‘ بے قرار رہتے ہیں شفاء یابی کوئی امید نہیں آتی اب تو یہاں تک معاملہ ہو گیا ہے جو اس فیکٹری میں کام کرتے ہیں ان کے گھر بھر بیمار ہوتے ہیں‘ بچے بیمار‘ بیوی بیمار‘ گھر میں جھگڑے پریشانیاں شروع ہو گئی ہیں اور سب ملازموں کے دل میں یہ بات بٹھا دی گئی ہے جو یہاں رہے گا برباد رہے گا یہاں سے چھوڑ جانے میں عافیت ہے لہٰذا سب ملازم اس بات کا عزم لیے ہوئے ہیں کہ ہمیں یہاں سے چھوڑ کر چلے جانا چاہیے اور بہت سے چھوڑ گئے اور بہت چھوڑنے کی تیاریوں میں ہیں۔ یہ غمناک کیس جب میرے سامنے آیا تو میں نے یَاقَھَّارُ لاکھوں کی تعداد میں پڑھنے کا کہا اور پھر اس کے نقش لگانے‘ پینے اور پہننے کو کہے اور حتیٰ کہ ہر مشین کے اوپر اکتالیس دفعہ کا یہ نقش چپکائیں اور جو ملازم نمازی ہیں ان سے کہیں کہ وہ یَاقَھَّارُ مسلسل پڑھیں اور جو بے نمازی ہیں ان کو نماز کی ترغیب دیں اور ان سے بھی کہیں کہ یہ پڑھیں میں نے سارے جنات کو متوجہ کر کے دعوے سے بات کہی کہ یہ عمل جب میں نے انہیں بتایا تو صرف پانچ ہفتے محنت کرنے سے فیکٹری کے اندر ایک دھماکہ ہوا اور بہت ساری مٹی اڑی اور چیخ و پکار شروع ہوئی‘ انہوں نے حیران ہو کر دیکھا تو کچھ تھا نہیں اور مٹی کا ایک بہت بڑا غبار دھماکے کے بعد ساری فیکٹری پر چھا گیا وہ میرے پاس پہنچے میں نے جنات کو تحقیق کیلئے بھیجا تو پتا چلا کہ وہ سب جن جل گئے اور ان میں ایک بہت بڑا دیو تھا جو ان کا سربراہ تھا یہ اس کے جلنے اور مرنے کی نشانیاں ہیں اور یہ چیخ و پکار اسی کی تھی۔

واقعی اس کے کمالات اور برکات اتنی زیادہ ہیں کہ میں اپنی عمر کے جتنے سال بھی بیت چکا ہوں اتنے سال اتنے مہینے اور اتنے دن جس میں ہر روز اس کی نئی کہانی اور نئی گفتگو شروع ہوتی ہے۔ جو شخص کسی بُری عادت سگریٹ‘ نشہ‘ چرس‘ افیون‘ ہیروئن یا زنا شراب‘ بدنظری‘ چھوٹا گناہ یا بڑا گناہ اس عادت سے چھٹکارا چاہتا ہو تو اسے چاہیے ہر نماز کے بعد اس کی ایک تسبیح پڑھے اور وہ نقش جو میں پہلے بتا چکا ہوں اس کو مستقل لکھ کر روزانہ ایک نقش پیے چالیس دن‘ خود لکھے یا کوئی اسے لکھ کر دے وہ پیے اگر کوئی شخص خود پینے کو تیار نہیں تو اس کا کوئی مخلص اس کی نیت کر کے پیے تو اس کی نیت کر کے پڑھے تو بھی ضرور اثر ہوتا ہے۔ بعض اوقات چالیس سے زیادہ نقش پینے سے فائدہ ہوتا ہے یعنی جتنی دل کی سیاہی ہو گی اتنا اس پر محنت کرنے پڑے گی۔ اور جتنی محنت ہو گی اتنا صلہ ملے گا۔

میں جنات میں یہ گفتگو کر ہی رہا تھا ایک جن کی ایک زوردار چیخ نکلی وہ اتنی اونچی تھی کہ آسمان تک پہنچی اور اگر میں بھی حصار میں نہ ہوتا تو شاید زندہ نہ رہتا اور اس کی خوفناک چیخ سے پہاڑ اور پورا ویرانہ دہل اٹھا میں خاموش ہو گیا۔ وہ چیخ مار کر بیہوش ہو گیا‘ خادم جنات اسے اٹھا کر میرے پاس لائے محسوس یہ ہوتا تھا کہ اس کی آخری سانسیں ہیں پھر میں نے اپنے ایک خاص عمل کو نہایت توجہ دیکر اس کیلئے پڑھا اور محنت کی تھوڑی ہی دیر میں اس نے آنکھ کھولی میں نے پوچھا کیا ہوا؟ کہنے لگے جتنی دیر آپ یَاقَھَّارُ کے کمالات بتاتے رہے اتنی دیر میں سانس روک کر اس کو مسلسل پوری طاقت اور یقین سے پڑھتا رہا۔ پڑھتے پڑھتے مجھے احساس ہوا کہ میرے جسم کے روئے روئے سے خون نکلنا شروع ہو گیا‘ میں نے محسوس کیا تو واقعی ایسا ہو چکا تھا‘ لیکن میں پھر بھی پڑھتا رہا‘ بس پھر مجھے خبر نہیں کیا ہوا؟ اور میں بے ہوش ہو گیا۔ میں نے دیکھا تو اس کا جسم جگہ جگہ سے پھٹ گیا تھا اور جسمانی حالات اس کے ناقابل بیان تھے۔ میں نے اس سے ایک سوال کیا سچ بتاؤ کیا تم نے کبھی کسی کے سود یا رشوت کے پیسے چرائے تھے۔ ٹھنڈی آہ بھر کے کہنے لگا ہاں میں نے ایک انسان کے پیسے مسلسل کئی سال چرائے ہیں۔ اس کا شبہ سود اور رشوت کا تھا میں نے کہا کلمہ پڑھو اس نے کلمہ پڑھا اور بہت اونچی آواز میں پڑھا اور زور زور سے پڑھا اور پھر بار بار کہنے لگا یا اللہ مجھے معاف کر دے۔ یا اللہ مجھے معاف کر دے یا اللہ مجھے معاف کر دے اور چوتھی بار یا اللہ منہ سے نکلا آگے نہیں بولا اور اس کا دم ٹوٹ گیا۔ بہت افسوس زدہ خبر تھی...... اس کی میت کو اٹھا کر خادم جنات نے ایک طرف رکھ دیا۔

میں نے اپنی گفتگو جاری رکھی اور وہی گفتگو میں آپ حضرات کو بتا رہا ہوں۔ ایک شخص میرے پاس بہت پرانی بات ہے اپنا ایک بیٹا لے کر آیا جس کی دونوں آنکھیں چندھیائی ہوئی تھیں عمر ستائیس اٹھائیس سال کے قریب تھی دن کی روشنی میں نہیں دیکھ سکتا تھا رات کے اندھیرے میں اسے کچھ نہ کچھ نظر آتا تھا۔ میں نے پوری روحانی تحقیق کے بعد اس کے کیس کو چیک کیا تو محسوس ہوا کہ دراصل وہ کسی سیر وتفریح کے سلسلے میں کالج کے دوستوں کے ساتھ پرانے کھنڈرات میں گیا ان پرانے کھنڈرات میں کچھ شریر جنات کا وجود تھا ان شریر جنات نے اس کی خوبصورتی کو دیکھتے ہوئے اس پر عاشقی اور دوستی کا اظہار کیا اور اسے کسی عیب میں مبتلا کر دیا تاکہ اس کی شادی نہ ہو سکے۔ اور یہ بات واضح بتاتا چلوں کہ بعض لڑکیوں اور لڑکوں کو چہرے یا جسم کے کسی ظاہری حصے پر اگر کوئی عیب شروع ہو جائے تو اس کے پیچھے اصل میں ان کا ہاتھ ہوتا ہے۔ ظاہر میں بیماری ہوتی ہے۔ اور یہ لوگ اس کی شادی نہیں ہونے دیتے یعنی اس کو کسی دوسرے کے پہلو میں دیکھتے ہوئے ان کو غصہ آجاتا ہے۔

اس لیے اگر ان کی شادی ہو بھی جائے تو مسلسل تلخیاں ان کی زندگی کا حصہ بن جاتی ہیں۔

جب میں نے انہیں یہ تشخیص اور تحقیق بتائی تو اس جوان نے اعتراف کیا ہاں واقعی ایسا تھا۔ میں ایک ویرانے میں گیا تھا میں گانے بجانے میں بہت ماہر ہوں، میں نے وہاں ایک گلوکار کی غزل گائی تھی، گٹار میرے ساتھ تھا۔ اور اس کی دھن ایسی خوبصورت تھی نامعلوم کتنی اچھی تھی میں خود حیران ہوا۔ بس اسکے بعد میں نے محسوس کیا کہ میری آنکھیں آہستہ آہستہ کمزور ہو رہی ہیں۔ اور ایک چیز جو انوکھی بتائی وہ یہ بتائی کہ خواب میں اکثر میں دیکھتا ہوں کہ کچھ خوبصورت سی مخلوق ہے جو میرے جسم اور میری آنکھوں کو چومتی ہے جتنا وہ چومتی ہے اتنی میری آنکھیں بند ہوتی جاتی ہیں جب میری آنکھیں ساری بند ہوگئیں انہوں نے چومنا بھی چھوڑ دیا میں نے ان سے کہا گھبرائیں نہیں یَاقَھَّارُ ایک تسبیح ہر نماز کے بعد سارا دن کھلا ہزاروں کی تعداد میں اور اس کے نقش مسلسل نوے دن پئیں۔ انہوں نے ایسا کرنا شروع کر دیا اور تقریباً چار پانچ مہینے کی محنت کے بعد وہ جوان بالکل تندرست ہو گیا آج اس کے پانچ بچے ہیں خود اس کا بیٹا جوان ہو گیا ہے اور وہ خوش وخرم ہے۔

قارئین! یہ بات بہت بڑی حقیقت ہے یَاقَھَّارُ جنات کا وظیفہ ہے اور جنات کا ورد ہے اور وہ جنات جو کسی عورت پر فریفتہ ہو جائے ان کو تو یہ وظیفہ بہت ہی زیادہ نفع دیتا ہے

پچھلے دنوں میرے پاس ایک آدمی آیا جس کا تعلق پنجاب کے شہر ہارون آباد سے تھا وہ ایک ایسی مصیبت میں مبتلا تھا جو ظاہر بھی نہیں کر سکتا اور چھپا بھی نہیں سکتا تھا اس نے آتے ہی مجھے ایک دستی کاغذ خط کی شکل میں پکڑایا۔ اس میں لکھا تھا کہ میرا نام فلاں ہے میں اپنے علاقے میں بڑا زمیندار ہوں بہت اچھی کپاس کی اور گندم کی کاشت ہوتی ہے۔ بیٹے ہیں، بیٹیاں ہیں گھر ہے، زمیندارا ہے زندگی بہت سکھی گزر رہی ہے لیکن ایک روگ مجھے بہت کھائے جا رہا ہے جس کا میں نے کچھ لوگوں کے سامنے اظہار کیا لیکن اس کا حل نہیں ہو سکا پھر میں نے استخارے کیے مسنون دعا کسی کے کہنے پر مسلسل سارا دن پڑھنا شروع کر دی پہلے تو فوٹو کاپی کرا کر جیب میں رکھ لی پھر کچھ دنوں کے بعد وہ یاد بھی ہو گئی پھر اللہ سے کہنا شروع کر دیا یا اللہ! مجھے اس کا کوئی حل بتا...... تو خواب میں آپ کی شکل، آپ کا نام اور آپ کا مکمل پتہ بتایا گیا۔ اب میں بڑی مشکل سے آپ تک پہنچا ہوں بات دراصل یہ ہے کہ میں ابھی جوان تھا اور شادی کو تین سال ہوئے تھے میرے گھر میری بیٹی پیدا ہوئی میرے چونکہ پہلے دو بیٹے تھے بیٹی کی پیدائش پر میں بہت خوش ہوا اور میں نے بہت سی مٹھائی بانٹی۔ لوگ آرہے تھے اور مٹھائی لے رہے تھے ایک خاتون ایک دفعہ لے گئی، دوسری دفعہ لے گئی جب تیسری دفعہ آئی تو میں نے دینے سے انکار کر دیا اس نے میرا ہاتھ تھاما کہنے لگی میرا منہ میٹھا کر دے تیسرا جسم میٹھا کر دوں گی نامعلوم اس کے اس بول میں کیا تاثیر تھی حالانکہ وہ بالکل بوڑھی اور بہت بدشکل خاتون تھی میں نے اسے ڈھیر ساری مٹھائی دے دی۔

رات کو سویا تو میں نے دیکھا کہ کچھ لوگ آئے انہوں نے مجھے اٹھایا اور کہنے لگے تیری شادی ہم ایک جن عورت سے کرنے لگے ہیں میں نے کہا میں تو پہلے سے شادی شدہ ہوں، کہا نہیں وہ عورت جو آج تیرے پاس مٹھائی لینے آئی تھی اس کا اصرار ہے کہ میری اس سے شادی کرو اور ہمیں حکم ملا ہے۔ کیونکہ وہ عورت مالدار ہے اور ہم اس کے غلام ہیں اور اسے لے آؤ۔ مجھے اٹھا کر لے گئے، میں احتجاج کرتا رہا۔ لیکن میرے منہ سے آواز نہیں نکل رہی تھی ایسے محسوس ہو رہا تھا کہ زبان تو ہل رہے، لفظ نہیں نکل رہی وہ زندگی کا پہلا موقع تھا جب میں نے اپنے آپ کو بہت بے بس محسوس کیا۔ بہت دور لے جانے کے بعد سرسبز پہاڑیاں تھیں ایسے محسوس ہوتا تھا جیسے کشمیر کی پہاڑیاں ہیں، وہاں ہر طرف کھانے پک رہے تھے گہما گہمی تھی کچھ موسیقی اور شادیانے بھی بج رہے تھے ہر طرف خوشی کی آوازیں تھی مجھے ایک بہت خوبصورت لباس پہنایا گیا اور میں اس خوبصورت لباس میں دولہے کی شکل بن گیا۔

میں پچھلے سارے غم بھول گیا میرے اندر بھی نئی شادی کی امنگ پیدا ہوئی پھر باقاعدہ شرعی طور پر میرا نکاح ہوا اجاب وقبول ہوا اور پھر مجھے اٹھا کر دلہن کے کمرے میں پہنچایا گیا۔ میری بیوی واقعی جیسا میں نے کوہ قاف کی پری کا حسن وجمال سنا تھا اتنی ہی خوبصورت اس کا سراپا اس کا جسم، اس کی خوبصورت آنکھیں خوبصورت گردن، گلابی ہونٹ، مہکتے رخسار، نشیلی پلکیں، دلربا آواز، خوبصورت ہاتھ اور کلائیاں جسم سسارا سونے اور ہیرے جواہرات سے لدا ہوا تھا میں نے رات اس کے ساتھ شب بسری کی۔ صبح خود ہی کہنے لگی اب میرے غلام آپ کو چھوڑ آئیں گے اپنی انسانی بیوی سے اس کا اظہار مت کرنا ورنہ وہ ناراض ہوگی۔ خط میں اس نے مزید لکھا کہ علامہ صاحب اس کہانی کو سالہا سال ہو گئے میری جننی بیوی جس کا نام عنایتاں اور میں اسے دلربا کہتا ہوں بس میری دلربا کے ساتھ ایسی محبت بڑھی کہ اس میں سے میرے سات بچے ہیں جو کہ جن ہیں۔ ہماری کبھی لڑائی نہیں ہوئی، میں جب بہت غریب تھا جس وقت سے میری دلربا سے شادی ہوئی، دولت مال، چیزیں اور انعامات خداوندی مجھ پر بارش کی طرح برسی۔ ہمارے دن رات سالہا سال سے گزر رہے تھے۔ (جاری ہے)

کیا جنات کا پیدائشی دوست دو صفحات ہوں؟

قارئین کے مسلسل اصرار پر اس ماہ تجرباتی طور پر حضرت علامہ لاہوتی صاحب نے قارئین کیلئے دو صفحات کی تحریر دی ہے۔ کیا آئندہ بھی دو صفحات ہوں یا ایک ہو؟ اپنی رائے خط یا فون کے ذریعے 20 فروری سے پہلے پہلے دفتر ماہنامہ عبقری پہنچائیں۔

بچانے اور تباہ کرنیوالی تین تین چیزیں

گناہوں کا کفارہ کردینے والی تین چیزیں: 1۔ سردی میں کامل وضو کرنا۔ 2۔ باجماعت نماز کیلئے جانا۔ 3۔ نماز کے بعد دوسری نماز کا انتظار کرنا۔ **تین نجات دینے والی چیزیں:** 1۔ خلوت وجلوت میں اللہ تعالیٰ کا خوف۔ 2۔ تنگدستی وخوشحالی میں میانہ روی۔ 3۔ رضامندی اور ناراضگی میں عدل وانصاف۔ **تین ہلاک کردینے والی چیزیں:** 1۔ شدت بخل کے حقوق العباد بھی ادا نہ کرے۔ 2۔ ہوائے نفسانی کا اتباع۔ 3۔ خود پسندی کہ دوسروں کو حقیر سمجھے۔ **تین درجات بلند کرنیوالی چیزیں:** 1۔ سلام کو عام کرنا کہ ہر مسلمان کو سلام کرے خواہ تعارف ہو یا نہ ہو۔ 2۔ کھانا کھلانا 3۔ نماز تہجد کا دور کرنا۔ (بندہ خدا، واہ کینٹ)

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

مغرور

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک عمارت کے آگے غسل خانے میں جانے کیلئے لوگوں کی قطاریں لگی ہیں۔ میں اپنی والدہ اور چھوٹی خالہ زاد بہن کے ساتھ وہاں موجود ہوں۔ مجھے وضو کرنا ہوتا ہے۔ میں مردوں کی قطار کے برابر سے بلڈنگ میں داخل ہونے کی کوشش کرتی ہوں تو ایک لڑکا غصہ سے چلا کر مجھے اندر جانے سے منع کرتا ہے تو میں غصے سے اسے جواب دیتی ہوں کہ لیڈیز غسل خانے میں جاؤں گی اور یہ کہہ کر میں اپنی والدہ کے ساتھ بلڈنگ میں داخل ہو جاتی ہوں۔ وہاں مجھے اپنی ماموں زاد بہن نظر آتی ہے۔ وہ کہتی ہے غسل خانہ خالی ہے اور وہ اس میں داخل ہو جاتی ہے۔ میں بھی ایک غسل خانے میں وضو کرنے لگتی ہوں۔ اس دوران بلڈنگ کے باہر سے شور سنائی دیتا ہے۔ میں باہر دیکھتی ہوں تو ہنگامہ ہو رہا ہوتا ہے۔ کچھ لوگ توڑ پھوڑ کرتے ہوئے اندر داخل ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔ یہ دیکھ کر میں ڈر جاتی ہوں۔ مجھے ایسا لگتا ہے وہ ہمیں نقصان پہنچائیں گے۔ میں گھبرا کر اپنی امی اور خالہ زاد کزن کو لے کر کمرے میں بند ہو جاتی ہوں اور کمرے کی چھت میں بنے ایک سوراخ سے فرار ہونے کیلئے امی سے کہتی ہوں کیونکہ مجھے بہت ڈر لگ رہا ہوتا ہے۔ پھر ہم وہاں سے فرار ہو جاتے ہیں اس کے بعد میں نے دیکھا کہ ہلکا ہلکا سا اندھیرا چھایا ہوا ہے جیسے صبح ہونے والی ہو۔ میں اپنی خالہ زاد کزن کے ساتھ ایک راستے پر جا رہی ہوں۔ کچھ اوباش لڑکے کھڑے ہوتے ہیں۔ مجھے ان سے ڈر لگتا ہے۔ ان میں سے دو لڑکے موٹر سائیکل پر سوار ہو کر ہمیں تنگ کرنے کی کوشش کرتے ہیں ان کے عزائم بڑے خطرناک ہوتے ہیں' میں ایک مسجد میں گھس جاتی ہوں' پھر میں دیکھتی ہوں کہ میں خالہ کے گھر کے باہر ہوں' گھر کے باہر کا دروازہ کھلا ہوا ہے اور میں دروازے کے بالکل سامنے کھڑی ہوں اور وہ دونوں بدمعاش لڑکے دروازے کے باہر کھڑے نظر آتے ہیں۔ میں بری طرح خوفزدہ ہو جاتی ہوں پھر وہ بھی مجھے دیکھ لیتے ہیں ان کے ہاتھ میں شاید گن بھی ہے۔ **(ج۔ سرگودھا)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق انشاء اللہ آپ کو گناہوں سے توبہ کی توفیق ہوگی اور دشمنوں سے حفاظت ہوگی۔ آپ استغفار کثرت سے پڑھا کریں۔

پھولوں کے ہار

خواب: میرا چھوٹا بیٹا ڈاکٹری کے آخری سال میں ہے۔ اسے کمسن دیکھا جیسا وہ بچپن میں تھا۔ مجھے سمجھ نہیں آ رہا ہے کہ وہ حج پر جا رہا ہے یا نہیں۔ اسے خاندان والے اور دوسرے پھولوں کے ہار پہنا رہے ہیں۔ آخر میں بھی خود پھولوں کے ہار پہن لیتی ہوں۔ اتنے میں میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(خیرالنساء' کراچی)**

تعبیر: ماشاء اللہ بہت مبارک خواب ہے اور اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کا بیٹا امتیازی کامیابی حاصل کرے گا نیز اسے خاندان میں بہت عزت حاصل ہوگی' آپ آیۃ الکرسی' چاروں قل' سورۂ بقرہ کا اول و آخری رکوع اور سورۂ قلم کی آخری آیت 7 بار پڑھ کر اپنے بیٹے پر دم کر لیا کریں۔ انشاء اللہ نظر بد سے حفاظت ہوگی۔

رشتے کی منظوری

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ میری باجی مجھ سے کہتی ہے' میں نے لڑکی والوں سے بات کر لی ہے وہ کہہ رہے ہیں ہمیں یہ رشتہ منظور ہے بس تم اپنے والدین کو یہاں بھیج دو اور میں بہت خوش ہوتا ہوں۔ منظر بدلتا ہے میں اپنے کمرے میں بیٹھا ہوں' وہی لڑکی آتی ہے جسے میں پسند کرتا ہوں وہ کافی دیر تک میری بہن سے باتیں کرتی رہتی ہے اس کے بعد میں وہاں سے اٹھ جاتا ہوں اور وہ لڑکی اس جگہ بیٹھ جاتی ہے میں چائے لے کر واپس کمرے میں آتا ہوں وہ کہتی ہے ہمارے گھر بھی شام کے وقت چائے بنتی ہے۔ **(محمد لطیف' پشاور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق جس جگہ آپ شادی کرنا چاہتے ہیں اگر مناسب طریقے سے بات آگے بڑھائی جائے تو یہ رشتہ بہت اچھا رہے گا۔ آپ ہر نماز کے بعد سورۂ الم نشرح ایک بار پڑھ لیا کریں۔

برعکس نتیجہ

خواب: ہمارا میٹرک کا رزلٹ آؤٹ ہو چکا ہے چونکہ میں نے ابھی میٹرک کا امتحان دیا ہے میں دیکھتی ہوں کہ ہمارے فزکس کے سر بیٹھے ہوئے ہیں اور سب طلبہ کو فزکس کے مارکس بتا رہے ہوتے ہیں۔ جب میں اور میری سہیلی مارکس دیکھنے جاتے ہیں تو میں دیکھتی ہوں کہ میری سہیلی کے زیادہ اچھے مارکس نہیں ہوتے کیونکہ وہ پوزیشن لیتی ہے اور باقی سٹوڈنٹس جو فزکس میں اتنے اچھے ہیں ان سب کے مجھ اور میری سہیلی سے زیادہ مارکس ہوتے ہیں جب میں اپنے مارکس دیکھتی ہوں تو وہ بہت کم ہوتے ہیں اور میں سر سے کہہ رہی ہوتی ہوں کہ سر میرا پیپر تو بہت اچھا ہوا تھا اور میرے اتنے کم مارکس کیوں آئے ہیں اور مجھے فیل بھی نہیں کیا ہوتا' میں پاس ہوتی ہوں' میرا دل بہت خفا ہوتا ہے کہ ایسا کیسے ہو گیا ہے' میرا دل بہت خفا ہوتا ہے اور میں سر سے کہتی ہوں کہ آپ دوبارہ چیک کریں شاید مارکس غلط لکھے ہوئے ہوں۔ اتنے میں میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(شفیہ' لاہور)**

تعبیر: آپ بالکل پریشان نہ ہوں کیونکہ آپ کے خواب کی تعبیر برعکس ہے اور انشاء اللہ آپ کا رزلٹ آپ کی توقع کے مطابق اچھا ظاہر ہوگا۔ آپ بعد نماز فجر 100 بار یَاحَسِیْبُ ضرور پڑھ لیا کریں۔

مستری کی دعا

خواب: میرے والدین نے میرے لیے ایک رشتہ دیکھا جس کیلئے میں نے استخارہ کیا تو خواب میں دیکھا کہ میرے ابو کے دوست ہیں لیکن حقیقت میں وہ ہمارے محلے کے ایک مستری ہیں جن کی طرف ہمارا کافی آنا جانا ہے اور ساتھ کچھ کام کرنے والے پانچ یا چھ مرد ہیں۔ ہمارے آبائی گھر میں دروازے کے اندر کھڑے ہوتے ہیں (دیکھنے میں وہ محلے کے مستری ہیں لیکن ذہن میں بات ابو کے دوست کی آتی ہے کہ یہ وہ ہیں) اور کہتے ہیں کہ نیک کام میں دیر کیا۔ پھر ہاتھ اٹھا کر دعا کرتے ہیں اور ساتھ ہی کہتے ہیں کہ اگلے جمعہ کو شادی کی تاریخ طے کر دیتے ہیں جس پر میں کہتی ہوں کہ اتنی جلدی' صرف ایک ہفتہ درمیان میں ہے۔

تعبیر: آپ کے استخاروں کا نتیجہ بالکل واضح ہے اور وہ یہ ہے کہ جس جگہ آپ کے رشتہ کی بات چل رہی ہے وہ رشتہ بہترین ہے اور انشاء اللہ کامیاب ازدواجی زندگی کے اشارے بھی ہیں۔ نیز ٹوٹے برتن ان حاسدوں کی ناکامی ظاہر کرتے ہیں جو اس رشتے کے خلاف ہیں۔ آپ یَالَطِیْفُ 111 بار بعد عشاء روزانہ پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔

تل کو دوست رکھیں، لازوال صحت پائیں

ام عائشہ، لاہور

تل قابل جذب معدنی نمکیات کا خزانہ ہے۔اس کے علاوہ تل وٹامن بی کا سرچشمہ ہے یعنی اس میں جسم انسانی کی تعمیر کے تمام ضروری اجزاء موجود ہیں۔اس میں گوشت کی پوری خاصیتیں تو پائی جاتی ہیں لیکن اہم بات یہ ہے کہ وہ خرابیاں موجود نہیں جو گوشت میں ہوتی ہیں۔

کسی نے کہا ہے، تل اوٹ پہاڑ...... یہ بالکل صحیح ہے۔تل کے چھوٹے چھوٹے دانوں میں نہ جانے کتنی سحر آفرینیاں، کرشمہ سازیاں اور معجزنمائیاں پوشیدہ ہیں۔ اسی لیے انسان ہزاروں سال پہلے تل کی جادو طرازیوں سے واقف ہوگیا تھا۔ چھوٹے چھوٹے تکونی شکل کے یہ بیج بلحاظ رنگت دو قسم کے ہوتے ہیں۔سیاہ اور سفید۔ دونوں کو کولہو میں پیس کر تیل نکالا جاتا ہے جسے عرف عام میں میٹھا تیل کہتے ہیں۔ سیاہ تلوں کا تیل کھانا پکانے، مارجرین بنانے کے علاوہ دوائی کے طور پر استعمال ہوتا ہے جبکہ سفید تلوں کا تیل بالوں کی نشوونما کے کام میں لایا جاتا ہے۔

تل ایسی غذا ہے جو گوشت جیسے خواص رکھتی ہے۔ درحقیقت تل طاقت حاصل کرنے اور عمر بڑھانے کا بہترین ذریعہ ہے۔ محنت کشوں کی مضبوطی اور دیہات کے باشندوں کی درازی عمر کا راز، تل، جیسی معمولی چیز میں پوشیدہ ہے۔ خوش قسمتی سے تل ہمارے ملک میں عام پایا جاتا ہے۔ پرانے زمانے میں پہلوان طاقت بڑھانے کیلئے تل استعمال کرتے تھے۔اس کی مقدار خوراک 7 ماشہ سے ایک تولہ تک ہے۔ جو لوگ تل کو دوست رکھیں، وہ بہت طویل عمر پاتے ہیں۔ دیہی باشندے تل کے شیدائی ہوتے ہیں، اسی لیے ان پر اسی، اسی سال تک جوانی کی بہار رہتی ہے۔ جو لوگ گوشت نہیں کھاتے انہیں تلوں کا استعمال ضرور کرنا چاہیے۔تل بلا مبالغہ نباتاتی گوشت ہے جس میں لیسی تھین کی وافر مقدار موجود ہے۔ لیسی تھین ایک فاسفورس آمیز چکنائی ہے جو بافتوں اور پٹھوں کی صحت کیلئے نہایت ضروری ہے۔ انسانی دماغ بھی اپنی توانائی لیسی تھین سے حاصل کرتا ہے۔ قوت حافظہ کیلئے انسانی بدن میں اس کا ہونا لازمی ہے۔ دماغ کا 28 فیصد حصہ لیسی تھین ہی کا بنا ہوا ہے۔ انسانی دماغ میں تمام حیوانوں سے زیادہ لیسی تھین ہوتی ہے۔ یہ گوشت، انڈے کی زردی، ماش، خرفہ اور تیل میں وافر مقدار میں ملتا ہے۔ اس مادے کی کمی کے باعث انسان کے اعصاب کمزور ہوجاتے ہیں اور وہ ذہنی مریض بن جاتا ہے۔ تناسلی غدود بھی جو دماغ سے گہرا ربط رکھتے ہیں اپنا فعل صحیح طور پر انجام دینے کیلئے لیسی تھین کے محتاج ہیں۔

تل قابل جذب معدنی نمکیات کا خزانہ ہے۔ اس کے علاوہ تل وٹامن بی کا سرچشمہ ہے یعنی اس میں جسم انسانی کی تعمیر کے تمام ضروری اجزاء موجود ہیں۔ اس میں گوشت کی پوری خاصیتیں تو پائی جاتی ہیں لیکن اہم بات یہ ہے کہ وہ خرابیاں موجود نہیں جو گوشت میں ہوتی ہیں۔

بدن کے گلے سڑے خلیوں کی تعمیر اور مرمت میں تل حیرت انگیز کرشمے دکھاتا ہے۔ یہ سرطان دق، سل اور خون کی کمی کا بہترین علاج ہے۔ جسمانی اور دماغی کام کرنے والوں کیلئے تل کا استعمال اتنا ہی ضروری ہے جتنا کہ کھانا! عمر بڑھانے اور شباب قائم رکھنے کیلئے تل بے نظیر ہے۔ بطور دوا اس کے مزید استعمال کے طریقے ہم آپ کو بتاتے ہیں:۔

تل کو پانی کے ساتھ پیس کر ہم وزن تازہ مکھن ملا لیں۔ پھر دو گرام آمیزے کو مغز اخروٹ ایک گرام کے ساتھ صبح و شام چند دن کھلائیے۔ یہ بواسیر کا خون بند کرنے کا بہترین علاج ہے۔

☆ جسم کو موٹا، سرخ و سفید اور طاقتور بنانے کیلئے تلوں کو دھو لیجئے، برابر وزن کے مغز بادام شیریں اور تخم خشخاش کے ساتھ کوٹ کر برابر کی چینی ملا کر ایک تولے سے دو تولے تک، رات کو سوتے وقت دودھ کے ساتھ کھائیے اور دو تین ہفتے تک کھاتے رہیے۔

تل مثانے کو بھی قوت دیتا ہے، اسی لیے تلوں والی ریوڑی یا گچک کھانے سے بستر پر پیشاب کرنے کی عادت چھوٹ جاتی ہے اور قطرہ قطرہ پیشاب آنے کی شکایت بھی دور ہوجاتی ہے۔

تل کے پودے کے پتے مہندی کے پتوں کے ساتھ پیس کر بالوں میں لگانے سے بال کالے ہوتے ہیں۔

سردیوں کے شروع میں تل کے پودے کے وہ پھول اور پتے لے لیجئے جن پر اوس پڑی ہوئی ہو انہیں چہرے پر چند دن تک روزانہ ملئے۔ انشاء اللہ ساری چھائیاں اور مہاسے غائب ہوجائیں گے۔

تل کے تیل کو اطباء دوسری دواؤں کے ساتھ معدے کی سوزش دور کرنے کیلئے بھی استعمال کرتے ہیں۔

تل کا شیرہ معدے کی ترشی اور جلن کم کرتا ہے۔

ادرک: فائدے اور نقصانات

ادرک زمانہ قدیم سے خوراک کو لذیذ بنانے اور علاج کیلئے استعمال میں ہے۔ادرک جسم میں گرمی پیدا کرتا ہے خوراک کو ہضم کرنے میں مددگار ہے۔ پیٹ کو نرم کرتا ہے اور قبض کو رفع کرتا ہے۔ پیٹ اور جگر سے پرانے سدے نکال دیتا ہے۔ ثقیل اور بادی اشیاء سے پیدا ہونے والی تبخیر کو دور کرتا ہے۔ آنتوں سے غلیظ مادے اور گندی ہوا نکالتا ہے۔ مقوی باہ ہے اگر آنکھوں میں سوزش ہو اس کی وجہ سے نظر میں فرق یا کمی آ گئی ہو تو ادرک کے پانی میں سلائی ڈال کر آنکھ میں پھیری جاتی ہے۔ اس کے علاوہ نزلہ، زکام، دمہ، بلغمی کھانسی، لقوہ، فالج وغیرہ میں بہت مفید ثابت ہوا ہے۔ اگر معدہ مسلسل خرابی کی وجہ سے سست پڑ گیا ہو، بھوک کم اور دیر سے لگتی اور کھانا ہضم نہ ہوتا ہو تو ان سب کیلئے ادرک بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ ادرک کے استعمال سے منہ اور سانس کی بدبو دور ہوتی ہے۔ اور منہ کا خراب ذائقہ ٹھیک ہوتا ہے۔ مکھن کے ہمراہ ادرک کھانے سے بلغم ختم ہوجاتی ہے ادرک معدہ اور دماغ کے لئے مقوی ہے بھوک کو بڑھاتا ہے حافظہ کی خرابی کو دور کرتا ہے۔ ادرک جسم سے غلیظ رطوبتوں کو نکالتا ہے۔ دمہ کے مریضوں کو اس کے استعمال سے راحت ہوتی ہے ادرک پیس کر تیل میں ملا کر مالش کرنے سے پٹھوں کے درد ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ ادرک خون کی نالیوں پر جمی ہوئی چربی کی تہیں اتار دیتا ہے۔ یہ دل کے فعل کو مضبوط کر کے دوران خون میں سستی کی وجہ سے پیروں یا دوسرے مقامات پر جمع ہونے والے پانی کو نکال دیتا ہے۔ ادرک کھانے سے بواسیر میں کمی آتی ہے ادرک چبانے سے گلا صاف ہوجاتا ہے۔ ادرک کے پانی میں شہد ملا کر دن میں بار بار چاٹنے سے ذیابیطس کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے۔ ادرک کا مربہ بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر ادرک کو صحیح ضرورت اور فائدے کے لئے استعمال کیا جائے تو یقیناً بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں لیکن ادرک روزانہ اور مقدار سے زیادہ استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات
کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روز مرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روز مرہ کے مشاہدات اور تجربات [redacted]

ناخن خراب ہوگئے ہیں

میری دوست کے ناخن پھٹے ہوئے اور باریک چھلکے کی طرح پتلے ہیں۔ اس کی وجہ سے پریشانی ہے۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت گرتے ہیں۔ **(شفیقہ انور، سرگودھا)**

مشورہ: آپ کے گاؤں میں انگور یا گنے کا سرکہ ضرور مل جائیگا۔ آپ ایک پیالہ سرکہ لیجئے اور اس میں ایک چوتھائی پیالی مہندی کے تازہ پتے پیس کر ہلکی آنچ پر پکائیے۔ پانچ منٹ بعد اتار کر ٹھنڈا ہونے پر ململ کے کپڑے سے چھان لیجئے۔ یہ لوشن پاؤں کے ناخنوں پر صبح و شام روئی سے لگائیے۔ ہفتے میں دو بار تازہ مہندی کے پتے پیس کر اس میں سرکہ ملا کر ناخن پر لگائیے۔ چٹکی بھر سناء مکی کے پتے بھی مہندی میں ملا لیجئے۔ اپنی دوست سے کہیں کہ وہ دودھ پیا کرے اور تازہ سبزیاں خوب کھائے۔ سر کے بال مضبوط رکھنے کیلئے چھاچھ، دودھ اور دہی کا استعمال زیادہ کیجئے۔ دہی میں ایک چمچ شکر ملائیے، سرسوں کا تیل دو چمچے ڈال کر اسے خوب ملا کر پندرہ دن بعد سر پر لگائیے۔ جڑوں میں خوب ملئے آدھ گھنٹے بعد سر دھو لیجئے۔ دیسی صابن استعمال نہ کیجئے۔ کولہو سے سرسوں کی تازہ کھال منگا کر اس سے اپنا سر دھوئیے۔ آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔

بچہ دودھ پیتے ہی نکال دیتا ہے

میرا بچہ تین ماہ کا ہے۔ دودھ پیتے ہی اگل دیتا ہے۔ اس طرح وہ کمزور ہوتا جارہا ہے۔ ہم دیہات میں رہتے ہیں۔ شہر جا کر ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے کچھ نہیں بتایا۔ اب آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ برائے مہربانی کوئی حل بتائیں ہم بہت پریشان ہیں۔ یہ میرا پہلا بچہ ہے۔ **(راحت لطیف، بلوچستان)**

مشورہ: راحت بی بی! آپ کا پہلا بچہ ہے اسی لیے آپ پریشان ہورہی ہیں۔ بچے عموماً دودھ نکالتے ہیں۔ آپ اپنا دودھ پلاتی ہیں یہ بہت ہی اچھی بات ہے۔ اسے تھوڑا سا دودھ پلا کر کندھے سے لگا کر ڈکار دلائیے، پھر اسے دودھ پلا کر دوبارہ ڈکار دلائیے۔ ڈکار کے ساتھ تھوڑا سا دودھ بچہ نکال بھی دے تو پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ لیٹ کر دودھ نہ پلائیں۔

سہاگے کی ایک ڈبی لیکر اسے توے پر رکھیے، آنچ سے سہاگہ پھول جائیگا جب اچھی طرح کھیل ہوجائے، اتار کر باریک پیس لیجئے تھوڑا سا شہد میں ملا کر رکھ لیجئے۔ دن میں دو بار بچے کو انگلی چٹا دیا کیجئے۔ ایک چاول جتنا سہاگہ بچے کو ایک چمچہ دودھ میں حل کر کے بھی پلا سکتی ہیں۔ ہفتہ میں ایک دو بار پلا دیا کیجئے۔

بچے باہر گھومتے ہیں

میرے تین بچے ہیں میں خود ملازمت کرتی ہوں دوپہر کے بعد گھر آتی ہوں اور گھر آکر گھر کے کام کاج میں لگ جاتی ہوں دو تین ماہ سے میں نے یہ نوٹ کیا ہے کہ میرے بچے باہر کچھ زیادہ گھومتے ہیں۔ رات کے آٹھ بجے تک باہر رہتے ہیں۔ آتے ہی سکول کا کام کر کے فارغ ہوجاتے ہیں گھر کے کام میں بھی دلچسپی نہیں لیتے۔ میرے شوہر رات گئے گھر آتے ہیں اور کھانا کھا کر سوجاتے ہیں۔ انہیں بچوں کی اور میری کوئی فکر نہیں۔ اب میں کیا کہہ سکتی ہوں۔ بچے جمعہ کے روز جمعہ تک نہیں پڑھتے۔ ان کی سکول کی پڑھائی بھی ٹھیک جارہی ہے۔ بچوں کو میں کیسے سمجھاؤں کہ آوارہ گردی اچھی نہیں ہے۔ **(سکینہ خاتون، سرگودھا)**

مشورہ: سکینہ بہن! اس میں کوئی شک و شبہ نہیں کہ زیادہ دیر گھر سے باہر آوارہ بچوں کے ساتھ بچوں کا رہنا اچھا نہیں بلکہ بہت خطرناک ہے۔

آپ چھٹی کے دن گھر میں بیٹھ کر بچوں کے ساتھ دوستانہ ماحول میں انہیں مشورہ دیں کہ ان کا وقت کتنا قیمتی ہے پھر انہیں بتائیے کہ یہ اپنا فارغ وقت کیسے گزار سکتے ہیں زیادہ باہر گھومنے پھرنے کے نقصانات سے بھی آگاہ کیجئے۔ اس میں اپنے شوہر کو بھی شریک کیجئے کیونکہ وہ بچوں کو بہتر طور پر سمجھا سکتے ہیں۔ بچوں کو ڈیڑھ دو گھنٹے سے زیادہ باہر کھیلنے کیلئے نہ جانے دیں۔ انہیں نماز پڑھنے کی تاکید لازمی کیجئے، پہلے بچے باپ دادا کے ساتھ نماز پڑھنے مسجد میں جایا کرتے تھے اس طرح ان کو عادت پڑ جاتی تھی بچوں کو اچھی دینی اور تاریخی کتابیں لا کر دیجئے۔ باہر گھومنے پھرنے کی طرف ان کی توجہ خود بخود کم ہوجائے گی۔ انہیں رات کو جلدی سونے اور صبح نماز کے وقت اٹھ کر نماز پڑھنے کی عادت ڈالیے تاکہ وہ صبح اٹھ کر نماز پڑھ سکیں۔ آپ آہستہ آہستہ بچوں کو گھر کے دوسرے کاموں میں بھی مصروف رکھ سکتی ہیں۔ اس طرح انہیں ذمہ داری کا احساس ہوگا۔ میز پر ناشتہ اور کھانے کی پلیٹیں ان سے لگوائیے اور برتن اٹھوائیے۔ چھٹی کے دن بچوں کے ساتھ مل کر گھر کی صفائی کیجئے۔ بچوں کو پھولوں کے گملوں میں پانی ڈالنا، ان کی دیکھ بھال کرنا اور اپنے بستر صحیح رکھنا سکھائیے۔ آپ کی تھوڑی سی توجہ سے بچے گھر کے کاموں میں دلچسپی لیں گے اور باہر گھومنے کی طرف ان کی توجہ کم ہوجائے گی۔

پاؤں میں بوائیاں

میرے پاؤں میں بوائیاں ہوجاتی ہیں۔ گہرے چیر بن کر شدید تکلیف دیتے ہیں۔ چلنے پھرنے سے زیادہ تکلیف ہوتی ہے خون بھی نکلتا ہے اس لیے کوئی ٹوٹکا بتائیے۔ **(فوزیہ سحر، بہاولنگر)**

مشورہ: سردی کے موسم میں عام طور پر بوائیاں ہوجاتی ہیں۔ آپ تین چار دن پانی میں شلجم ابال کر اس میں پاؤں بھگوئیے اور شلجم کے قتلے بوائیوں پر رگڑیئے۔ تھوڑا سا دیسی موم خریدیں۔ ناریل، زیتون یا سرسوں کا تیل جو بھی میسر ہو تھوڑا سا کٹوری میں ڈال کر گرم کیجئے۔ دھواں اٹھنے لگے تو اس میں موم کاٹ کر ملائیے۔ ایک چوتھائی پیالی تیل میں موم کا ایک ڈیڑھ انچ کا ٹکڑا ڈالیے آگ ہلکی رکھیے۔ موم پگھل جائے تو چمچے سے آمیزہ نکال کر گہرے چیر میں انگلی سے بھریئے۔ اس سے تکلیف کی شدت کم ہوجائے گی فوری طور پر آرام ملے گا۔ مہندی کے پتے رگڑ کر پاؤں پر لگانے سے آرام آتا ہے کوئی چیز نہ ہو تو آپ خالص دیسی گھی گرم کر کے نمک ملائیے اور پاؤں پر ملیے پانچ دن ملنے سے آرام آجائے گا۔

(بقیہ: بدمعاش بندر اور دیہاتی کی عقلمندی)

اور واقعی وہ ڈر گیا...... اب کیا کیا جائے...... لنگور جی تو واقعی پریشان ہوگئے اور یہی موقع تھا لنگور پر آخری حملے کا...... درخت کے ساتھ سیڑھی لگادی گئی بندر مہاراج کو مزید پریشانی لاحق ہوئی کہ یہ کیا ہونے والا ہے۔ لوگ یہ دیکھ کر مزید حیران ہوئے کہ بندر کو چیلنج کرنے والا شخص سیڑھی پر اوپر کی طرف چڑھنے لگا بندر کے غصے کی انتہا نہ رہی اور وہ بندر اپنے مخصوص انداز میں آدمی کو ڈرانے دھمکانے لگا مگر یہ شخص اوپر اور بندر مہاراج نیچے کی طرف آنے لگا تاکہ ایک دوسرے کو شکست دی جاسکے اب ان دونوں فریقوں کے درمیان تقریباً دو گز کا فاصلہ ہوگا کہ اس شخص نے اپنی زنبیل سے پٹاری نکالی اور اس کا ڈھکن نیچے گرا دیا اور سیاہ ناگ پھن اٹھانے سامنے جب اس بندر کی نگاہ سانپ پر پڑی تو اس نے آنکھیں بند کرلیں اور تھر تھر کانپنے لگا اور واقعی اس بدمعاش کا پیشاب خطا ہوگیا جب بھی اس نے آنکھ کھولی تو چیلنجر نے پٹاری کو ذرا ہلا دیا تو کوبرا پھن پھیلائے سامنے اور بندر جی نے آنکھیں بند کرلیں۔ اسی طرح بندر کے قریب پہنچ کر واقعی اس شخص نے بندر کو کان سے پکڑا اور نیچے کی طرف اترنا شروع کردیا اور نیچے اترتے اترتے بالآخر پنجرہ تک پہنچا دیا اور اس بدمعاش کو کیفر کردار کردیا تمام لوگ بڑے خوش ہوئے اور اس شخص کو اپنی جیب سے انعام دینا شروع کیا اور ہزاروں روپے اس پانچ سو کے علاوہ ہوئے۔

بنت جمشید چغتائی

اپنے بچوں کو ویران جگہوں پر مت بھیجیں

اب میری عمر 18 سال کی تھی کہ میں جب بھی گہری نیند میں سوئی ہوتی تو اٹھ کر گھومنے لگتی اور میرے سر کا درد شدید سے شدید تر ہوگیا اتنا شدید کہ میرے چیک اپ کے بعد ڈاکٹر کو کچھ سمجھ نہیں آئی اور جب میرے سر میں درد ہوتا تو میں چیخیں مارتی

تب میں صرف 6 برس کی تھی جب پہلی مرتبہ ابو ہم سب کو ساتھ لیکر گرمیوں کی چھٹیوں میں وانا سے گوجرانوالہ گئے ہم سب بے انتہا خوش تھے کیونکہ یہ پہلی بار تھی جب ہم سب ابو کے ساتھ گئے تھے۔ خیر گوجرانوالہ پہلے ہم کچھ دن اپنی خالہ کے گھر رہے پھر ابو نے کہا چلو پھوپھو سے مل کر آتے ہیں جو کہ گوجرانوالہ کے نزدیک ایک گاؤں قلعہ میاں سنگھ میں رہتی تھی۔ ہم صبح ہی صبح پھوپھو سے ملنے چلے گئے۔ وہاں پر پورا دن رہے میری پھوپھو کے دیور جس نے ہمیں پورا گاؤں گھمایا خاص کر قلعہ میاں سنگھ میں دو پرانی حویلیاں ہیں ان کی سیر کرائی' ایک حویلی میں ایک سو ایک کمرے ہیں دوسرے قلعے کا جو وڈیرا تھا میاں سنگھ اس کی حویلی میں گئے جس کا صحن کافی وسیع تھا اس صحن میں ایک چھوٹا سا مندر بھی تھا جس میں چار سے پانچ لوگ عبادت کرسکتے تھے۔ مندر کے چاروں طرف بہت پیاری پینٹنگ تھی۔ میں نے چاچو سے کہا کہ حویلی بھی دیکھتے ہیں مگر انہوں نے تقریباً چار گز کے فاصلے سے دکھائی اور آگے جانے سے سختی سے منع کردیا۔ بقول ان کے حویلی میں جانے کی جن لوگوں نے کوشش کی وہ زندہ نہیں بچے۔ خیر مجھے بہت برا لگا اور ہم لوگ واپس آگئے۔ جب ہم واپس آگئے تو میرے آدھے سر میں درد شروع ہوگیا جب امی سے کہا تو امی نے سر میں مالش کی اور بولیں کہ صبح ہم جلدی اٹھ گئے تھے تو دھند کی وجہ سے سر میں درد ہوگا' بہرحال ایک ہفتہ وہاں گزار کر ہم لوگ واپس وانا آگئے کیونکہ وانا میں میرے ابو گورنمنٹ ملازم ہیں۔ یہاں آکر ایک مرتبہ دادا ابو نے ڈانٹا تو میں بیہوش ہوگئی سب بہت پریشان ہوگئے کیونکہ میں اپنے دادا جان کی بے حد لاڈلی بھی ہوں۔ میرا جسم بالکل اکڑ گیا مجھے سب کی آواز آرہی تھی کوئی میرے ہاتھوں کو مل رہا تھا تو کوئی پاؤں کو...... آہستہ آہستہ تقریباً بیس منٹ میں میرا جسم اپنی اصل حالت میں آیا اور آدھے گھنٹے میں ہوش۔ مجھے اپنے جسم میں کافی کمزوری محسوس ہورہی تھی' اگلے ہی دن میرے چاچو مجھے لیکر سندھ کے کسی علاقے میں دم کروانے چلے گئے' دو دن رات کا سفر کرکے بالآخر ہم سندھ پہنچے پھر وہاں سے دم کروانے کے بعد واپس آئے مگر اس کے باوجود مجھے آدھے سر کا درد اور بے ہوشی کے دورے پڑتے رہے۔ کوئی اونچی آواز سے ڈانٹتا بھی تو میں بے ہوش ہوجاتی۔ وقت گزرتا رہا 12 سال گزر گئے میری نظر بھی کافی کمزور ہوگئی جس کی وجہ سے مجھے عینک بھی لگ گئی اب میری عمر 18 سال کی تھی کہ میں جب بھی گہری نیند میں سوئی ہوتی تو اٹھ کر گھومنے لگتی اور میرے سر کا درد شدید سے شدید تر ہوگیا اتنا شدید کہ میرے چیک اپ کے بعد ڈاکٹر کو کچھ سمجھ نہیں آئی اور جب میرے سر میں درد ہوتا تو میں چیخیں مارتی' ڈاکٹرز مجھے نشے کے انجکشن لگاتے۔ تین ماہ میری زندگی کے کیسے گزرے مجھے سوائے نیند کے کچھ یاد نہیں۔ پھر فیصل آباد میں کسی نے ایک عورت کا ایڈریس دیا جس پر پریاں آتی تھیں میری امی میرے لیے فیصل آباد گئیں جس دن اس عورت پر پریاں آتی تھیں اس کے گھر گئیں اس نے اپنا حساب لگایا مگر امی سے کچھ نہیں کہا صرف 7 بتیاں دیں جو کہ کاغذ کی بنی ہوئی تھیں اس پر کچھ لکھا ہوا تھا۔ اسے سرسوں کے تیل میں بھگو کر خود جلائیں جو کچھ بھی ہے آپ کی بیٹی کے خود سامنے آجائے گا' آخری بتی جمعرات کو جلانی ہے۔ پھر امی نے آکر مجھے طریقہ سمجھایا اور میں نے پہلی بتی جلائی عشاء کی نماز پڑھ کر۔ جب میں رات کو سوئی تو خواب میں دیکھا کہ میرا چاچو ہمیں گھمانے لے جارہا ہے بالکل وہی بچپن کی عمر اور وہی منظر جب ہم قلعہ میاں سنگھ گئے تھے 12 سال پہلے کا واقعہ اور خواب میں جب میاں سنگھ کی حویلی پہنچے تو خواب ختم ہوگیا۔ 12 سال پہلے کی ہوئی ہر بات بالکل وہی راستہ خواب میں دیکھا جب میں صرف 6 سال کی تھی۔ اگلے دن پھر بتی جلائی' جب سوئی تو پھر خواب بالکل وہیں سے شروع ہوا جہاں ختم ہوا تھا بالکل ایسے جیسے کسی ڈرامے کی اگلی قسط ہو۔

پھر میں نے دیکھا کہ جس وقت میں حویلی کی طرف دیکھ رہی تھی اور چاچو کو حویلی میں جانے کا پوچھ رہی تھی بالکل اسی وقت میری نظر حویلی کی چھت پر پڑی تو وہاں ایک عورت بیٹھی ہے جس کی آنکھیں تو ہیں مگر آنکھوں کے اندر کالا دائرہ مطلب آئی بال نہیں ہیں اس کی آنکھیں بالکل سفید ہیں اور میری طرف دیکھ کر مکروہ سا ہنس رہی ہے۔ (بقیہ صفحہ 46 پر)

عبدالغفور نقشبندی' بنوں

سراغ زندگی

اس کے پیش نظر ہم نے محمد ﷺ سے وفا کرنی ہے' زبانی کلامی نہیں احکامات اور سنت نبوی ﷺ پر عمل کرکے

اللہ تعالیٰ سے ہمارا رشتہ خالق اور مخلوق کا ہے' بندہ جیسا بھی ہو بہرحال اللہ کا بندہ ہے اس کا اللہ تعالیٰ سے رشتہ پکا اور پختہ بنے' اس ناطے سے اللہ اس کا مالک ہے اور مالک تو اپنے بندے کو بندگی سے نکال ہی نہیں سکتا ہے اور رسول کریم ﷺ سے رشتہ عزت اور احترام اطاعت اور محبت کا ہے' وہ محبت ہی کیا جو محبّ کیلئے باعث ناراضگی ہو اگر محبت میں کمی آجائے اور محبوب کو اس کا علم ہوجائے تو محبت کرنے والے کیلئے شرم وحیا اور ندامت کے سوا کچھ نہیں ہوگا جبکہ محسن بھی ایسا ہو کہ جس نے اللہ تعالیٰ سے ہمیں روشناس کرایا ہم اللہ تعالیٰ کو جانتے پہچانتے نہ تھے اور نہ ہی کبھی دیکھا تھا یہ حضور ﷺ کا ہی کمال ہے جنہوں نے ہمیں بتلایا کہ ہمیں بنانے والا' پالنے والا اور ہر قسم کی نعمتیں عطا کرنے والا سوائے اللہ کے کوئی نہیں جب کوئی انسان کسی فصیلے یا ملک کو تحریک چلا کر آزاد کراتا ہے تو آنے والی نسلیں اس کو اعظم' قائد کے القاب سے یاد کرتی ہیں تو پھر کیوں نہ ایسی ہستی جو بنی نوع انسان کو ہر وہم وخیال سے پوری انسانیت کو آزادی کا سبق دے رحمۃ للعلمین کہلائے یہ ہی ہمارے نبی ﷺ ہیں۔

جن کیلئے علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ نے سادہ سی دعا مانگی۔

تو غنی از ہر دو عالم من فقیر   روز محشر عذر ہائے من پذیر

گرتو می بینی درحسابم ناگزیر   از نگاہ مصطفی ﷺ پنہاں بگیر

ترجمہ: اے اللہ تو دو جہاں کا مالک ہے اور میں فقیر ہوں' میرے پاس کچھ نہیں مجھ سے کیا حساب لینا' مجھے ایسے ہی بخش دے۔ اگر ایسا نہ ہوسکے تو کم از کم مصطفی ﷺ کی نگاہوں سے بچا کر حساب لینا تاکہ میرے محسن کے سامنے میری گناہگاریاں نہ آئیں مجھے ان کے سامنے شرمندہ نہ ہونا پڑے تو ستارالعیوب ہے۔ ہم نے قرآن وسنت اور ارشادات نبوی ﷺ پر ایمان اور یقین کیساتھ عمل کرکے اللہ تعالیٰ سے انعامات وصول کرتے ہیں یہ ہی وفا کا تقاضا ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ میں نے انسان کو اپنے ہاتھ سے بنایا اس میں روح پھونکی اس لیے انسان عزت وتکریم کے قابل ہیں۔ ہر انسان دوسرے کو اپنے سے کم نہ جانے' ہم سب کو ایک ہی خالق نے بنایا ہے اور ہر ایک کے اندر اسکی روح رواں دواں ہے۔ اگر ہم عجز وانکساری سے نبی کریم ﷺ کے بتائے ہوئے راستے پر چل کر اپنے عمل سے ثابت کریں کہ ہم حضور ﷺ کے پیروکار ہیں تو دنیا میں کوئی چیز ایسی نہیں ہے جو ہماری نہ ہوجائے۔ انسان اگر کمزور بھی ہے اور پوری طرح اللہ کا نہیں بن سکتا تو اپنا ہی بن جائے۔ جب وہ اپنا بن جائیگا تو خود بخود اللہ تعالیٰ کا بن جائیگا۔

تھکاوٹ سے نجات کے آسان طریقے

ڈاکٹر ایچ اے باکھرو

بے خوابی اور تناؤ دونوں تھکاوٹ کا سبب بنتی ہیں۔ دودھ اور دودھ کی مصنوعات، پتوں پر مشتمل سبزیاں، تلوں کے بیج، بادام، جئی اور اخروٹ کیلشیم فراہم کرتے ہیں۔ سوڈیم اور زنک بھی تھکاوٹ کے علاج میں مفید ہیں۔ اجموڈ، کھیرا، سلاد کے پتے اور سیب سوڈیم کے معقول ذرائع ہیں

کم و بیش ہر انسان کو کچھ مواقع پر زیادہ دیر تک کام کرنا پڑتا ہے اور ایسا کرتے ہوئے اسے اپنے آرام اور نیند کی قربانی دینا پڑتی ہے اس سے عارضی تھکاوٹ پیدا ہوجاتی ہے۔ تھکاوٹ اور نڈھال ہونے کا احساس عارضی اور وقتی بھی ہوسکتا ہے اور مزمن یعنی پرانا اور مسلسل بھی اس کیفیت کو مناسب آرام کے ساتھ دور کیا جاسکتا ہے۔ البتہ پرانی اور مسلسل تھکاوٹ ایک سنجیدہ مسئلہ ہے جس کیلئے جامع قسم کے علاج کی ضرورت ہوتی ہے کردار کا ایک خصوصی رنگ...... مجبوری...... کا احساس، مسلسل تھکاوٹ کو جنم دیتا ہے۔ جب کوئی کام زبردستی یعنی مجبوری کے عالم میں کیا جائے اس میں دلچسپی نہ ہو تو بہت جلد تھکاوٹ کا احساس پیدا ہوجاتا ہے۔ کچھ لوگ مسلسل محسوس کرتے ہیں کہ وہ اس وقت تک آرام نہیں کرسکتے جب تک وہ تمام وقت پر ختم نہیں کرلیتے۔ ایسے لوگ عام طور پر تناؤ کا شکار رہتے ہیں اور اس وقت تک خود کو پرسکون محسوس نہیں کرسکتے جب تک وہ تمام کام ختم نہ کرلیں، چاہے وہ کتنے ہی کیوں نہ تھک جائیں۔

تھکاوٹ کا بڑا سبب: طاقت یا توانائی کی کمی ہے اور یہ کھانے پینے کی غلط عادتوں کے نتیجہ میں پیدا ہوتی ہے۔ لذیذ کھانے عموماً غذائیت سے محروم ہوتے ہیں۔ مثلاً سفید چینی، پسے ہوئے اناج، سفید آٹے کے پکوان (سفید آٹے سے مراد میدہ) پراسیس کیے ہوئے کھانے جسمانی نظام پر بہت برے اثرات مرتب کرتے ہیں۔ غذاؤں کو غیر فطری انداز میں پکا کر کھانے سے وہ وٹامنز اور معدنی اجزاء میسر نہیں آتے جن کی ہمارے جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ چنانچہ توانائی میں کمی آجاتی ہے کچھ مخصوص قسم کی ذہنی جسمانی کیفیات جن میں کم بلڈ پریشر، بلڈ شوگر میں کمی، کسی قسم کی انفیکشن، جگر کی خرابی ادویات اور غذاؤں کی الرجی، بے خوابی، ذہنی تناؤ اور جذباتی ناآسودگی شامل ہیں۔ ہوا، مٹی اور پانی کی آلودگی سے جسم میں پیدا ہونے والے زہریلے مادوں سے بھی جسم تھکاوٹ اور اضمحلال کا شکار ہوجاتا ہے۔

تھکاوٹ پژمردگی اور اضمحلال کے شکار مریض کو ایسی غذائیت بخش غذائیں کھانا چاہئیں جو جسم کو توانائی فراہم کریں بیجوں کی صورت میں استعمال کرنے سے تھکاوٹ دور ہوتی ہے اور توانائی ملتی ہے اناج کے یہ بیج مکئی کے دانے، گندم کے دانے، رائی کے بیج، جو اور جوار وغیرہ ہیں۔ ان کو پسوانے کے زیادہ عرصہ بعد استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ ان پکے اناج میں مکمل غذائیت ہوتی ہے جو اچھی صحت کیلئے ضروری ہوتی ہے۔ زیادہ پسے ہوئے، چھنے ہوئے اناج بھی غذائیت سے محروم ہوجاتے ہیں۔ مثلاً گندم کے آٹے میں سے سوجی نکال لی جائے اور اسے چھان کر استعمال کیا جائے تو مطلوبہ فوائد حاصل نہیں ہوتے۔ سفید آٹا یعنی میدہ لذت فراہم کرتا ہے مگر غذائیت سے محروم ہونے کے ساتھ ساتھ انتڑیوں کیلئے مفید نہیں ہوتا۔

معدنی اجزاء

عمومی صحت کے علاوہ تھکاوٹ کے مرض پہ قابو پانے کیلئے بھی معدنی اجزاء بہت اہم ہوتے ہیں۔ پوٹاشیم خاص طور پر تھکاوٹ سے محفوظ رکھتی ہے۔ پتوں پر مشتمل سبزیاں، مالٹے آلو اور پھلیاں اس معدنی اجزا کی فراہمی کا نمایاں ذریعہ ہیں۔ کیلشیم سکون اور آسودگی مہیا کرتی ہے اور بے خوابی اور تناؤ دور کرنے میں مدد دیتی ہے۔ بے خوابی اور تناؤ دونوں تھکاوٹ کا سبب بنتی ہیں۔ دودھ اور دودھ کی مصنوعات، پتوں پر مشتمل سبزیاں، تلوں کے بیج، بادام، جئی اور اخروٹ کیلشیم فراہم کرتے ہیں۔ سوڈیم اور زنک بھی تھکاوٹ کے علاج میں مفید ہیں۔ اجموڈ، کھیرا، سلاد کے پتے اور سیب سوڈیم کے معقول ذرائع ہیں۔ پھلیاں، سالم اناج کی مصنوعات اور کدو کے بیج زنک کی وافر مقدار مہیا کرتے ہیں۔

کھجور: تھکاوٹ دور کرنے کا مؤثر گھریلو علاج کھجور کا استعمال ہے جو لوگ اضمحلال اور تھکاوٹ کے شکار رہتے ہیں انہیں باقاعدگی سے کھجور کھانا چاہیے۔ پانچ سے سات دانے کھجور رات کو آدھا کپ پانی میں بھگو دیں اور صبح ان کی گٹھلیاں نکال کر اسی پانی میں مسل دیں اسی گاڑھے مشروب کو ہفتہ میں کم از کم دو بار ضرور پئیں۔

چکوترہ

یہ پھل بھی تھکاوٹ دور کرنے کیلئے مفید ہے۔ چکوترہ اور لیموں کا ایک گلاس جوس اضمحلال دور کرنے کا بہترین ذریعہ ہے۔ دن بھر کی تھکاوٹ کے بعد یہ مشروب پینا تازہ دم کردیتا ہے۔

لیمن گراس

دماغی تھکاوٹ اور ذہنی اضمحلال کے تدارک کیلئے یہ دوا بھی نہایت عمدہ ہے۔ 30 گرام بوٹی کو آدھا لیٹر ٹھنڈے پانی میں ڈال کر بارہ گھنٹے تک پڑا رہنے دیں۔ پھر اس مشروب کو چھان کر تھوڑی تھوڑی مقدار میں سارا دن پئیں۔

غذائی حکمت عملی

وٹامنز اور معدنی اجزاء کا استعمال تھکاوٹ کے علاج میں سب سے زیادہ ضروری ہے۔ طبی مشاہدات میں دیکھا گیا ہے کہ جو لوگ بڑے کھانوں کے درمیان میں سنیکس کھاتے رہتے ہیں۔ وہ تھکاوٹ اور اعصاب زدگی کا بہت کم شکار ہوتے ہیں ان لوگوں کے مقابلے میں زیادہ بہتر انداز میں سوچ سکتے ہیں اور زیادہ مستعد رہتے ہیں جو دن میں صرف تین مرتبہ کھانا کھاتے ہیں۔ یہ سنیکس تازہ یا خشک پھلوں، تازہ پھلوں یا سبزیوں کے جوسز، کچی سبزیوں یا سالم اناج کے چھوٹے چھوٹے سینڈوچز پر مشتمل ہونے چاہئیں۔ یہ سنیکس ہلکے پھلکے ہونے چاہئیں اور ان کے پیش نظر بڑے کھانوں میں کم خوراک کھانی چاہئیں۔ سنیکس کا استعمال مخصوص وقت پر یعنی گیارہ بجے اور پھر شام کو چار بجے کرنا مناسب ہوتا ہے۔

دیگر اقدامات

مزمن تھکاوٹ کی وجہ عموماً کمزور دوران خون ہوتا ہے۔ اس کا ازالہ روزانہ جسمانی ورزش کے ذریعے کیا جاسکتا ہے۔ ورزش سے تناؤ بھی دور ہوتا ہے اور ایک حد تک تازگی ملتی ہے۔ توانائی بحال ہوتی ہے۔ نیند کا معمول بہتر ہوجاتا ہے۔ واکنگ میں تیز تیز چلنا، بائیسکل چلانا، باغبانی، ٹینس کھیلنا یا اسی طرح کی کوئی اور گیم یہ سب ورزش کی اچھی صورتیں ہیں۔ مساج، ٹھنڈی پٹیاں یا یکے بعد دیگرے متبادل گرم اور ٹھنڈے غسل کا اہتمام پٹھوں کو متحرک کردیتا ہے اور تھکاوٹ زائل ہوجاتی ہے۔ ان معمولات سے نہ صرف اضمحلال کا احساس ختم ہوجاتا ہے بلکہ ان کے بعد چائے یا کافی کا استعمال واقعتاً ٹانک جیسا اثر دکھاتا ہے۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

شاندار صحت کے جاندار اصول

آپ تھکان کا کام کرتے ہیں' یا دماغی تو عطر لیکن ہلکا ضرور لگایا کریں۔ ہلکا سا ناک کی نتھنوں میں لگالیا کریں۔ آپ کے ساتھ گلاب کا پھول یا کوئی خوشبودار پھول پڑا ہو تو اس کو ہلکا ہلکا سونگھتے رہا کریں آپ کا دماغ معطر رہے گا جسم پرسکون رہے گا۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! گزشتہ کچھ عرصہ قبل ایک صاحب فن اور صاحب کمال سے ملاقات ہوئی۔ میں چونکہ روحانی اور طبی طالب علم ہوں اور ہر شخص سے سیکھتا ہوں میں نے ان سے کچھ سیکھا۔ جی میں آیا جو کچھ میں نے سیکھا وہ قارئین کی نذر کروں کیونکہ میری تحقیق کے مطابق انہوں نے جو کچھ بتایا وہ چمکتے ہیرے' بے داغ موتی اور بہار کے جھونکے سے کچھ کم نہ تھا۔

آیئے! وہ طبی تجربات اور آزمودہ گُر آپ کو بتائیں۔

کہنے لگے اگر جسم جسمانی مشقت نہیں کر رہا تو اسے فاقہ دو۔ کسی نے پوچھا بے وقوف شخص کون ہے؟ کہنے لگا جو صبح و شام غسل نہیں کرتا' یا کم از کم دن میں ایک دفعہ غسل کرے اور غسل خانے میں کشتی لڑے حیران ہوا یہ کیا بات ہوئی؟ کس سے کشتی لڑے۔ کہا: اپنے بدن سے۔ پوچھا کیوں؟ کہنے لگے خالص تلوں کا تیل یا خالص سرسوں کا تیل یا پھر زیتون کا تیل لے کر' ہتھیلیوں پہ مل کر پورے سر کی مالش کرے اور خوب مالش کرے اتنا کہ سر سے گرم دھواں نکلنے کا احساس ہو۔ پھر تیل لگائے اور دونوں ہاتھوں سے سینے کی گردن کی' کندھے کی' کمر تک اور پشت تک جہاں تک ہاتھ پشت پر پہنچ سکتا ہے خوب مالش کرے۔ میں بار بار ایک لفظ دھرا رہا ہوں کہ تیل لگائے نہیں مالش کرے۔ لگانے اور مالش میں بہت فرق ہوتا ہے پھر تیل لگائے دونوں ہاتھوں پر اور اسی طرح بازوؤں کی مالش کرے بغلوں کے اندر کی مالش کرے اور خوب مالش کرے اور اتنی مالش کرے کہ بدن سے گرمی پھوٹ اٹھے۔ پھر تیل لگائے اور رانوں کی مالش کرے اور خوب کرے۔ پھر تیل لگائے رانوں کے درمیان کے سارے حصے کی خوب مالش کرے اسی طرح پنڈلیوں کی اور پاؤں کی۔ پاؤں کی مالش کرنے میں کبھی بھی غفلت نہ کرے۔ یاد رکھیں! دماغ کی صحت نظروں کی طاقت' اعصاب کی قوت' یادداشت' جوانی' جنس' طاقت' حسن و جمال' طویل العمری اور مضبوط جسم اس کا تعلق صرف اور صرف پاؤں کی صحت سے ہے۔

موصوف ٹھنڈی سانس بھر کر کہنے لگے ایک عمل بتا رہا ہوں کہ آپ دماغی محنت کرنے والے ہیں رات سونے سے پہلے تیز پھونکیں ماریں دیوار سے تقریباً دو فٹ کا فاصلہ کر کے تصور کریں کہ سامنے موم بتی جل رہی ہے میں نے موم بتی بجھانی ہے اور موم بتی بجھانے کے انداز میں تیز پھونکیں ماریں آپ کے اندر سے ناقص کاربن نکل جائے گی صحت مند آکسیجن داخل ہوگی۔ چہرے پر سرخی لالی' صحت میں تراوٹ اور پرسکون نیند۔

آپ تھکان کا کام کرتے ہیں' یا دماغی تو عطر لیکن ہلکا ضرور لگایا کریں۔ ہلکا سی ناک کی نتھنوں میں لگالیا کریں۔ آپ کے ساتھ گلاب کا پھول یا کوئی خوشبودار پھول پڑا ہو تو اس کو ہلکا ہلکا سونگھتے رہا کریں آپ کا دماغ معطر رہے گا جسم پرسکون رہے گا۔

ایک صاحب کمال کہنے لگے میں حیران ہوں غسل میں اتنی تاثیر اور طاقت ہے کہ میت آخر زندہ کیوں نہیں ہو جاتی؟ کیونکہ غسل کرنے سے تو میت کو زندہ ہو جانا چاہیے۔ میرے محسن ضیاء الرحمان صاحب اپنے مخصوص کھلکھلاتے ہوئے لہجے میں بولے دیکھ یار' تین جگہ تیل لگانا کبھی نہ بھولنا ایک ناک کے نتھنوں میں' دوسرا ناف میں اور تیسرا پاخانے کی جگہ یعنی مقعد میں' اور مقعد میں تیل انگلی سے اندر تک تین دفعہ لگانا ہے۔

اگر آپ تھکے ہوئے ہیں ٹشو پیپر کی بتی بنا کر ناک کے اندر داخل کریں سرسراہٹ ہوگی۔ چند چھینکیں آئیں گی دماغ ہلکا ہو جائیگا اور صحت بحال ہو جائے گی۔

پھر وہ سنجیدہ ہو گئے اور بولے ناک میں سوتے ہوئے جو شخص چند قطرے بادام روغن کے ڈالتا ہے وہ کبھی بھی نزلہ زکام' الرجی چھینکیں' بے خوابی' دماغی کمزوری' اعصابی کھچاؤ' تناؤ' ذہنی ٹینشن' اسٹریس اور ڈیپریشن کا شکار نہیں ہوگا اور ہاں دیکھ یار وہ اپنی سانس روک کر بولے: پندرہ منٹ سے کم نہیں نہانا جسم کو خوب تر کرنا ہے اور اتنی ہی دیر مالش کرنی ہے اور واک کرو جتنی عمر ہے ہر سال کے دو منٹ یعنی عمر اگر ساٹھ سال ہے تو 120 منٹ اگر واک نہیں کر سکتے۔ پنجوں کے بل پانچ منٹ اچھلو پھر پانچ پاؤں کے بل پانچ منٹ اچھلیں اور یہ وقفہ بڑھاتے چلے جائیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ۔ **پشاور:** اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ہلال بک سٹال ریلوے روڑ، 0321-7120318۔ **ایبٹ آباد:** طیبہ بک سنٹر 0344-9381998۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڑ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلور کوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ: حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے،** 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبۂ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال 0333-8749464۔ **جہانیاں: محمودیہ کتب خانہ** 0321-7359861 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095 **سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ' 0300-5665317۔ **کامونکی:** رمضان' سکائی گارمنٹس شاپ' 0344-4070752

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

میرا ایک بیٹا ہے بچپن سے وہ بہت لاڈلا رہا ہے شادی کے بعد بھی میرے ہاتھ کا پکا ہوا کھانا پسند کرتا ہے۔ میں اب اس کے گھر جا کر کام کر کے آتی ہوں، جس دن نہ جاؤں اس کی بیوی کو شکایت ہوتی ہے اور بیٹا بھی ناراض ہوتا ہے۔ میں خود مریضہ ہوں۔ تنہائی میں روتی ہوں کہ محبت کا کیا صلہ ملا؟

ماں کی دعائیں

میں نے اپنی زندگی میں بہت ناکامیاں دیکھیں مگر کبھی مایوس نہیں ہوا۔ اب لوگوں کی باتوں نے مایوس کر دیا ہے۔ گھر والے اور رشتے دار کہتے ہیں کہ یہ کوئی کام نہیں کر سکتا۔ مجھے حوصلہ دینے کے بجائے دل توڑنے والی باتیں کرتے ہیں، میں شادی شدہ ہوں، مہنگائی زیادہ ہے۔ آمدنی کم ہے، اس لیے مسائل ہیں۔ اچھی ملازمت کی کوشش کرتا ہوں۔ ماں کی دعاؤں نے حوصلہ دیا ہوا ہے۔ کوئی ایسی ترکیب بتائیں کہ گھر کے حالات ٹھیک ہو جائیں۔ **(ایوب احمد، جہانیاں)**

مشورہ: جن لوگوں کو مائیں دعائیں دیتی ہوں وہ لوگوں کی باتوں پر حوصلہ نہیں ہارتے۔ ہمیں اس بات پر یقین ہونا چاہیے کہ مایوسی یا خوشی ہمارے اپنے اندر ہوتی ہے۔ اسے لوگوں کی باتوں کے حوالے نہیں کرنا چاہیے۔ ملازمت میں بہتری کی کوشش جاری رکھیں۔ وقت کے ساتھ مسائل بھی حل ہو جائیں گے۔

بچگانہ سی خواہش

بڑے بھائی کی دوبار منگنی ختم ہوگئی۔ والد کو لڑکی والوں کی کسی بات پر غصہ آ گیا۔ رشتے داروں سے کبھی ملنا اور روٹھنا چلتا رہتا ہے اب میں نے محسوس کیا ہے کہ لوگ ہمارے گھر والوں سے ذرا دور دور رہنے لگے ہیں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میں یونیورسٹی میں جس لڑکی کو چاہتا ہوں اسے اپنے گھر کبھی آنے کی دعوت نہیں دیتا اور نہ ہی اپنے گھر والوں کو اس کے گھر بھیجنا چاہتا ہوں۔ ایک دوست کی امی سے بات کی ہے کہ وہ میری امی بن کر بات کر لیں۔ **(عامر ندیم، لاہور)**

مشورہ: یہ تو بہت بچگانہ سی خواہش ہے کہ دوست کی والدہ آپ کی والدہ بن کر لڑکی والوں سے بات کریں۔ آپ کو معلوم ہے کہ اس طرح کی حرکتیں کرنے والوں کو بعد میں خراب نتائج کا سامنا ہو سکتا ہے۔ بہتر یہی ہے کہ اپنے والدین کے مزاج کو سمجھتے ہوئے انہی سے بات کروائی جائے مگر وہ آپ کی بات اسی وقت مانیں گے جب آپ ان کے فرمان بردار ہونے کے ساتھ معاشی طور پر مستحکم ہوں گے۔

بھابی کے دورے

ہمارے بھائی کا ذہن کمزور تھا اس لیے تعلیم حاصل نہ کر سکے۔ بڑے بھائی نے انہیں دبئی بلا لیا۔ وہاں محنت مزدوری کرنے لگے اب خاندان سے باہر ایک بہت خوبصورت لڑکی سے ان کی شادی ہوگئی سب حیران تھے کہ یہ کیا ہوا۔ ایک بے وقوف لڑکے کو اتنی اچھی لڑکی کس طرح مل گئی مگر ہمیں چند ہفتوں بعد معلوم ہو گیا کہ لڑکی ذہنی طور پر ٹھیک نہیں، اسے دورے پڑتے ہیں۔ اس کا جسم چند منٹ کیلئے پھڑ پھڑاتا رہتا ہے منہ سے عجیب آوازیں بھی نکالتی ہے۔ بھائی اس سے ڈرتا ہے کہ اس پر جن آ گیا مگر میں جانتی ہوں کہ یہ بیماری ہے کیونکہ میری ایک دوست کو بھی یہی بیماری تھی۔ **(اسماء، چکوال)**

مشورہ: اچھی بات ہے کہ آپ کو اپنی بھابی کے مرض کا اندازہ ہو رہا ہے۔ اگر دوست کی بیماری کے بارے میں جانتی ہیں تو یہ بھی معلوم ہوگا کہ اس مرض کا علاج ہو جاتا ہے اور پھر دورے نہیں پڑتے، یہ لوگ روزمرہ کی ذمہ داریاں انجام دینے کے قابل رہتے ہیں اور پھر وہ ذہنی طور پر بھی ٹھیک رہتے ہیں، آپ پریشان نہ ہوں، بھائی کو بھی سمجھائیں کہ ڈرنے کی کوئی بات نہیں۔

انوکھا لاڈلا

میرا ایک بیٹا ہے بچپن سے وہ بہت لاڈلا رہا ہے شادی کے بعد بھی میرے ہاتھ کا پکا ہوا کھانا پسند کرتا ہے۔ میں اب اس کے گھر جا کر کام کر کے آتی ہوں، جس دن نہ جاؤں اس کی بیوی کو شکایت ہوتی ہے اور بیٹا بھی ناراض ہوتا ہے۔ میں خود مریضہ ہوں۔ تنہائی میں روتی ہوں کہ محبت کا کیا صلہ ملا؟ **(عائشہ، نوشہرہ)**

مشورہ: والدین اور اولاد دونوں کو اپنے اپنے فرائض اور حقوق کا علم ہونا ضروری ہے، ورنہ تعلقات میں استحکام پیدا نہیں ہوتا۔ آپ کا فرض نہیں ہے کہ بیٹے کے گھر جا کر کھانا پکا کر آئیں اور انہیں ناراض ہونے کا حق نہیں۔ اپنے مقام کو پہچانتے ہوئے مطمئن اور پرسکون زندگی گزارنے کی کوشش کریں۔ آپ نے بیٹے کو اپنی خدمت اور محبت دے کر اس لائق بنا دیا ہے کہ وہ اب زندگی اچھی گزارے۔ آپ کا خیال بھی رکھے۔ کبھی محبت کا صلہ حاصل کرنے کیلئے احساس بھی دلایا جاتا ہے۔

خراب تعلقات

شادی کے 20 سال بعد میرے شوہر کے مجھ سے تعلقات بجائے بہتر ہونے کے خراب ہونے لگے۔ بات اتنی بڑھی کہ انہوں نے دوسری شادی کر لی۔ اب میں نے ان کے ساتھ نہ رہنے کا فیصلہ کر لیا ہے۔ مجھے معلوم ہو رہا ہے کہ دوسری بیوی سے بھی تعلقات خراب ہو رہے ہیں۔ وہ اپنے ایک دوست سے کہہ رہے تھے کہ مجھ سے غلط عورت کا انتخاب ہو گیا ہے۔ دراصل میں نے تو اتنے سال ان کی خامیوں کو برداشت کیا ہے اب کوئی دوسری عورت بھلا کیسے برداشت کرے گی۔ وہ مجھے کئی بار فون کر چکے ہیں۔ میں ان سے بات نہیں کرنا چاہتی مگر میری بیٹی کا کہنا ہے کہ وہ اپنے ابو کے بغیر نہیں رہ سکے گی۔ میں بہت کشمکش کا شکار ہو جاتی ہوں۔ **(افشین کنول، راولپنڈی)**

مشورہ: کسی نتیجے پر پہنچنے سے پہلے آپ دیکھیں کہ جب آپ شوہر کے ساتھ رہتی تھیں اس وقت میں اور اب، آپ ان سے علیحدہ رہ رہی ہیں تو اس وقت میں کیا فرق ہے۔ اگر ساتھ رہنے میں خوشی یا آسانی تھی تو دوبارہ ساتھ رہا جا سکتا ہے اگر آپ ساتھ نہ بھی رہیں تو بیٹی اپنے والد سے مل سکتی ہے۔

جتنا مرضی شدید کان کا درد ہو......

کان کے تمام جملہ امراض کیلئے یہ عمل اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ عمل یہ ہے:۔ اول و آخر تین مرتبہ درود شریف ابراہیمی درمیان میں سات مرتبہ سورۃ القدر۔

سات رنگ کے دھاگے لے کر سات گرہ لگانی ہیں۔ ہر گرہ پر اوپر والا عمل کر کے پڑھ کے پھونک مارنی ہے۔ اور گرہ کو بند کرنا ہے۔ اس طریقہ سے سات گرہ لگانی ہیں۔ پھر دھاگے کو تعویذ میں ڈال کر گلے میں پہن لیں۔ کچھ ہی عرصے میں ان تمام امراض سے نجات مل جائے گی۔ تعویذ کو تا زندگی گلے سے نہیں اتارنا۔ **(شیخ محمد رمضان، کامونکی)**

قرآن کی تلاوت رب کی مدد کھینچ لائی

محمد شریف خان، کہروڑپکا

میں کہا کہ تمہارا اس سے کیا مطلب ہے کہنے لگی کہ آپ سورۂ فیل کی تلاوت کریں تاکہ اصحاب فیل کی طرح سکھوں کا یہ لشکر تہس نہس ہوجائے میرے دل میں ایک بجلی سی کوندگئی اور میں نے بے ساختہ سورۃ الفیل کی تلاوت کرنا شروع کردی

چاروں طرف ہو کا عالم تھا زمین و آسمان سے وحشت برستی تھی، مغرب سے کالی گھٹائیں اٹھیں، بادل گرجا، بجلی کڑکی کہ زمین کا سینہ دہل گیا، برق بار بار چمکتی تھی اور آنکھوں میں چکاچوند پیدا کررہی تھی طوفانی بارش کا یہ عالم تھا کہ برق پر صاعقہ کا گمان ہوتا تھا۔

پیر کا دن تھا، پانچ بجنے میں ابھی پانچ منٹ باقی تھے کہ طوفان اور آندھی نے ہمیں آلیا۔

پاکستان کی سرحد یہاں سے دو میل تھی مگر یہ دو میل ہمارے لیے ہزار میل سے زیادہ تھے۔ چاروں طرف ہزاروں سکھ ہتھیاروں سے مسلح حملہ کرنے کیلئے پر تول رہے تھے قافلہ اور قافلے کے محافظ بہت دور نکل گئے تھے۔ درماندگان زخمی اور ضعیف قافلے کی لکیر پیٹ رہے تھے اس زمرے میں ہم بھی شامل تھے۔

بارش دھواں دھار ہونے لگی، خوف و ہراس ہر طرف طاری تھا، حلقہ تنگ تر ہوتا چلا جارہا تھا بارش راستے میں حائل نہ ہوتی تو وہ کبھی کا ہمارا تیاپانچا کرچکے ہوتے۔

یہ لوگ ہمارے اس لیے دشمن تھے کہ ہمارا نظریہ حیات ان سے الگ تھا، قرآن ان کے سینے میں خار کی طرح کھٹکتا ہے یہی وجہ ہے کہ یہ ٹولہ مسلمانوں کے قتل پر ادھار کھائے بیٹھا تھا۔ ان کا ارمان تھا کہ ایک سکھ چار مسلمانوں کو قتل کرے تاکہ مشرقی پنجاب کے مسلمانوں کا صحیح طور پر صفایا ہوسکے۔

بارش تھم گئی بادل چھٹ گیا، ہزاروں سکھ شمال کی طرف کماد کے کھیت میں جو ہم سے نصف فرلانگ کے فاصلے پر تھا، چھپے ہوئے تھے ان کے ہاتھوں میں برچھے اور تلواریں تھیں۔ وہ اس گھات میں تھے کہ موقع ملتے ہی پنجاب اور درماندہ مسلمانوں پر ٹوٹ پڑیں۔

میں اور میری مونس حیات موت کی گھڑیاں گن رہے تھے ہم دونوں ہرٹلاشہ کی خستہ فصیل پر بیٹھ گئے، مجھے میری اہلیہ نے بصد یاس وحزن کہا کہ اب ہمارا آخری وقت ہے ہمیں چاہیے کہ ہم صدق دل سے توبہ کریں اور کلمہ طیبہ کا ورد کریں میری آنکھوں میں بے اختیار آنسو آگئے میں نے ضبط کرتے ہوئے اس کو حوصلہ دیا اور کہا کہ خدا کا آسرا ہر حال میں کافی ہے۔ گھبرانے سے کچھ فائدہ نہیں، مسلمان کو چاہیے کہ انتہائی نازک حالات میں بھی ثابت قدم رہے اور صبر کے دامن کو مضبوطی سے تھامے رکھے۔

میری بیوی نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے کلام پاک میں وہ تاثیر رکھی ہے کہ اگر صحیح طریقے سے ایمان کی روشنی میں زندگی کے انتہائی نازک حالات میں اس کی تلاوت کی جائے تو یقیناً ہوا کا رخ تبدیل ہوسکتا ہے۔

میں کہا کہ تمہارا اس سے کیا مطلب ہے کہنے لگی کہ آپ سورۂ فیل کی تلاوت کریں تاکہ اصحاب فیل کی طرح سکھوں کا یہ لشکر تہس نہس ہوجائے میرے دل میں ایک بجلی سی کوندگئی اور میں نے بے ساختہ سورۃ الفیل کی تلاوت کرنا شروع کردی میری زبان پر ابھی یہ سورت جاری تھی کہ افق مغرب سے پاکستان کا ہوائی جہاز نمودار ہوا اور آن واحد میں اس نے فضاء میں ایک روشنی کا بم چھوڑا۔ فضا بقعہ نور بن گئی۔ کماد میں سکھ ادھر ادھر پھرتے صاف نظر آرہے تھے ہوائی جہاز کے آتے ہی محافظ دستہ حرکت میں آگیا۔ ٹینک، بکتر بند گاڑیاں، آرمڈ کاریں ادھر ادھر بھاگنے لگیں۔ ابھی چند منٹ بھی نہ گزرنے پائے تھے کہ ٹینک کماد کے کھیتوں پر چڑھ دوڑے ایک بم پھٹا اور دھوئیں سے فضا معمور ہوگئی۔ دیکھتے ہی دیکھتے کماد کا کھیت صاف ہوگیا۔ نہ کماد باقی رہا نہ سکھوں کا وجود کہیں نظر آیا تھا۔ سینکڑوں مارے گئے اور بیسیوں گرفتار ہوکر تہ تیغ ہوئے جو بھاگے وہ گولی کا نشانہ بنے۔

یہ تھا کلام پاک کا سچا واقعہ جو میں نے بچشم خود دیکھا۔ واقعی قرآن پاک زندہ کتاب ہے۔ اس کے معجزات آج بھی وہی اعجاز رکھتے ہیں جو قرن اولیٰ میں مسلمانوں نے ملاحظہ کیے ہیں۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 68

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت عمران بن حصین رضی اللہ عنہ ایک سفر کا واقعہ بیان کرتے ہیں کہ رات میں ہم نے ایک جگہ پڑاؤ ڈالا۔ صبح سب کی آنکھ لگ گئی۔ نماز قضا ہوگئی۔ فوراً بعد میں ادا کی گئی۔ ہمارے پاس پانی ختم ہوچکا تھا۔ شدید پیاس لگی ہوئی تھی۔ رسول اللہ ﷺ نے کچھ سواروں کے ساتھ مجھے پانی کی تلاش میں بھیجا۔ جب ہم نکلے تو دیکھا کہ ایک عورت پانی سے بھرے ہوئے دو مشک اپنی اونٹنی پر لیے جارہی ہے۔ ہم نے اس سے دریافت کیا کہ پانی کہاں مل سکتا ہے؟ اس نے کہا قریب میں پانی نہیں ہے۔ میں اپنے قبیلہ سے ایک دن اور ایک رات کا فاصلہ طے کرکے پانی لارہی ہوں۔ اس نے بتایا کہ وہ ایک بیوہ عورت ہے اور اس کے چھوٹے چھوٹے یتیم بچے ہیں۔ ہم اسے لے کر رسول اکرم ﷺ کی خدمت میں پہنچے۔ آپ کے حکم پر اونٹنی کو بٹھایا گیا۔ آپ نے مشک پر دست مبارک رکھا۔ تھوڑا سا پانی لے کر اس پر کلی کی۔ اس کے بعد آپ کا یہ معجزہ دیکھنے میں آیا کہ ہم چالیس افراد تھے۔ ہم سب نے اس سے پانی پیا اور ہمارے پاس جو چھوٹے بڑے برتن تھے سب بھر لیے۔ ایک صاحب کو غسل کی حاجت تھی انہیں اس کیلئے پانی دیا گیا۔ اس کے باوجود یوں محسوس ہورہا تھا کہ مشک اس قدر بھرے ہوئے کہ پھٹے جارہے ہیں۔ آپ نے اس عورت سے فرمایا دیکھو ہم نے تمہارا پانی کم نہیں کیا ہے پھر آپ کے حکم سے ہم لوگوں نے بچی ہوئی روٹی کے ٹکڑے اور کھجوریں اسے دیں آپ نے اس سے کہا جاؤ یہ اپنے بچوں کو کھلاؤ۔ اس نے اپنے قبیلہ میں پہنچ کر پورا واقعہ سنایا تو سب لوگ اسلام لے آئے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے بارے میں روایت ہے کہ انہوں نے شام کے سفر میں ایک نصرانی عورت کے گھر سے گرم پانی لے کر وضو کیا۔ امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے اس روایت کو یوں نقل کیا ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ایک نصرانی عورت کے گھڑے سے پانی لیکر وضو کیا۔

طیبہ آصف، لاہور

کر بھلا ہو بھلا، سو بھلے کا بھلا

بچو! نیکی اور اچھائی کبھی نہیں چھوڑنی چاہیے یہ دشمن کو بھی دوست بنا لیتی ہے۔ اگر ہمارے جاننے والے دوست وغیرہ ہم سے محبت نہیں کرتے اور ہم سے اچھا سلوک نہیں کرتے یعنی بلاوجہ ہمیں ستاتے ہیں اور پریشان کرتے ہیں تو ہم ان کے ساتھ ویسا ہی نہ کریں

بھالو میاں جنگل میں سب سے نیک اور اچھے اخلاق والے مشہور تھے، جنگل کے سب جانور ان کی بہت عزت کرتے تھے یہاں تک کہ جنگل کا بادشاہ ببر شیر بھی انہیں احترام کی نظر سے دیکھتا تھا۔ بھالو میاں سب کی بہت خدمت کیا کرتے تھے کسی سے کوئی دشمنی نہیں رکھتے تھے۔ سب جانور ان سے پیار کرتے تھے۔

سوائے بی لومڑی اور کانے (جس کی ایک آنکھ نہ ہو) گیدڑ کے کہ ان دونوں کو بھالو میاں سے بغیر کسی وجہ سے دشمنی تھی۔ وہ دونوں اسے تنگ کرنے اور ستانے کا کوئی موقع ہاتھ سے جانے نہ دیتے تھے۔ بی لومڑی کی پوری کوشش تھی کہ کسی طرح بھالو میاں کو جنگل کے جانوروں کی نظر سے گرا دے۔

ہمیشہ سے اس کی یہی کوشش رہی مگر اس کی ہر ترکیب ناکام ہوتی رہی۔ بی لومڑی اور کانا گیدڑ جنگل کے سب ہی جانوروں کو تنگ کرنے میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیتے تھے کبھی کسی پرندے کا گھونسلہ گرا دیا، کسی جانور کا گھر توڑ دیا، کبھی دھوکے سے دو جانوروں کو آپس میں لڑا دیا، کسی کو بے وقوف بنا کر لوٹ لیا، سب جانور ان دونوں کی حرکتوں سے بہت تنگ تھے مگر ان دونوں کو کسی کے دکھ درد کا ذرا احساس نہ تھا۔

ایک دن بی لومڑی جنگل کی سیر کو جا رہی تھی کہ اس کی نظر چند شکاریوں پر پڑی، شکاری ہاتھیوں کو پکڑنے کیلئے بڑا سا گڑھا کھود رہے تھے گڑھا کھودنے کے بعد انہوں نے اسے گھاس پھونس اور پتوں سے ڈھانپ دیا۔ بی لومڑی چھپ کر سب دیکھتی رہی کچھ دیر بعد شکاری چلے گئے تو وہاں سے نکلی اور جا کر گڑھے کو دیکھا اچانک اس کے دماغ میں ایک شیطانی ترکیب آئی اور فوراً کانے گیدڑ کے پاس گئی اور اسے ساری ترکیب کے بارے میں بتایا..........

منصوبہ سن کر گیدڑ اور لومڑی دونوں بہت ہنسے......اور گیدڑ نے کہا......تعریف کرنے پڑے گی تمہاری عقلمندی اور چالاکی کی۔ کیا شاندار ترکیب ہے۔ اس طرح میاں بھالو ہمیشہ کیلئے ہمارے راستے سے ہٹ جائے گا اور اسے اس کی نیکی اور اچھائی کی سزا بھی مل جائے گی۔ بہت شوق ہے انہیں دوسروں کی مدد کرنے کا۔ رات کو آٹھ بجے میں میاں بھالو کے گھر جا کر اسے جھوٹ موٹ تمہارے زخمی ہونے کی اطلاع دونگا اور اسے بتاؤں گا کہ تمہیں اس کی مدد کی سخت ضرورت ہے اور تم جنگل کے اس حصے میں ہو۔ جہاں شکاری گڑھا کھود گئے تھے۔

میاں بھالو وہاں جائے گا اور گڑھے میں گر جائے گا اور یوں ہمیں میاں بھالو سے نجات مل جائے گی۔ (یعنی اس سے جان چھوٹ جائے گی) ٹھیک ہے ناں..........

گیدڑ بولا ہاں بالکل ٹھیک..........اب چلو میں تمہیں گڑھے والی جگہ دکھا دوں بی لومڑی نے کہا...... وہ دونوں جنگل کے اس حصے کی طرف چل پڑے ابھی وہ وہاں پہنچے ہی تھے کہ اچانک دونوں دھڑام سے ایک گہرے گڑھے میں گر پڑے۔

..........ہائے میں مر گئی میری ٹانگ.......... بی لومڑی چلائی۔

......میں مر گیا ہائے ہائے میرا سر.......... گیدڑ درد سے چیخا......یہ گڑھا یہاں کیسے آ گیا۔

گڑھا تو یہاں سے کافی دور تھا۔ بی لومڑی بولی...... ہائے..........!! میرا سر یہ تم نے کیا کیا بی لومڑی اب ہم یہاں سے کیسے نکلیں گے جنگل کا کوئی جانور ہماری مدد نہیں کرے گا۔ ہم نے کسی کے ساتھ اچھا سلوک نہیں کیا ہے۔

اب کیا ہوگا..........؟؟؟ گیدڑ روتے ہوئے بولا..........

بی لومڑی گھبرا کر بولی.......... میرا خیال ہے شکاریوں نے یہاں بھی گڑھا کھود دیا ہوگا۔ ہائے.......... ہم دونوں تو یہاں بھوکے مر جائیں گے۔ ہمیں تو کوئی نہیں نکالے گا۔ لومڑی اور کانا گیدڑ کتنی ہی دیر چلا چلا کر سب کو مدد کیلئے بلاتے رہے مگر کوئی جانور ان کی مدد کیلئے نہ آیا۔

ایک دن یوں ہی گزر گیا، جنگل کے تمام جانور انہیں گڑھے میں گرا دیکھ کر خوش ہوئے کہ انہیں ان دونوں سے نجات ملی۔ کسی نے ان کی چیخ و پکار پر توجہ نہ دی اور نہ ان کی مدد کی۔

جب بھالو میاں کو ان کے گڑھے میں گرنے کی اطلاع ملی تو وہ فوراً وہاں پہنچے اور ان کی مدد کرنا چاہی تو تمام جانوروں نے انہیں ایسا کرنے سے منع کیا۔ ان کی پچھلی حرکتوں کی اطلاع دی اور یہ بھی بتایا کہ یہ دونوں اصل میں انہی کو (بھالو میاں ہی کو) گڑھے میں گرانا چاہتے تھے۔

میاں بھالو نے یہ سب سنا مگر پھر بھی ان کی مدد سے ہاتھ نہیں ہٹایا اور تمام جانوروں سے کہا کہ ''برائی کا بدلہ برائی نہیں بلکہ برائی کا بدلہ اچھائی ہے، چلو سب انہیں گڑھے سے نکالیں۔''

میاں بھالو کے کہنے پر جانوروں نے انہیں گڑھے سے نکال دیا۔ بی لومڑی اور کانا گیدڑ بھالو میاں سے سخت شرمندہ ہوئے اور ان کی عظمت کے قائل ہو گئے اور ہمیشہ کیلئے برائی سے توبہ کر لی۔

بچو! نیکی اور اچھائی کبھی نہیں چھوڑنی چاہیے یہ دشمن کو بھی دوست بنا لیتی ہے۔ اگر ہمارے جاننے والے دوست وغیرہ ہم سے محبت نہیں کرتے اور ہم سے اچھا سلوک نہیں کرتے یعنی بلاوجہ ہمیں ستاتے ہیں اور پریشان کرتے ہیں تو ہم ان کے ساتھ ویسا ہی نہ کریں بلکہ ان کے ساتھ اچھے اخلاق کے ساتھ پیش آئیں اور ان کے ساتھ بھلائی کا معاملہ کریں اس سے خود بخود سب کے دلوں میں اچھا اثر پڑیگا اور دشمن بھی دوست بن جائیں گے۔ بچو! اگر سکول میں کوئی بچہ یا ہمارے گھر میں کوئی دوست یا رشتہ دار ہماری جھوٹی شکایت کہیں لگا دے مثلاً کوئی چیز اس نے توڑ کر نام ہمارا لگا دیا تو اب ہم انتظار میں نہ رہیں کہ ہم بھی اس کا کوئی نقصان کریں گے یا ہم بھی کسی وقت اس کی کوئی جھوٹی شکایت لگائیں گے بلکہ اس کو معاف کرنا سیکھیں اور اس سے اچھی طرح پیش آئیں اس بات پر خوش ہو کر وہ ہمارا دوست بن جائیگا۔

موسم سرما میں کھانسی سے نجات

نصیر احمد، ایبٹ آباد

کھانسی کی دو بڑی قسمیں ہیں۔ ایک خشک اور دوسری تر، خشک دھسکہ ہوتا ہے اگر توجہ سے علاج نہ کیا جائے تو پھیپھڑوں میں زخم پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے تر کھانسی اکثر بچوں اور بوڑھوں کو موسم سرما میں ہوتی ہے۔ سفید زردی مائل بلغم نکلتا ہے

موسم سرما اپنے عروج پر ہے۔ ہر طرف نزلہ زکام اور کھانسی کے بیمار نظر آتے ہیں، تقریباً ہر گھر سے بچوں کے کھانسنے کی آوازیں آرہی ہیں۔ بڑے بوڑھے زیادہ متاثر نظر آتے ہیں۔ حکیم ہری چند ملتانی نے کھانسی کی تعریف وجوہات و علاج بڑے ہی دلچسپ اور مجرب لکھے ہیں جن کی خدمت خلق کے پیش نظر عبقری کے قارئین کیلئے پیش خدمت ہیں۔ جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب کے بے حد مشکور ہیں کہ انہوں نے اس رسالہ کی بنیاد رکھ کر ہزاروں بلکہ لاکھوں کو جسمانی اور روحانی فیض پہنچایا ہے۔

تعریف: کھانسی ایک حرکت ہے جو آلات تنفس خاص طور پر پھیپھڑوں کے تکلیف دہ مادہ کو دور کرتی ہے۔ درحقیقت کھانسی ایک علامت مرض ہے جو آلات تنفس کی بیماریوں میں پیدا ہوتی ہے۔

وجوہات: سردی لگنا، دائمی نزلہ وزکام، گردوغبار، گرم وسرد ہوا، دھواں، بخار، نزلہ وبائی، خسرہ، نمونیہ، پلوریسی، امراض قلب، امراض آلات تنفس، معدہ، جگر، ورم گردہ اور بعض دفعہ وبائی طور پر پھیل جاتی ہے۔

کھانسی کی دو بڑی قسمیں ہیں۔ ایک خشک اور دوسری تر، خشک دھسکہ ہوتا ہے اگر توجہ سے علاج نہ کیا جائے تو پھیپھڑوں میں زخم پیدا ہونے کا خطرہ ہوتا ہے تر کھانسی اکثر بچوں اور بوڑھوں کو موسم سرما میں ہوتی ہے۔ سفید زردی مائل بلغم نکلتا ہے اگر اس طرف توجہ نہ دی جائے تو یہ عارضہ پرانی کھانسی میں تبدیل ہوجاتا ہے۔ کھانسی کی اقسام درج ذیل ہیں۔

سردی کی کھانسی

اکثر زیادہ عمر کے افراد کو سردیوں میں ہوتی ہے۔ صبح اور رات کو سوتے وقت کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ سفید زردی مائل بلغم نکلتا ہے۔

بلغمی کھانسی

سانس کی تنگی ہوتی ہے، بلغم زیادہ خارج ہوتا ہے، کھانسی بار بار اٹھتی ہے۔

خشک کھانسی

اس کھانسی میں بلغم بہت کم خارج ہوتا ہے یہ عارضہ امراض گردہ، امراض دل اور نقرس کے مریضوں کو زیادہ ہوتا ہے۔

پرانی کھانسی

اس کھانسی میں آلات تنفس خصوصاً ہوائی نالیوں کی اندرونی جھلی میں پرانی سوجن ہوتی ہے، کمزور مریضوں کو زیادہ ہوتی ہے۔

شدید کھانسی

بار بار کھانسی اٹھتی ہے جس سے ہوائی نالیوں کے اندر سوجن ہوجاتی ہے۔ بچے، بوڑھے اور کمزور اشخاص کو زیادہ ہوتی ہے۔ مرض کی شدت کی وجہ سے بخار بھی ہوتا ہے۔

کالی کھانسی

اکثر بچوں کو ہوتی ہے دورہ سے ہوتی ہے، کھانستے کھانستے قے بھی ہوجاتی ہے۔ چہرہ متورم اور نیلا ہوجاتا ہے۔ آواز سیٹی کی طرح نکلتی ہے۔

نزلہ وزکام کی کھانسی

یہ کھانسی تپ دق میں ہوتی ہے۔ اس طرح محرمہ وغیرہ میں جو کھانسی ہوتی ہے وہ محرمہ کھانسی کہلاتی ہے۔ عام بخاروں میں جو کھانسی ہوتی ہے وہ بخار کی وجہ سے ہوتی ہے۔

کھانسی کے علاج کیلئے مجرب نسخہ جات

اصل سبب مرض کے مطابق علاج کریں۔ اگر کھانسی کا مادہ پتلا ہو تو اسے گاڑھا بنائیں تاکہ قابل اخراج ہوجائے۔ اگر بہت گاڑھا ہو تو پتلا کرکے خارج کرنے کی کوشش کریں۔

نسخہ: بلغم کی زیادتی کی حالت میں پھول گاؤزبان، ملٹھی چھیلی ہوئی۔ ہر ایک پانچ گرام، عناب پانچ دانہ، کھانڈ دانہ دار دو تولہ پانی میں جوش دیکر صبح وشام پلائیں۔ سوتے وقت لعوق سپستان 12 گرام، لعوق معتدل 12 گرام، عرق گاؤزبان 120 گرام میں جوش دیکر پلائیں، چھاتی اور سر کو سردی سے بچائیں۔

نسخہ: کوزہ مصری 192 گرام، طباشیر اصلی 96 گرام، مگھاں 48 گرام، دانہ الائچی خورد 24 گرام، دارچینی 12 گرام سب کو باریک کپڑے میں چھان لیں۔ خوراک دو سے چار ماشہ دن میں تین بار ہمراہ شربت بنفشہ یا تازہ پانی دیں۔

فوائد: تپ دق، پرانی کھانسی، بخار ہر قسم، امراض گلا، کمزوری ہاضمہ، عام کمزوری کو دور کرتا ہے۔ بلغمی بخاروں میں یہ چورن بڑا خوشگوار اثر دکھاتا ہے۔ انفلوئنزا اور نمونیہ میں بلغم کو خارج کرکے تسکین دیتا ہے۔ نہایت قابل تعریف نسخہ ہے اور آزمودہ ہے۔

نسخہ: ہلدی، اجوائن، نمک خوردنی ہر ایک 6 گرام تینوں کو مٹی کے کوزے میں جلالیں اور ایک ایک چٹکی دن میں دو تین بار کھلائیں۔ پرانی بلغمی کھانسی کیلئے مفید ہے۔

نسخہ: سفوف کاکڑا سنگی 12 گرام، شہد 12 گرام، دونوں کو ملا کر کھانسی کے مریض کو چٹائیں۔

نسخہ: ادرک کا رس ایک چمچ، شہد خالص ایک چمچ میں ملا کر بچوں کو چٹائیں۔ موسم سرما کی کھانسی کا مجرب علاج ہے۔

نسخہ: سنڈھ بریاں، کاکڑا سنگی بریاں ہر ایک ایک ماشہ باریک سفوف کرکے بچوں کو چٹائیں۔

نسخہ: کاکڑا سنگی، مگھاں، شیریں، ملٹھی چھلی ہوئی گوند کیکر ایک ایک گرام باریک پیس لیں شہد دس گرام میں ملالیں۔ رات کو چند بار ایک ایک انگلی بچے کو چٹائیں۔

کالی کھانسی کے مجرب ترین نسخہ

نسخہ: کاکڑا سنگی، سونٹھ، مگھاں ہر ایک دس گرام باریک سفوف کرلیں۔ ایک گرام شہد میں ملا کر دن میں تین چار بار دیں۔ کالی کھانسی کا مجرب علاج ہے۔ **نسخہ:** مصری سفوف کرکے بچوں کے منہ میں تھوڑی تھوڑی ڈالیں۔ بڑے بھی ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ **نسخہ:** دارچینی پسی ہوئی ایک چمچ ڈیڑھ پیالہ پانی میں ابالیں جب ایک پیالی رہ جائے تو پی لیں کھانسی کا مجرب علاج ہے۔ **نسخہ:** مچھلی کے کانٹوں کو جلا کر سفوف کرکے شہد میں ملا کر بچوں کو اور بڑوں کو چٹائیں۔ عام کھانسی اور خاص کر کالی کھانسی کا مجرب علاج ہے۔

روزانہ ایک لاکھ نیکیاں کمائیں

ایک صحابی رسولؐ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِیْکَ لَهٗ اَحَدًا صَمَدًا لَمْ یَلِدْ وَلَمْ یُوْلَدْ وَلَمْ یَکُنْ لَّهٗ کُفُوًا اَحَدًا کہے اللہ تبارک تعالیٰ اس کیلئے بیس ہزار نیکیاں لکھیں گے اسی طرح اگر یہ ہر نماز کے بعد ایک بار یہ کلمہ پڑھ لیا جائے تو باآسانی روزانہ ایک لاکھ نیکیاں حاصل ہوسکتی ہیں۔ (عبداللہ، شیخوپورہ)

چھوٹی بات بڑا ثواب

نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو کوئی سورۃ الاخلاص فجر کی نماز کے بعد بارہ مرتبہ پڑھے تو گویا اس نے قرآن کو چار مرتبہ پڑھا اور وہ سب زمین والوں سے افضل ہوگا جب وہ پرہیزگاری اختیار کرے۔ ☆ جو شخص ہر فرض نماز کے بعد سورۃ الاخلاص پڑھے گا۔ اللہ تعالیٰ کے لیے اپنی رضوان اور مغفرت لازم فرمادے گا۔ (ساجد متین، گوجرانوالہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

گھٹنے کا مسئلہ ☆ کمزوری کا درد ☆ سرخ چھوٹے دانے ☆ بے جان وجود ☆ چہرے پر سیاہ دانے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

گھٹنے کا مسئلہ

پچھلے سال دسمبر کے آخر میں موٹر سائیکل سے گرا تھا جس کی وجہ سے گھٹنے پر شدید چوٹ آئی تھی۔ ڈاکٹر نے ایکسرے دیکھا تو کہا کہ گھٹنے کا جوڑ اپنی جگہ ٹھیک ہے، گھٹنے کے نچلے حصے پر پٹھوں والی جگہ پر سوجن پیدا ہوگئی تھی جو کہ اب ختم ہوگئی ہے۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ کافی عرصہ گزرنے کے باوجود تھوڑی دیر چلنے کے بعد پٹھوں کا درد شروع ہوجاتا ہے۔ **(خرم شہزاد، خانیوال)**

مشورہ: اب تو دن زیادہ ہوگئے تاہم گرم پانی کی بوتل سے سکائی کرنی چاہیے اور آرام دینا چاہیے تاکہ جو ٹوٹ پھوٹ ہوئی ہے جسم اپنے قدرتی نظام کے تحت اس کی تدبیر کرے، بدن کو موقع دینا چاہیے، انشاء اللہ تدبیر سے فائدہ ہوگا۔ ساتھ کراماتی تیل کی بھی مالش کریں۔ ٹھنڈی کھٹی چیزوں سے بہرحال پرہیز رکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

کمزوری کا درد

میری عمر اٹھارہ سال ہے میری طبیعت ٹھیک نہیں رہتی، ویسے تو کوئی بیماری نہیں ہے بالکل ٹھیک ہوں صرف کمزور ہوں، تین مہینوں سے میری پیٹھ کی طرف ایک سائیڈ میں درد ہوتا ہے پھر آہستہ آہستہ دوسری طرف سے بھی ہوجاتا ہے پورا دن میرا درد سے برا حال ہوتا ہے کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ **(عفت، کراچی)**

مشورہ: اگر یہ کمزوری کا درد ہے تو اکسیر البدن اور ستر شفائیں دی گئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ ٹھنڈی کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔ زیادہ گرم غذاؤں سے پرہیز کریں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

[redacted]

میری عمر 49 سال ہے کچھ عرصے سے پورے جسم پر سوئیاں چبھتی ہیں اور اس کے علاوہ ہونٹ ہر وقت پھٹے رہتے ہیں ڈاکٹرز کو چیک کروایا ہے انہوں نے کئی قسم کی کریمیں ملنے کے لیے دی ہیں جن سے کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ تقریباً ایک سال سے کریم ہونٹوں پر لگا رہی ہوں لیکن پھر بھی ہونٹ پھٹے رہتے ہیں۔ جہاں دانت ہونٹوں کو لگتے ہیں وہاں سیاہ نشان بھی پڑ گئے ہیں جسم پر بھی کبھی کبھار سوئیاں بھی چبھتی ہیں۔ براہ مہربانی اس کا علاج بتائیں۔ **(ایم، یو کے)**

مشورہ: رات کو پانچ دانے عناب توڑ کر ایک کپ پانی میں ڈال دیں، ایک چمچی سونف بھی اسی میں ڈال دیں اور اوپر سے کھولتا ہوا پانی ڈال دیں۔ صبح چھان کر ذرا سی چینی ملا کر پی لیں۔ پھر صبح یہی دونوں چیزیں اسی طرح گرم پانی میں بھگو کر شام کو چھان کر پی لیں۔ گرم اور کھٹی چیزوں سے اور ہر قسم کے کیمیکلز، ڈرگز، کاسمیٹکس وغیرہ سے پرہیز ضروری ہے۔ ہونٹوں پر پھیکا مکھن لگا سکتی ہیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ لو بلڈ پریشر میں یہ تدبیر نہ کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

[redacted]

میری عمر 18 سال ہے۔ میں ایک سٹوڈنٹ ہوں۔ پہلے میرا چہرہ بالکل صاف تھا۔ لیکن اب کچھ سالوں سے میرے چہرے پر سرخ چھوٹے دانے نکل آئے ہیں۔ ساتھ چہرے، کندھوں اور سینے پر بھی کیلیں اور دانے ہیں حالانکہ میرے تمام دوستوں اور جاننے والوں کے چہرے صاف ہیں۔ ان دانوں کی وجہ سے چہرے پر بدنما داغ پڑ گئے ہیں جو بہت بدنما نظر آتے ہیں۔ **(مسز عبدالرشید، گوجرانوالہ)**

مشورہ: عناب صبح و شام پانی میں ملا کر پییں۔ گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ حسن و جمال کریم استعمال کریں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

اصل مسئلہ بواسیر

میری عمر 22 سال ہے۔ سات برس پہلے خونی بواسیر ہوئی۔ حکیمی، ڈاکٹری علاج کے باوجود چار ماہ بعد ٹھیک ہوئی، ساتھ ہی ٹائیفائیڈ ہوگیا۔ ڈاکٹروں کے بقول انتڑیاں زخمی ہوگئیں، چھ مہینے بالکل تندرست رہی پھر بواسیر ہوگئی، علاج سے وقتی طور پر ٹھیک ہوگئی، تین برس بعد ٹائیفائیڈ کا پھر اٹیک ہوا، انتڑیاں خراب، پیٹ میں درد اور الٹیاں رہتی تھیں۔ دو ماہ ڈاکٹری علاج کروایا، آٹھ نو ڈرپس لگیں۔ **(ف۔ر، فیصل آباد)**

مشورہ: آپ کا اصل مسئلہ بواسیر ہے، بواسیر کا علاج غذائی اور دوائی علاج بھی جاری رکھیں اور ساتھ ہی خون پیدا کرنے والی غذائیں کھاتی رہیں تاکہ ایام کی کیفیت بھی درست رہے۔ غذائیں دیسی گھی، خالص مکھن میں پکائیں تاکہ الرجی کو فائدہ ہو۔ خونی بواسیر کیلئے عبقری کا خونی و بادی بواسیر کورس کچھ عرصہ استعمال کریں۔ اس کے علاوہ کنگھی بوٹی کے پتوں کو پانچ کالی مرچ کے ساتھ سردائی کی طرح گھوٹ کر چھان کر شکر ملا صبح و شام پییں۔ غذا میں بکرے کا گوشت بہت مناسب ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

[redacted]

میری عمر 65 سال ہے عرصہ 35 سال سے سعودیہ میں رہتا ہوں، کافی سالوں سے کمر میں درد ہے، جو زیادہ ہی ہوتا چلا گیا اب کچھ سالوں سے جب چلتا ہوں دونوں ٹانگیں سن ہوجاتی ہیں دونوں رانوں اور ٹانگوں کے اوپر کے حصہ سے درد ہوتا ہے، چلا نہیں جاتا درد ہوتا ہے۔ جب بیٹھ جاؤں یا کھڑا ہوجاؤں تو پھر چل پڑتا ہوں پھر ٹھیک ہوجاتا ہوں، اس طرح میں چلتا ہوں۔ جتنے آپ عبقری میں کمر کے درد نسخے لکھتے ہیں سب کر چکا ہوں لیکن وقتی فائدہ ہو رہا ہے۔ **(ح۔م، سعودیہ)**

مشورہ: آپ نے اپنی جو غذائیں لکھی ہیں ان میں گوشت، انڈا، مرغی، چائے، توے کی روٹی، خوبانی لے سکتے ہیں۔ فزیو تھراپی بھی ضروری ہے۔ آپ عبقری کا کمر درد کورس کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے مکمل کریں۔ فزیو تھراپی ضرور کریں تاخیر کی گنجائش نہیں ہے۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

چہرے پر سیاہ تل

میری عمر 27 برس ہے وزن 50 کلوگرام ہے۔ مجھے شروع ہی سے ایام بہت تکلیف سے آتے ہیں، میرا اب جو مسئلہ ہے وہ میرے چہرے کا ہے، میرے چہرے پر سیاہ تل بہت ہوگئے ہیں جو دیکھنے میں سیاہیاں لگتی ہیں۔ مجھے ان دھبوں پر خارش ہوتی ہے اگر چولہے والا کام کروں یا گرمی میں جاؤں۔ ڈاکٹروں کی بتائی ہوئی سکن کریموں یا صابن سے

ابھی تک کوئی فرق نہیں پڑا البتہ خارش کم ہو جاتی ہے مگر داغ ویسے ہی ہیں۔ چہرے پر بہت زیادہ بال بھی آ گئے ہیں۔
(ام سلمیٰ، نارووال)

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ یہ الرجی ہے۔ عرق گل منڈی صبح دس بجے اور شام 5 بجے پئیں۔ گرم چیزوں سے پرہیز بھی ضروری ہے۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ خون میں ہیموگلوبن بھی چیک کروائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جسم پتلا اور کمزور

میری عمر 18 سال ہے اور میرا قد چھ فٹ ہے جسم پتلا اور کمزور ہے کھانا بہت کم کھاتا ہوں' کھانا زیادہ کھانے کی دوائیاں بھی استعمال کیں پھر بھی کوئی فرق نہیں پڑا۔
(زوہیب بٹ، لاہور)

مشورہ: غذا خالص دیسی گھی میں پکائیں' غذا کی کمی کو شہد' دودھ اور پھلوں سے پورا کریں' روزمرہ کے کام کاج میں حصہ لیں۔ ٹانسلز چیک کروائیں۔ نزلہ زکام ہو تو اس کا کسی اچھے طبیب سے علاج کروائیں۔ موٹا ہونے اور وزن بڑھانے کیلئے پابندی سے غذا کھاتے رہیں لیکن بقدر ہضم' بدہضمی سے بچیں۔ بھوک لگانے کی دوا کی ضرورت نہیں ہے' یہ کام تازہ پھلوں سے لیں اور تازہ پھل ملے جلے کھائیں یعنی تھوڑے تھوڑے دو چار پھل کھالیا کریں۔ اس طرح کرنے سے نظام ہضم کو قوت ملے گی۔ بھوک میں بھی اضافہ ہوگا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بہت موٹا ہوں

میں بہت موٹا ہوں اور وزن دن بدن بڑھتا ہی جا رہا ہے جبکہ میں نے کھانا پینا بہت کم کر دیا ہے اور بہت سی انگریزی دوائیں بھی کھائی ہیں مگر کوئی فرق نہیں پڑا بلکہ وزن اور زیادہ بڑھ گیا ہے۔ میرے جسم پر سفید رنگ کے داغ بننے شروع ہو گئے ہیں جو بڑھتے جا رہے ہیں' میں نے بہت ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کروائے ہیں مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا اور یہ داغ زیادہ ہو گئے۔ **(شیخ حسن، اسلام آباد)**

مشورہ: صبح و شام بتدریج لمبی واک کریں یا کسی بھاگ دوڑ والے کام میں حصہ لیں' چاول' دودھ' دہی' ٹھنڈی غذاؤں سے پرہیز ضروری ہے' داغوں کی تشخیص کیلئے مقامی طبیب سے رجوع کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بلغم ریشہ

آپ کے مشورہ سے ستر شفائیں اور اکسیر البدن کچھ عرصہ استعمال کیں' اب حال یہ ہے کہ قبض اور خشکی جاتی رہی۔ بال گرنا بھی بند ہو گئے مگر اب بلغم ہو گیا ہے جو غالباً دودھ پینے سے ہوا ہے۔ زبان سرخ ہو گئی' مرچ لگتی ہے۔ **(رابعہ، راولپنڈی)**

مشورہ: آپ جوہر شفاء مدینہ بھی ساتھ کچھ عرصہ استعمال کریں۔ غذا میں بکرے کا گوشت شوربا روٹی کھائیں' غذا دیسی گھی میں پکائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

[redacted]

نزلہ رہتا ہے ناک کا گوشت بڑھ گیا ہے رات کو ناک بند ہو جاتی ہے۔ سردی ہو یا گرمی' چھینکیں آتی ہیں۔ بلغم بہت آتا ہے۔ **(عنصر کاظمی، حیدر آباد)**

مشورہ: غذا کے بعد ستر شفائیں' بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت سیرپ استعمال کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ رہا ہے

میری عمر 23 سال ہے۔ میرا پیٹ بڑھ رہا ہے مجھے بہت بھوک لگتی ہے میں باہر کے کھانوں کی شوقین ہوں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں ڈائٹنگ کرو' بھوک برداشت نہیں کر سکتی۔ **(نغمہ بیگم، مردان)**

مشورہ: ڈائٹنگ نہ کریں' صبح ہاف بوائل انڈا' توس' پاپا' چائے' دوپہر رات کو دیسی چوزہ' دیسی مرغ' باربی کیو' چپاتی سبزیاں' سبزیوں کا سوپ لیں۔ پپیتہ' سیب' چیری' بیر' مالٹا' موسمی' لیچی' آلوچہ مفید ہیں۔ مسور کی دال' چنے کی دال' مٹر پالک' میتھی' پالک' ٹماٹر' بینگن کھا سکتی ہیں۔ صبح و شام تیز واک' سونے سے پہلے نارمل واک اور تھوڑی سی ورزش ضروری ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاءاللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

اٹک	کلینک	بروز اتوار مورخہ 5 فروری 2012ء صبح 9:30 بجے
بہاولپور	کلینک	بروز اتوار 12 فروری 2012ء صبح 9:30 بجے
مظفر گڑھ	کلینک	بروز اتوار 19 فروری 2012ء صبح 9:30 بجے
سکھر	درس	بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت و رواداری اور امن و سلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عبقری کو قارئین نے کیسا پایا؟ عبقری نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی' سرکاری' پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں' عبقری کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ **(ادارہ)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

محمد بابر علی سکھیرا، ملتان

روزی کی کشادگی کیلئے تین دعائیں

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کشائش رزق کیلئے ذیل کی دعا مانگا کرتی تھیں۔ اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ اَوْسَعَ رِزْقِکَ عَلَیَّ عِنْدَ کِبَرِ سِنِّی وَانْقِطَاعِ عُمُرِی. ترجمہ: اے اللہ! تو میری روزی کو کشادہ کردے میرے بڑھاپے اور میری عمر کے ختم ہونے تک۔

تنگی رزق کی شکایت پر ایک بار مفتی محمد شفیع صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا: یہ انبیاء علیہ السلام کی سنت ہے رزق جتنا مقدر ہوتا ہے اتنا ہی ملتا ہے اس کو بڑھانے کا کوئی خاص وظیفہ نہیں۔ ہاں دعا کرنا چاہیے دعا کرنے سے اللہ جل شانہٗ سکون دیں گے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کشائش رزق کیلئے ذیل کی دعا مانگا کرتی تھیں۔

اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ اَوْسَعَ رِزْقِکَ عَلَیَّ عِنْدَ کِبَرِ سِنِّی وَانْقِطَاعِ عُمُرِی. ترجمہ: اے اللہ! تو میری روزی کو کشادہ کردے میرے بڑھاپے اور میری عمر کے ختم ہونے تک۔ **(فیض القدیر)**

☆ اَللّٰھُمَّ ابْسُطْ عَلَیْنَا مِنْ بَرَکَاتِکَ وَرَحْمَتِکَ وَ فَضْلِکَ وَرِزْقِکَ۔ (الحزب الاعظم)

ترجمہ: اے اللہ! آپ ہم پر اپنی برکتوں، اپنی رحمتوں، اپنے فضل اور اپنے دیئے ہوئے رزق میں فراخی نصیب فرمایئے۔

رزق کی تنگی سے حفاظت کا مجرب عمل

حضرت مولانا شاہ عبدالغنی پھولپوری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا حضرت حاجی امداد اللہ رحمۃ اللہ علیہ سے منقول ہے کہ جو شخص صبح کو ستر مرتبہ پابندی سے درج ذیل آیۃ پڑھا کرے وہ رزق کی تنگی سے محفوظ رہے گا اور فرمایا کہ بہت مجرب عمل ہے۔

اَللّٰہُ لَطِیْفٌ بِعِبَادِہٖ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ وَ ھُوَ الْقَوِیُّ الْعَزِیْزُ۔

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ ارشاد فرماتے ہیں حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص نے گھر میں داخل ہوکر سورۃ الاخلاص پڑھی تو اس کے گھر والوں سے اور اس کے پڑوس سے فقر دور ہوگیا۔

بہترین دعا

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا جو شخص روزانہ سو مرتبہ یہ دعا پڑھے:۔ لَا اِلٰـہَ اِلَّا اللّٰہُ الْمَلِکُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ۔ **(کنز العمال)**

تو یہ کلمات اس کیلئے فقروفاقہ سے حفاظت کا ذریعہ ہوں گے اور قبر کی وحشت وتنہائی میں انسیت کا باعث ہوں گے اور ان کلمات کی برکت سے پڑھنے والا غناء (ظاہری و باطنی) حاصل کرلے گا اور قیامت کے دن وہ ان کلمات کی برکت سے جنت کے دروازے پر دستک دے گا۔“

اس حدیث سے معلوم ہوا روزانہ سو بار پڑھنے والے کو چار بہت بڑے بڑے فائدے حاصل ہوں گے ان میں سے ہر فائدہ ایسا ہے جس کا ہر شخص محتاج ہے۔ لہٰذا ہر شخص کو ہر روز اس کی ایک تسبیح پڑھ لینی چاہیے۔ وہ فوائد یہ ہیں:۔

☆ فقروفاقہ اور معاشی تنگی دور ہونا۔

☆ قبر کی وحشت دور ہوکر راحت وانسیت حاصل ہونا۔

☆ غناء ظاہری وباطنی نصیب ہونا۔

☆ جنت کے دروازے پر دستک دینے اور جنت میں داخل ہونے کی سعادت ملنا۔

برائے خاتمہ قرض

جو شخص بعد نماز عشاء اسی جگہ پر جہاں نماز ادا کی ہے سورۃ النصر 41 دن تک تسبیح برابر بلاناغہ پڑھتا رہے اول وآخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھے انشاء اللہ تعالیٰ قرض کا خاتمہ ہوگا اور خوشحالی کا دور دورہ ہوگا۔

درود شریف کی برکت

جو شخص ہر وقت درود شریف پڑھتا ہے وہ حادثے سے محفوظ رہتا ہے اور اگر اس کے جسم پر کوئی گرم چائے یا پانی اُبلتا ہوا گر جائے تو درد یا جلن نہیں ہوتی۔ صرف نشان اور چھالہ بن سکتا ہے لیکن تکلیف نہیں ہوگی۔ **(والدہ ابراہیم کمال، ملتان)**

دفتر عبقری کی بددیانتی اور بے ایمانی

اس سے پہلے بھی کئی بار یاددہانی کرائی گئی ہے کہ ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ امید ہے کہ آپ عبقری پر اعتماد کریں گے۔ ہم ایمانداری سے رسالہ مطلوبہ پتے پر ارسال کردیتے ہیں۔ آخر آپ عبقری کو بددیانت، بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟

عبقری کی ادویات آپ کے شہر میں

علاج معالجے کے سلسلے میں ادارہ کا کوئی نمائندہ مقرر نہیں

نوٹ: اعتماد سے صرف عبقری ہی کی ادویات خریدیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ہرگز ادا نہ کریں۔

احمد پور شرقیہ: فارابی دواخانہ 0622272198۔ **اٹک:** مکتبہ ظفر اقبال 0321-5247893۔ علمی بک ڈپو اٹک 057-2602020۔ **باغ آزاد کشمیر:** بلال میڈیکل سٹور 0312-5619880۔ **اُگی ضلع مانسہرہ** شالیمار سویٹ، خان محمد۔ 0300-2753463۔ **بہاولنگر:** المدینہ سٹیشنرز۔ 0333-6320766۔ **بہاولپور:** قاسمی نیوز، 0333-6367755۔ ☆عبقری ہاؤس بہاولپور۔ فون نمبر: 0301-6367755۔ **بوریوالا:** تنویر احمد 118/M بوریوالا 0673352712۔ **پشاور:** افتخار اللہ جان 0314-9007293۔ **پشاور:** شاہ ہومیو اینڈ ہربل سٹور 0333-9161237۔ **ٹانک:** صوفی سنز یونانی میڈیسن کمپنی 0963511209301-8790927۔ **جھنگ صدر: غلام قادر ہراج** 0333-6756493۔ **جہانیاں:** محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861۔ **چکوال:** مکہ موبائل 0333-5783167 **حیدرآباد:** محمد اقبال قریشی 0300-3790255۔ **راولپنڈی:** اسلامیہ ٹریڈرز۔ 0333-5648351۔ **ڈھڈیال آزاد کشمیر:** الجمال اسلامی بک وکیسٹ ہاؤس 0302-5898995۔ **ڈیرہ اسماعیل خان:** خواجہ ٹریڈرز 0966-710887۔ **سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ 0300-5665317۔ **سرگودھا:** میاں احمد حسن 0301-6762480۔ **سکھر:** زلفی ٹریڈرز 057-5625019۔ **شیخوپورہ:** حکیم ناصر حسین، 0321-4716370 **فیصل آباد:** نور کلاتھ سنٹر 13۔ 0300-6684306۔ **کنگری ضلع لورالائی:** ھوالشافی کلینک 0828-601084۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ پیسٹی سائیڈ 0300-3215348۔ **کراچی:** عبقری اکیڈمی 0300-3218560۔ **کوئٹہ:** غزنوی کتب خانہ 081-2824617۔ **گجرات:** غوثیہ گفٹ سنٹر 0302-6292132۔ **گوجرانوالہ: شافی دواخانہ** 0300-6453745 **گلگت:** عمر خطاب اینڈ برادرز۔ **لاہور:** غوری برادرز 0324-4280213۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر 0322-6748121۔ **منڈی بہاؤالدین:** حذیفہ دواخانہ۔ 0345-6810615۔ **مظفرگڑھ:** الحبیب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔ **میلسی:** امتیاز احمد۔ 0321-7982550۔ **میانوالی:** مکتبہ جاوید 0303-7523280۔ **چشتیاں:** اکبر بوٹ ہاؤس، 0321/0300-6989035۔ **نارووال:** قاری عبدالرشید، 0322-4861522۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ، خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے، بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

جنات سے نجات اور عبقری کا وظیفہ

توقیر حیدر

مجھے بتایا کسی نے ہم پر کالا جادو کیا ہوا ہے اور بتایا کہ میری بہن اس کی عمر سولہ سال ہے اس کو جنات کا اثر ہے' ڈیرہ اسماعیل خان میں رہتی ہے اسے دورے پڑتے ہیں اور منہ و دانت بند ساکت ہوجاتے ہیں آنکھیں پھر جاتی ہیں' سانس الٹ جاتی ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! چند ماہ قبل میں اپنے لیے ایک گھر کی تلاش میں تھا' ایک گھر پسند آیا' تب اس کے مالک سے رابطے کی کوششیں کی جب رابطہ ہوا تو پتہ چلا کہ اس نے مکان کسی اور کو فروخت کردیا ہے اس کا نام صغیرالدین تھا اور محکمہ گیس کا ملازم تھا اور مستقل والدین اور وہ خود ڈیرہ اسماعیل خان کا رہنے والا تھا۔ مکان فروخت ہونے کے بعد میں نے اس سے رابطہ موبائل پر جاری رکھا اور دین واللہ رسول ﷺ کی محبت و درس کی دعوت دینا شروع کی اور آپ کا تعارف بھی کروایا' اس کے اندر امنگ پیدا ہوئی۔

جب آپ حج پر تشریف لے کر گئے تو اس شخص صغیرالدین نے مجھے فون کیا اور آپ سے ملاقات کی چاہت ظاہر کی میں نے آپ کے حج کے سفر کے متعلق بتایا تو پریشان ہوگیا کہ میرے گھر میں مسئلہ ہے پھر مجھے بتایا کسی نے ہم پر کالا جادو کیا ہوا ہے اور بتایا کہ میری بہن اس کی عمر سولہ سال ہے اس کو جنات کا اثر ہے' ڈیرہ اسماعیل خان میں رہتی ہے اسے دورے پڑتے ہیں اور منہ و دانت بند ساکت ہوجاتے ہیں آنکھیں پھر جاتی ہیں' سانس الٹ جاتی ہے اور بیہوش ہوجاتی ہے' بولنے' چلنے سے قاصر ہوجاتی ہے' بڑے بزرگوں اور عاملوں سے علاج کروایا ہے لیکن وقتی فرق ہی ہوتا ہے اور بہت زیادہ گوشت کھانے کیلئے مانگتی ہے اور سات کلو گوشت کھانے کے بعد دوبارہ تقاضا کرتی ہے' ڈرتی ہے اور چیخیں مارتی ہے۔

یہ تمام احوال سننے کے بعد میں نے ایک سوال کیا کہ کیا آپ کے گھر میں پردہ ہے؟' کیا ٹیلی ویژن یا گانوں کا نظام ہے؟ تو اس نے کہا کہ نہیں ہمارا گھرانہ دینی ہے اور پردے کا مکمل اہتمام ہے۔ میں نے کہا کہ میں تھوڑی دیر بعد آپ کو کچھ اعمال بتاتا ہوں وجہ یہ تھی کہ گھر سے باہر تھا کچھ دیر بعد گھر آیا اور اللہ سے دعا کی اور چند باتیں کیں۔

یااللہ! تیری مخلوق پریشان ہے' میں تیرا نام بتا کر تیری طرف بھیجنے لگا ہوں' الٰہی اپنے نام کی برکت سے شفاء دے' الٰہی میں گنہگار ہوں لیکن آپ کی محبت والے بول پاک ہیں' آپ رحیم ہیں' رحمت فرمادیجئے اور شفاء دیجئے۔ اللہ سے چند باتیں کرنے کے بعد عبقری رسالہ ماہ جولائی 2010ء صفحہ نمبر 19 اور درج ذیل اعمال فون کر کے لکھوانے شروع کردیئے۔

کالے جادو سے نجات کیلئے: یہ عمل بعداز مغرب کم از کم سات یا گیارہ دن کیا جائے۔ ☆ الٰہی جو کچھ کسی نے ہم پر کر رکھا ہے وہ باہر گلی میں گر جائے' یہ کہہ کر سورۂ کوثر گیارہ بار پڑھیں۔ ☆ الٰہی جو کچھ باہر گلی میں گرا ہے وہ جل جائے یہ کہہ کر سورۂ فلق گیارہ بار پڑھیں۔ ☆ الٰہی جو کچھ باہر گر کر جلا ہے اس کی راکھ کسی دریا میں چلی جائے یہ کہہ کر سورۂ ناس گیارہ بار پڑھیں۔ (نماز پنجگانہ کی پابندی شرط اول ہے۔) جتنے دن یہ عمل کیا جائے اتنے ہی دل عمل نمبر 2 پڑھا جائے۔

2:۔ سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 35 اول و آخر درود شریف تین تین بار صبح و شام پڑھیں۔

جنات سے حفاظت و برکت کیلئے: سورۂ جن (پارہ نمبر 29) 3 بار اور سورۂ مزمل (پارہ نمبر 29) 3 بار پڑھ کر 4 اگربتی کے ڈبوں پر دم کریں اور روزانہ بعد نماز مغرب گھر میں صبح دکان میں 4 عدد جلائیں انشاء اللہ' اللہ تعالیٰ جنات سے حفاظت اور رزق میں اپنی شایان شان اضافہ فرمائینگے۔ ☆ جب بھی گھر میں داخل ہوں تو سلام کریں پھر درود شریف اور پھر سورۂ اخلاص پڑھیں۔ ☆ مسواک کریں اور گھر کے اندر مختلف کونوں میں رکھیں' خصوصاً مریض کے پاس رکھیں۔ ☆ گھر کے چاروں کونوں میں اذان دیں۔ ☆ مریضہ کو ڈر سے بچانے کیلئے سورۂ قریش کا عمل بتایا۔ ☆ مریض کی صحت یابی کیلئے حسب توفیق صدقہ روزانہ یا جمعرات' جمعہ کریں۔ ☆ مریض کے سر کے اوپر والی جگہ پر قرآن پاک رکھ دیں جہاں وہ سوتی ہے۔ ☆ مریض باوضو رہے اور کثرت سے تلاوت قرآن پاک کرے اور نماز کی پابندی کرے۔

تقریباً پندرہ دن بعد اس کا فون آیا کہ جو اعمال آپ نے بتائے تھے الحمدللہ ہم نے کیے اب میری بہن ان کی بدولت تقریباً 75% ٹھیک ہے لیکن گوشت کھانے کا اصرار کرتی ہے کیا ہم وہ عمل جاری رکھیں۔ میں نے کہا کہ آپ اعمال جاری رکھیں انشاء اللہ جلد صحت یابی ملے گی۔ اب اکثر وہ فون پر اس کی حالت درست ہونے کا لیکن آپ سے ملنے کا ذکر کرتا ہے۔ حضرت! اس سارے واقعے کے بعد یہ بات ثابت ہوئی کہ اللہ کے نام میں برکت ہے لیکن اعتقاد' اخلاص اور کامل یقین ہونا شرط ہے کیونکہ میں نے ان کو اعمال بتائے اور اللہ سے عرض کی کہ الٰہی شفاء دے۔

چھوٹی سی غلطی بھی......

مولانا وحیدالدین خان

یہ قدرت کا نظام ہے۔ قدرت اس طرح سبق دیتی ہے کہ اس دنیا میں تم کو نہایت محتاط رہ کر زندگی گزارنا ہے

ایک بار میں ایک دیہات میں گیا ہوا تھا' وہاں میں نے دیکھا کہ ایک شخص نے نیم کا درخت کاٹا اور اس کے بعد اس کے تنا کا چھلکا اتارنے لگا۔ آپ اس کا چھلکا کیوں اتار رہے ہیں' میں نے دیہات کے اس آدمی سے پوچھا۔ اس نے مسکرا کر جواب دیا اگر چھلکا نہ اتارا جائے تو اس کے اندر کیڑے لگ جائیں گے اور لکڑی کو خراب کردیں گے۔

یہ 1965ء کی بات ہے اگست 1975ء میں دوبارہ مجھے ایک اور دیہات میں جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں میں نے دیکھا کہ نیم کا ایک کٹا ہوا تنا پڑا ہے۔ ایک شخص نے اپنے گھر کے پاس نیم کا ایک درخت کاٹ دیا تھا مگر اس کا چھلکا نہیں اتارا تھا۔ یہ دیکھ کر مجھے دس سال پہلے والی بات یاد آئی۔ میں نے سوچا کہ تجربہ کر کے دیکھوں کہ اس کی بات صحیح تھی یا نہیں۔ میں نے اس گھر کے ایک آدمی سے کہا کہ کوئی اوزار لاؤ اور اس کا چھلکا اتارو۔ جب اس نے چھلکا اتارا تو میں نے دیکھا کہ چھلکے کے نیچے ایک انچ کے موٹے موٹے کیڑے ہیں یہ کیڑے نہایت نرم تھے مگر انہوں تنا کی سطح کو جگہ جگہ سے اس طرح کاٹ ڈالا تھا جیسے اس کے اوپر نالیاں بنائی گئی ہوں۔

یہ قدرت کا نظام ہے۔ قدرت اس طرح سبق دیتی ہے کہ اس دنیا میں تم کو نہایت محتاط رہ کر زندگی گزارنا ہے۔ کیونکہ دنیا کا نظام اس طرح بنایا گیا ہے کہ یہاں ایک غلطی تمہاری ساری خوبیوں پر پانی پھیر سکتی ہے۔ ایک غفلت تمہارے سارے امکانات کو برباد کرنے کیلئے کافی ہے۔ قدرت یہ کرسکتی تھی کہ چھلکا اتارے بغیر نیم کے تنا کو محفوظ رکھتی مگر اس نے یہ قانون بنادیا کہ اس کا مالک اس کا چھلکا اتارے اس کے بعد ہی اس کا تنا اس دنیا میں محفوظ رہ سکے گا۔

بالکل اسی نیم کے درخت کی طرح اللہ رب العزت نے جب انسان کو دنیا میں بھیجا تو اس کے ساتھ ایک کیڑا (شیطان) کی شکل میں بھیج دیا اور ساتھ اس سے بچنے کی تدابیر بھی بتلا دیں اب ہم اگر اس کیڑے (شیطان) سے بچ جائیں گے تو نیم کے تنے کی طرح محفوظ ہوجائیں اور دنیا و آخرت میں کامیاب و کامران ہوں گے اور اگر اس کیڑے سے نہ بچا گیا تو وہ کیڑا دنیا میں بھی نقصان پہنچائے گا اور آخرت میں بھی ہمیں برباد کردے گا۔ اللہ رب العزت دنیا و آخرت میں ہمیں عافیت و کامرانی نصیب فرمائے۔ (آمین)

ذہنی دباؤ' موٹاپا اور ازدواجی زندگی

اگر آپ کو گھریلو ازدواجی سکون میسر نہیں آرہا تو یہ جذباتی دباؤ انسان کے رویہ اور خوراک پر اثر انداز ہوتا ہے اور یہ جذباتی اور ذہنی سکون کو حاصل کرنے کیلئے وہ خوراک کی طرف زیادہ مائل ہوجاتا ہے اور یہی حال خوف اور دشمنی کی وجہ سے بھی ہوسکتا ہے۔

زیادہ ذہنی دباؤ' زیادہ خوراک کا استعمال

ہر شخص کی اپنی ایک پسندیدہ خوراک ہوتی ہے اور وہ اسے ذہنی سکون کی دوا سمجھ کر استعمال کرتے ہیں اور ہر قسم کی خوراک کی طرف رجحان بڑھتا چلا جاتا ہے جس کی وجہ سے وزن پونڈوں کے لحاظ سے بڑھتا ہے۔

اگر آپ کو گھریلو ازدواجی سکون میسر نہیں آرہا تو یہ جذباتی دباؤ انسان کے رویہ اور خوراک پر اثر انداز ہوتا ہے اور یہ جذباتی اور ذہنی سکون کو حاصل کرنے کیلئے وہ خوراک کی طرف زیادہ مائل ہوجاتا ہے اور یہی حال خوف اور دشمنی کی وجہ سے بھی ہوسکتا ہے۔ جس وقت بھی آپ میں کھانے کی خواہش جاگتی ہے تو فوراً ایک کاغذ پر اپنے خیالات کا اظہار کریں۔ کسی دوست سے ٹیلی فون پر بات کریں۔ گہری سانسیں لیں' کھانے کے رجحان کو بدلیں اور ذہنی دباؤ سے چھٹکارا کی تدبیر کریں۔

ماہرین کی رائے کے مطابق ذہنی دباؤ کیلئے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے کھانے کا رجحان بُرا نہیں ہے۔ کھاتے وقت آواز نکالیں بشرطیکہ آپ متوازن خوراک استعمال کررہے ہیں اور فضول غذا سے گریز کررہے ہیں۔

بعض لوگ کھانے کو سکون حاصل کرنے کیلئے استعمال کرتے ہیں اور اس کے ذائقہ کو اپنے آپ کو مطمئن کرنے کیلئے کھاتے ہیں۔ کھانے والا اگر ایسی خوراک پر توجہ دے جو ایک طرف اس کے ذہنی دباؤ کو کم کرے اور دوسری اس کے وزن میں اضافہ نہ کرے۔ اگر آپ روٹی کھانا چاہتے ہیں تو چکنائی کے بغیر استعمال کریں اور بسکٹ استعمال کریں جو چوکر کے بنے ہوئے ہوں اور چکنائی سے مبرا ہی استعمال کریں۔

اکثر دیکھا گیا ہے کہ لڑکیاں اور لڑکے شادی کے بعد موٹے ہوجاتے ہیں۔ یہ بھی ذہنی دباؤ کی ایک قسم ہے جو شادی کی وجہ سے ہوتی ہے اور یہ مصیبت ثابت ہوتی ہے۔ منفی اور مثبت ذہنی دباؤ میں فرق ہے لیکن موٹاپے کی طرف دونوں لے جاتے ہیں کیونکہ ان دونوں حالتوں میں خوراک کی طرف زیادہ رجحان ہوتا ہے کھانے کے رجحان کو مدنظر رکھتے ہوئے آپ کو ایسی خوراک کی طرف توجہ دینی چاہیے جو کم توانائی والی ہو۔ انسانی جسم میں کھانے کے رجحان کا وقت صرف بیس منٹ ہوتا ہے جس میں وہ کھانے کی طرف جاتا ہے تو اس وقت کو کسی نہ کسی طریقہ سے دوسری طرف متوجہ کرسکتے ہیں یعنی کتب بینی وغیرہ......

ذہنی دباؤ کے دوران آپ کی بھوک کو بھڑکانے کیلئے خوراک کو دیکھنا' اس کی خوشبو آپ تک پہنچنا۔ خوراک کے متعلق سوچنا یا پھر خوراک کا دماغ میں خیال آنا ہے۔

دوسری طرف آپ کے کھانے کی خواہش تیز ہوسکتی ہے جب آپ ذہنی تناؤ' غصہ' مایوسی' منفی تبدیلیاں' پریشانی' جرم کے احساس میں مبتلا ہوں گے۔

دماغ جب خوشی کا اظہار چاہتا ہے تو اس کا رجحان کھانے کی طرف جاتا ہے۔ آپ بیس منٹ کیلئے کسی کام میں مصروف ہوجائیں' رجحان ختم ہوجائے گا۔

ذہنی دباؤ کے دوران آپ کو ان تین چیزوں کا فیصلہ کرنا ہوگا۔

☆ مان لینا کہ آپ ذہنی دباؤ کا شکار ہیں۔

☆ ان حالات کو ٹھیک کرنا جس کی وجہ سے ذہنی دباؤ ہے اس کے علاوہ ہم آپ کو پُرمسرت ازدواجی زندگی کے چند راز بھی بتاتے ہیں:۔

آپ کا کمرہ شب خوابی: کمرۂ شب خوابی کی سجاوٹ اور آرام کی بھری پُرمسرت ازدواجی زندگی میں بڑا دخل ہے۔ اچھے خوشگوار رنگ پردے مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ شوہر اور بیوی کو شب خوابی کے کمرے میں خوش بو اور خوش لباسی۔ نیز بالوں کی سجاوٹ کا خیال رکھنا چاہیے۔ اگر بیوی کے کپڑے اور بال خراب میلے ہیں تو ظاہر ہے کہ اس کا اچھا اثر نہ ہوگا۔

اگر ممکن ہو تو شوہر اور بیوی دونوں کو سونے اور جاگنے کے اوقات میں ایک دوسرے کا ساتھ دینا چاہیے۔ انہیں صبح کا ناشتہ ایک ساتھ ایک جگہ بیٹھ کر کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ یا اگر ممکن نہ ہو تو شام کی چائے یا مشروبات وغیرہ ایک ساتھ بلکہ اس کے ساتھ ملا کر پینے چاہئیں۔ ناشتہ تیار کرنے میں شوہر کو بیوی کا ہاتھ بٹانا چاہیے۔ اس سے آپ کے بچوں پر بھی اچھا اخلاقی اثر پڑیگا۔

مالی معاملات: مالی معاملات پر مکمل اتفاق رائے بہت مفید بات ہے اکثر گھروں میں تنازعہ کا سبب اس کا فقدان ہوتا ہے۔ شوہر اور بیوی کو اگر وہ کام کرتی ہے تو اپنی آمدنیاں مل جُل کر رکھنی اور خرچ کرنی چاہئیں۔ بینک اکاؤنٹ بھی مشترکہ رکھنے چاہئیں۔ بچت گھریلو ماحول کو پُرمسرت بنانے میں بہت اہم رول ادا کرتی ہے اور اس سے مستقبل پر اعتماد بڑھتا ہے۔ شوہر اور بیوی کو ایک دوسرے کو روزمرہ اور عام اخراجات کا کبھی حساب نہیں لینا چاہیے۔ یہ بہت بُری اور تلخ بات بن جاتی ہے۔

بچوں کی درست تربیت: بعض اوقات بچوں کے مسائل پر گھریلو ماحول میں تلخی یا دوری پیدا ہوجاتی ہے۔ اس میں قصور بچوں کا نہیں بلکہ ماں باپ کا ہوتا ہے۔ بچوں کو یہ بات سکھانی چاہیے کہ وہ ماں اور باپ دونوں کا کہنا مانیں' دونوں سے پیار کریں اور دونوں کا احترام کریں۔ بیوی کو شوہر کی عدم موجودگی میں اور شوہر کو بیوی کی عدم موجودگی میں بچوں کو ایک دوسرے کی تعظیم اور محبت کا نفسیاتی درس دینا چاہیے۔

گھریلو جھگڑوں میں بچوں پر بہت مضر اثر پڑتا ہے اور وہ خود کو غیرمحفوظ سمجھنے لگتے ہیں یا آپس میں جھگڑا کرنا سیکھ جاتے ہیں۔ بچوں کو اس بات کی بھی تربیت دی جانی چاہیے کہ وہ ماں باپ کے کمرے میں دستک دیئے بغیر ہرگز داخل نہ ہوں اس طرح انہیں والدین کی یکسوئی اور تنہائی کی ضرورت کا احساس پیدا ہوگا اور وہ ان کے تخلیہ کے لمحات کے وقت حارج نہ ہونگے۔ خواتین کیلئے ایک اور اہم کام یہ ہے کہ وہ دن کے ایسے اوقات میں جب ان کا باپ ملازمت یا تجارت کے سلسلے میں گھر سے باہر رہتا باپ کی اہمیت اور اس کے احترام اور اس کی فرمانبرداری کے بارے میں تربیت دیتی رہیں اور باپ کی محبت ان کے معصوم ذہن میں اجاگر کریں۔

جوہر شفاء مدینہ کا کمال

میں سول میڈیکل سٹور چوک پاکستان گجرات میں ملازم ہوں۔ ایک عورت جنہوں نے کئی سال پہلے ہاٹ سرجری کروائی تھی میرے پاس سے ادویات لے کر جاتی ہیں ان کو پیٹ کا بہت زیادہ مسئلہ تھا کبھی پیٹ میں درد' کبھی قبض' ڈاکٹروں نے انہیں نیند اور ٹینشن' ڈپریشن کی ادویات دینا شروع کردیں۔ کافی عرصہ استعمال کے بعد بھی فائدہ نہ ہوا کیونکہ کافی عرصہ سے مستقل کسٹمر تھیں واقفیت ہوگئی تھی میں نے ان کو جوہر شفاء مدینہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا اور عبقری کے متعلق بتایا۔ جب سے انہوں نے جوہر شفاء مدینہ استعمال کی ہے بالکل ٹھیک ہیں اور مستقل استعمال کررہی ہیں۔ آج بھی انہوں نے مجھ سے چار ڈبیاں منگوائی ہیں۔ (شفیق' گجرات)

عرق گلاب سے حسن وصحت میں نکھار

سردیوں میں بچوں کے چہرے پر عموماً سفید اور کھردرے نشان سے بن جاتے ہیں جن کو عموماً کیلشیم کی کمی سمجھا جاتا ہے حالانکہ یہ خیال بالکل غلط ہے۔ یہ نشان ایک جلدی بیماری ہیں۔ عرق گلاب کے مسلسل استعمال سے اس مرض کا علاج ممکن ہے

ہمارے یہاں عموماً حسن و خوبصورتی کیلئے مختلف قسم کی بازاری چیزوں پر انحصار کیا جاتا ہے جس کی وجہ سے چہرہ دلکشی کے چند منظر دکھانے کے بعد مختلف عوارض میں مبتلا ہوجاتا ہے کیونکہ حسن وزیبائش کیلئے استعمال ہونے والی یہ کاسمیٹکس اشیاء عموماً کیمیائی اجزاء سے تیار کی جاتی ہیں۔ اس لیے زیادہ تر غیرمعیاری ثابت ہوتی ہیں جن کی وجہ سے انسانی چہرہ مختلف بیماریوں کا مسکن بن کررہ جاتا ہے۔

حقیقت تو یہ ہے کہ آج سے دوتین عشروں قبل ہمارے یہاں ایسی بازاری کاسمیٹکس کا کوئی رجحان نہیں تھا۔ خواتین اپنے چہرے کی دلکشی کیلئے قدرتی اجزاء سے بنی اشیاء استعمال کرتی تھیں اور قدرتی اشیاء اور جڑی بوٹیوں کے استعمال سے ان کا چہرہ صاف شفاف اور تروتازہ رہتا تھا۔ جو خواتین حسن و زیبائش اور خصوصاً جلدی امراض سے محفوظ رہنے کیلئے عرق گلاب اور لیموں کا رس استعمال کرتی تھیں انہیں یہ جان کر اطمینان ہوگا کہ بعد میں جدید طب نے ان دونوں چیزوں کو دلکشی اور جلد کی صحت کا امین قرار دیا۔

عرق گلاب انسانی جلد کیلئے گوہرنایاب ہے اور جلدی امراض کے ماہر انہیں متعدد بیماریوں میں استعمال کراتے ہیں۔ عرق گلاب جلد کی قوت مدافعت بڑھانے کے ساتھ ساتھ جلد میں پانی کی صحیح مقدار قائم رکھنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے جس کی وجہ سے جلد ملائم، چمکدار اور ہموار رہتی ہے۔ سردیوں میں بچوں کے چہرے پر عموماً سفید اور کھردرے نشان سے بن جاتے ہیں جن کو عموماً کیلشیم کی کمی سمجھا جاتا ہے حالانکہ یہ خیال بالکل غلط ہے۔ یہ نشان ایک جلدی بیماری ہیں۔ عرق گلاب کے مسلسل استعمال سے نہ صرف اس مرض کا علاج ممکن ہے بلکہ اس مرض کی روک تھام کیلئے یہی قدرتی دوا سستی اور مؤثر ترین ہے۔ عرق گلاب جلد سے پانی کے غیرضروری اخراج کو روکتا ہے۔ عموماً گرمیوں کے دنوں میں جنہیں زیادہ پسینہ آتا ہے ان کیلئے عرق گلاب کا استعمال نہ صرف پسینے کی زیادتی کو روکتا ہے بلکہ انہیں پسینے کی بدبو سے بھی نجات دلاتا ہے۔

عرق گلاب جلد کی بیماریوں میں نہایت مفید ہے۔ چہرے کی چھائیاں دور کرنی ہوں یا جلد کی رنگت میں نکھار پیدا کرنا ہو تو عموماً بازاری کریمیں استعمال کی جاتی ہیں مگر ماہرین امراض جلد عرق گلاب کو ہی ترجیح دیتے ہیں۔ نیز ان ماہرین کا مشورہ ہے کہ چہرے کو جھریوں سے بچانے اور رنگت صاف کرنے کیلئے عرق گلاب میں گلیسرین اور لیموں کا رس ملا کر استعمال کیا جائے تو مطلوبہ نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ گھریلو خواتین جن کے ہاتھوں کی انگلیاں کپڑے اور برتن دھونے والے صابن، سرف اور وم کے استعمال سے کھردری ہوکر پھٹ جاتی ہیں ان میں زخم بن جاتے ہیں اگر وہ گلیسرین اور عرق گلاب ملا کر دن میں تین سے چار مرتبہ استعمال کریں تو اس موذی مرض سے بچا جاسکتا ہے۔ بعض مرد وخواتین کی ایڑیاں پھٹ جاتی ہیں اگر وہ عرق گلاب اور گلیسرین کا مکسچر لگائیں تو ان کی یہ بیماری ختم ہوسکتی ہے۔

عرق گلاب زیتون اور شہد کے ساتھ ملا کر پیا جائے تو یہ جلد اور معدہ کی حفاظت کے متعدد امور انجام دیتا ہے۔ خصوصاً صرف عرق گلاب پینے سے قبض دور ہوجاتا ہے اور یہ انتڑیوں کو جراثیم سے پاک کردیتا ہے۔ گویا عرق گلاب حسن اور صحت کا ایسا مظہر ہے جس کے اندر قدرت نے انسانوں کیلئے شفا رکھی ہے۔ عرق گلاب جلدی امراض کے علاوہ جسم انسانی کے دیگر اعضاء کیلئے بھی کارآمد دوا کی حیثیت رکھتا ہے۔ جدید طب نے عرق گلاب کو آنکھوں کا نور کہا ہے اور آج ماحولیاتی آلودگی کے اس دور میں اس کا استعمال ناگزیر قرار دیا ہے۔

ڈاکٹر صاحبان کا تو یہ کہنا ہے کہ آنکھوں کی حفاظت کے لیے ادویات کا استعمال بھی ضروری ہے۔ ڈاکٹر اس بات پر بھی اتفاق کرتے ہیں کہ گردوغبار اور دھوئیں کے مضر اثرات سے بچنے کیلئے آنکھوں میں چند قطرے عرق گلاب ڈال لینے سے بھی آنکھوں کی مکمل صفائی ہوجاتی ہے جب کہ اطباء کہتے ہیں کہ عرق گلاب سب سے مؤثر دوا ہے کیونکہ یہ آنکھوں کو صاف ستھرا رکھ کر جراثیم سے محفوظ کرتا ہے۔ آشوب چشم جیسے خوفناک مرض سے نجات حاصل کرنے کے لیے عرق گلاب کے چند قطرے مؤثر دوا ثابت ہوتے ہیں۔ عرق گلاب آنکھوں کا ایک ایسا محافظ ثابت ہوتا ہے جس سے نہ صرف بصارت تیز ہوتی ہے بلکہ آنکھوں میں طلسماتی چمک بھی پیدا ہوتی ہے اور آنکھوں کا گدلا پن ہمیشہ ہمیشہ کیلئے دور ہوجاتا ہے۔ لیزر اور کمپیوٹر کے سامنے کام کرنے والے روزانہ عرق گلاب کے چند قطرے آنکھوں میں ڈال لیا کریں تو ان کی آنکھیں لیزر شعاعوں کے اثرات سے بچ سکتی ہیں۔

عرق گلاب دل اور دماغ کیلئے ایک مقوی اور راحت آمیز دوا ہے۔ یہ کمزور دل اور دماغ کو توانا اور چست کردیتا ہے۔ ہمارے یہاں ڈیپریشن اور اعصابی دباؤ کی وجہ سے اکثر لوگ سکون آور ادویات استعمال کرتے ہیں جس کی وجہ سے ان کی زندگی کے معمولات بدل کررہ گئے ہیں۔ یہ لوگ فطرت سے اس قدر دور ہوچکے ہیں کہ ان کی زندگیاں بے سکونی کا شکار ہوکررہ گئی ہیں۔ زندگی کی گہما گہمی کا شکار یہ لوگ عرق گلاب شہد اور اسپغول کو اپنی خوراک کا حصہ بنالیں تو انہیں ان تمام عوارض سے نجات مل سکتی ہے۔ وہ مصنوعی انداز میں جینا چھوڑ دیں گے اور ان کیلئے جینا سہل ہوجائے گا کیونکہ یہ تینوں قدرتی غذائیں معجزاتی اثرات کی حامل ہیں۔ ذہنی دباؤ اور اعصابی تناؤ کے شکار لوگوں کیلئے یہ نسخہ کیمیا ثابت ہوتی ہیں۔

یہ اعصاب کو مضبوط اور ذہن کو توانا بنادیتی ہیں مگر ہمارا المیہ یہ ہے کہ ہم ان فائدہ مند قدرتی ادویات کو چھوڑ کر انگریزی اور مضرصحت ادویات کا استعمال کرنے لگتے ہیں حالانکہ عرق گلاب، شہد اور اسپغول ان ادویات سے زیادہ اثرانگیز ہیں۔ اطباء کا کہنا ہے کہ ذہنی اور جسمانی مشقت کرنے والے افراد کیلئے ان کا استعمال نہایت ضروری ہے اگر یہ لوگ انہیں اپنی خوراک کا حصہ بنالیں تو وہ کبھی بیمار نہ ہوں گے۔

انڈا ابالتے وقت ٹوٹے گا نہیں

انڈا ابالتے وقت اکثر اوقات انڈے ابلتے وقت ہی ٹوٹ جاتے ہیں اور انڈا ٹوٹ کر آہستہ آہستہ اندر سے نکلنا شروع ہوجاتا ہے انڈے ٹوٹنے سے بچانے کیلئے انڈے ابالنے سے پہلے پانی میں آدھا چمچ نمک کا ڈال دیں اس سے انڈے ٹوٹیں گے نہیں اور ابلنے کے بعد انڈے کا چھلکا بھی آسانی سے اتر جائیگا۔

انڈا فرائی پین میں نہ چپکے

فرائی پین میں ذرا سا نمک چھڑک لیں اس کے بعد انڈا توڑ کر ڈالیں تلنے کے بعد انڈا فرائی پین سے نہیں چپکے گا۔

(عبدالغفار ثاقب نواں شہر ایبٹ آباد)

یَامُصَوِّرُ سے نرینہ اولاد کا حصول

ایسی عورت جس کے ہاں اولاد نہ ہوتی ہو تو اسے چاہیے سات روزے رکھے اور روزہ افطار کرنے کے بعد یَا مُصَوِّرُ اکیس مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیے۔ انشاء اللہ اس کے گھر فرزند صالح پیدا ہوگا۔ اس عمل کی اجازت کسی ولی کامل سے لینا ضروری ہے۔

اللہ تعالیٰ مصور ہے چونکہ اس نے کروڑوں، اربوں صورتیں بنائی ہیں جو دیکھنے میں ایک دوسرے سے جدا ہیں، پھر ہر ایک کی خصوصیات الگ ہیں۔ یہ کام سوائے خدا کے اور کوئی نہیں کر سکتا اس لیے اسے مصور کہا جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اپنی اس صفت کو خود یوں فرمایا ہے کہ وہ ماں کے پیٹ میں تمہاری جیسی شکل چاہتا ہے بنا دیتا ہے۔ کسی کو گورا کسی کو کالا، کسی کو مرد اور کسی کو عورت بنا دیتا ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ اصل صورت بنانے والا اللہ ہی ہے اور یہاں کے مصور صرف اس کی بنائی ہوئی تصویروں کی نقل اتارنے والے ہیں۔ اسی لحاظ سے حقیقی مصور اللہ تعالیٰ ہے۔ یہ اسم جلالی ہے۔ اس کے فوائد حسب ذیل ہیں۔

بچہ خوبصورت پیدا ہونے کا عمل

جو عورت یہ چاہتی ہو کہ اس کی اولاد خوبصورت پیدا ہو تو اسے چاہیے کہ حمل ٹھہرنے کے تین ماہ بعد اس اسم کو سوتے وقت 336 مرتبہ پڑھنا شروع کر دے اور بچے کی پیدائش تک اسے پڑھتی رہے۔ انشاء اللہ جو بچہ یا بچی پیدا ہوگی وہ خوبصورت اور صحیح سلامت پیدا ہوگی۔

حمل گرنے کا علاج

جس عورت کا حمل ٹھہر کر گر جاتا ہو اور اکثر اوقات اسی پریشانی کا سامنا رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ حمل ٹھہرنے کے بعد یَاحَیُّ یَاحَافِظُ یَامُصَوِّرُ 40 دن تک روزانہ 1100 مرتبہ پڑھے۔ ایک مقررہ وقت اور مقررہ مقام پر پڑھے تو زیادہ بہتر ہے۔ انشاء اللہ اللہ تعالیٰ کی رحمت سے حمل محفوظ رہے گا۔

نرینہ اولاد کے حصول کا عمل

ایسی عورت جس کے ہاں اولاد نہ ہوتی ہو تو اسے چاہیے سات روزے رکھے اور روزہ افطار کرنے کے بعد یَامُصَوِّرُ اکیس مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیے۔ انشاء اللہ اس کے گھر فرزند صالح پیدا ہوگا۔ اس عمل کی اجازت کسی ولی کامل سے لینا ضروری ہے۔

نئی چیزوں کی ایجاد میں آسانی

ایسے کاروباری حضرت جو نئی نئی چیزیں بناتے ہیں جس میں از حد اس بات کا اندیشہ ہوتا ہے کہ نئی تخلیق مارکیٹ میں چلے گی کہ نہیں تو ایسے لوگوں کیلئے اس اسم کا کثرت سے ذکر بہت مفید ہے کیونکہ اس اسم کے پڑھنے سے اللہ کی مدد عقل کے ساتھ شامل حال ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ سخت محنت کرنے والے اگر اسے پڑھیں تو ان کے کام میں آسانی ہو جائے گی۔ اسی لیے دستی کام کرنے والے مثلاً لوہار، درزی وغیرہ کیلئے بہت موزوں ہے۔

کام میں آسانی کا عمل

جو شخص اسے 21 دن تک روزانہ 5000 مرتبہ پڑھے اور اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے کام میں آسانی پیدا ہو جائے گی۔ کام خواہ کتنا ہی مشکل کیوں نہ ہو عمل کے ختم ہوتے ہی انشاء اللہ کام بن جائے گا۔

ایک عامل کا قول ہے کہ اگر کوئی وضو کر کے اپنی پیشانی پر شہادت کی انگلی سے اس اسم کو لکھ کر جس سے ملاقات کرے وہی دوست بن جائیگا۔

عالم ارواح میں صورتوں کا مشاہدہ

ایسا سالک جس کا باطن کھل چکا ہو اور اس پر کشف کے حالات واضح ہو جاتے ہوں اگر وہ عالم ارواح کی صورتوں کا مشاہدہ کرنے کی غرض سے اس اسم کو روزانہ 12500 مرتبہ 40 دن تک پڑھے تو اسے عالم ارواح کی صورتوں کا روحانی مشاہدہ حاصل ہوگا۔

اگر کوئی کام رکا ہوا ہو

اگر کسی کا کام رکا ہوا ہو اور اس میں پورا ہونے کی ظاہر میں کوئی امید نہ ہو تو اسے چاہیے کہ مندرجہ ذیل طریقہ اختیار کرے۔ مغرب کی نماز کے بعد چار نوافل دو سلام کے ساتھ پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیت کریمہ سو بار پڑھے لَا اِلٰـهَ اِلَّا اَنْـتَ سُبْـحَانَکَ اِنِّی کُنْتُ مِنَ الظّٰـالِمِیْنَ اور اپنے مقصد کا خیال دل میں رکھے اس طرح چار رکعت ختم کرے اور دعا مانگے سات دن اس طرح کرے انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔ (ساجدہ شاہین)

طالب علم یا شیطان

حضرت یہیں مقیم ہے، پڑھتا ہے، لنگر خانے سے کھانا کھالیتا ہے۔ آپ نے فرمایا! کچھ بھی ہو یہ مدرسہ کا طالب علم نہیں

عارف باللہ حضرت مولانا رفیع الدین صاحب رحمۃ اللہ علیہ کا زمانہ اہتمام تھا طلباء کی تعداد مختصر تھی ان دنوں پچیس کے قریب کا کھانا لنگر خانے میں پکتا تھا۔ ایک دن ایک طالب علم نے سالن کا پیالہ حضرت رحمۃ اللہ علیہ کے سامنے پٹخ دیا اور ساتھ بے ادبی کے جملے بھی استعمال کیے کہ یہ ہے آپ کا اہتمام...... حضرت نے تین مرتبہ بڑے غور سے اس لڑکے کو سر سے پاؤں تک دیکھا اور فرمایا یہ مدرسہ کا طالب علم نہیں۔ سب نے عرض کیا کہ حضرت یہیں مقیم ہے، پڑھتا ہے، لنگر خانے سے کھانا کھالیتا ہے۔ آپ نے فرمایا! کچھ بھی ہو یہ مدرسہ کا طالب علم نہیں۔ تین چار روز کے بعد حقیقت منکشف ہوئی کہ واقعی یہ لڑکا مدرسہ میں صرف کھانا لینے کی غرض سے داخل ہوا بعد ازاں اہل مدرسہ نے حضرت کی خدمت میں عرض کیا کہ جناب کو کیسے معلوم ہوا کہ یہ مدرسہ کا طالب علم نہیں؟ آپ نے فرمایا اصل بات یہ ہے کہ جب اہتمام کی ذمہ داری مجھے سونپی گئی تو میں بڑا پریشان تھا کہ کام کس طرح سنبھالوں گا؟ رات کو خواب میں سرکار دو عالم ﷺ کی زیارت ہوئی۔ آپ ﷺ مولسری کے کنویں کے کنارہ پر تشریف فرما ہیں کنواں دودھ سے بھرا ہوا ہے حضرت ﷺ خود دودھ تقسیم فرما رہے ہیں کسی کو بالٹی بھر کر دے رہے ہیں کسی کو لوٹا، کسی کو پیالہ، کسی کو دیگ، بعض کے پاس برتن نہیں وہ چلو ہی بھر کر پیتا ہے اور چلا جاتا ہے۔ غرض ہر آنے والا اپنے ظرف کے مطابق دودھ لیکر جا رہا ہے اور پینے والوں کی تعداد ہزاروں میں ہے۔ صبح میں نے مراقبہ کیا تعبیر بایں طور منکشف ہوئی کہ دودھ کی تعبیر علم کے ساتھ ہے اور دودھ لینے والوں میں یہ لڑکا نہیں تھا اس سے میں نے اندازہ لگایا کہ یہ مدرسے کا طالب علم نہیں ہے۔

اہم اعلان

جن شہروں میں حضرت حکیم صاحب کا سفری شیڈول ختم کیا گیا تھا وہاں کے قارئین اور متعلقین کے بے پناہ اصرار پر شیڈول پر نظر ثانی کی جا رہی ہے۔

بہت جلد نیا شیڈول جاری کر دیا جائیگا۔

شاہ ولی اللہ دہلویؒ کے مستند روحانی وظائف

اگر کسی کی آنکھوں سے کم دکھائی دیتا ہو آنکھوں کی بینائی کا نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہو تو بعد نماز عشاء باوضو تین بار یَـابَـصِیۡرُ پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی انگلیوں پر دم کر کے انہیں اپنی آنکھوں پر پھیر لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بینائی تیز ہو جائیگی اور قائم رہے گی۔

گم شدہ اور کھوئی چیز کیلئے

اگر کسی کی کوئی چیز گم ہوگئی ہو تو اس کیلئے بے شمار و لا تعداد مرتبہ اِنَّـا لِـلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیۡہِ رَاجِعُوۡنَ پڑھے اور تلاش جاری رکھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ گمشدہ چیز یا گمشدہ بچہ ضرور مل جائے گا۔

سماعت (اونچا یا کم سنائی دینا) کیلئے

اگر کوئی شخص اپنی کمزور سماعت کے باعث پریشان ہو یا اسے اونچا سنائی دیتا ہو تو روغن بادام (بادام کے تیل) پر باوضو پانچ سو بار یَاسَمِیۡعُ پڑھ کر دم کریں۔ پڑھنے سے قبل بسم اللہ الرحمن الرحیم ایک مرتبہ ضرور پڑھ لیں اور عمل پڑھنے کے بعد ایک بار صَلَّی اللّٰہُ عَلَیۡہِ وَسَلَّم کہہ دیں پھر تیل پر دم کر دیں اور اس تیل کو حفاظت سے رکھ لیں۔ اسے سوتے وقت ایک ایک قطرہ دونوں کانوں میں ڈالیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہرے پن کی شکایت دور ہو جائے گا۔

نوٹ: یہ بات یاد رکھیں کہ تیل ڈالنے سے قبل اسے ذرا سا گرم کر لیں اور نیم گرم ڈالیں۔

مکان سے جن بھوت بھگانے کا طریقہ

اگر کسی مکان میں جن بھوت پریت آسیب نے قبضہ کر لیا ہو اور گھر کے لوگ اکثر طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہوں تو پانچ ٹھیکریاں کورے مٹکے کی لیں (کورا مٹکا وہ ہے جس کو بھٹہ سے نکال کر پانی سے نہ دھویا گیا ہو) اور تمام نمازوں کے بعد باوضو ہر ٹھیکری پر پانچ پانچ مرتبہ سورۂ عصر پڑھ کر دم کریں اور چار ٹھیکریاں مکان کے چار کونوں میں اور ایک ٹھیکری مکان کے صحن میں دفن کر دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ تمام جنات و شیاطین کے اثرات سے گھر محفوظ ہو جائے گا یہی عمل دکان اور کارخانے کیلئے بھی کر سکتے ہیں۔ چاروں ٹھیکریاں چاروں کونوں میں اور ایک ٹھیکری دکان یا کارخانے کے بیچ میں دفن کریں۔

ہر مصیبت سے مکان کی حفاظت

رات کو سونے سے قبل تین مرتبہ آیۃ الکرسی مع بسم اللہ پڑھ کر تصور میں لا کر مکان کے چاروں طرف پھونک مار دیں۔ انشاء اللہ اس گھر میں کبھی بھی چور، ڈاکو اور بُری بلائیں داخل نہ ہوں گی۔

کھیت اور باغ کی حفاظت کیلئے

اگر کھیت کو جانور کھا جاتے ہوں یا چوہے اور دیگر موذی جانور نقصان پہنچاتے ہوں یا باغ میں چوری ہوتی ہو اور پھل غائب ہو جاتے ہوں تو اس کیلئے دریا یا سمندر کے کنارے کی پاک ریت لیں اور باوضو چار مرتبہ آیۃ الکرسی مع بسم اللہ کے پڑھ کر ریت پر دم کریں اور یہ ریت تھوڑی تھوڑی کھیت یا باغ کے چاروں کونوں میں ڈال دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے کھیت اور باغ محفوظ ہو جائیں گے اور کوئی بھی ان کو نقصان نہ پہنچا سکے گا۔

آنکھوں کی بینائی محفوظ رہنے کیلئے

اگر کسی کی آنکھوں سے کم دکھائی دیتا ہو آنکھوں کی بینائی کو نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہو تو بعد نماز عشاء باوضو تین بار یَابَصِیۡرُ پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی انگلیوں پر دم کر کے انہیں اپنی آنکھوں پر پھیر لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بینائی تیز ہو جائیگی اور قائم رہے گی۔ یہ عمل ناغہ کر کے کرنا یا چھوڑ دینا نہیں ہے بلکہ ہمیشہ کرتا رہے تب ہی فائدہ ہوگا۔

مرگی کے دفعیہ کیلئے

جس کو مرگی کا مرض ہو اور دورہ پڑتا رہتا ہو تو جس وقت مریض کو دورہ پڑ جائے تو بے ہوشی میں اس کے سیدھے کان میں ایک بار اذان کے کلمات اور دوسری کان میں ایک بار اقامت کے الفاظ پڑھ دیئے جائیں۔ اس طرح سات مرتبہ کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ مرض ختم ہو جائے گا۔ مطلب یہ ہے کہ سات دورے پڑیں گے اور ہر دورہ پر بے ہوشی کے عالم میں اذان و اقامت کہنی ہے۔

اولاد ہونے کا عمل

اگر کسی کے اولاد نہ ہوتی ہو اور ہر طرف سے لوگ طعنے دیتے ہوں اور ہر شخص نفرت کی نگاہ سے دیکھتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب اور آزمودہ ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ گود اولاد سے بھر جائے گی اور اولاد کا سلسلہ قائم ہوگا۔

وہ عمل یہ ہے:۔ ایک سُرخ انار قندھاری خریدیں وضو کر کے اس کو دھو کر اس کے چار ٹکڑے اس طرح کریں کہ ٹکڑے الگ الگ نہ ہوں بلکہ آپس میں جڑے رہیں یعنی اوپر کی طرف سے کاٹیں لیکن نیچے کا حصہ آپس میں ملا رہنے دیں۔

اس کے بعد کسی نیک نمازی سے سورۂ یٰسین شریف اس طرح پڑھوائیں کہ پہلے مبین پر پہنچ کر انار پر دم کرے اس کے بعد دوبارہ پڑھنا شروع کرے اور دوسرے مبین پر پہنچ کر انار پر دم کر کے اس کے بعد پھر شروع سے پڑھنا شروع کرے اور تیسرے مبین کو پڑھ کر انار پر دم کرے۔ اسی طرح سات مبین پڑھ کر انار پر دم کرے اس کے بعد شروع سے سورۂ یٰسین پڑھنا شروع کرے اور پوری سورۂ پڑھ کر انار پر دم کرے اور اس کو بحفاظت رکھ دے۔ رات کو میاں بیوی خلوت کرنے سے پہلے ایک ٹکڑا میاں کھالے اور ایک ٹکڑا بیوی کھالے، پھر خلوت کر کے ایک ٹکڑا میاں کھالے اور دوسرا ٹکڑا بیوی کھالے انار کے دانے کھانے کے وقت ہی انار کی پھانک سے نکالیں۔ پہلے سے نکال کر نہ رکھیں۔ یہ عمل ماہواری سے فراغت کے فوراً بعد پہلی ہی رات میں کیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔ اس عمل کے کرنے سے پہلے ایک پاؤ بھنے ہوئے چنوں کی دال اور ایک پاؤ کشمش سات معصوم اور نابالغ بچوں کو تقسیم کر دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اولاد زندہ رہے گی۔

صرف دس دن میں جریان سے چھٹکارا

ثعلب مصری دو تولہ، موصلی سفید تازہ دو تولہ، تخم ریحان چار تولہ۔ مصری اور موصلی کا سفوف بنالیں اور اس میں تخم ریحان سالم صاف کر کے ملالیں یہ سفوف چار ماشہ لیکر ایک کلو دودھ میں ملا کر آگ پر پکائیں جب آدھا کلو رہ جائے تو حسب منشا چینی یا شکر ملا کر رات کو پی کر سو جائیں۔ دس دن میں انشاء اللہ ٹھیک ہو جائیں گے۔ **(ملک بشیر، چکوال)**

عبادت میں رغبت کیلئے

جسے عبادت کرنے میں سستی اور کاہلی ہو تو اسے لازم ہے کہ رات کو سوتے وقت ہاتھ سینے پر رکھے اور سات بار اس اسم کو پڑھ کر سو رہے بفضلہٖ تعالیٰ نفس اس کا امان میں رہے اور عبادت و ریاضت کا شائق ہو اور اگر عذاب قیامت کا خوف رکھتا ہو تو ہر جمعہ کی رات اس اسم کو ایک ہزار بار پڑھا کرے اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے عذاب اس کا کم ہو جائیگا اور حساب با آسانی ہوگا۔ اسم یہ ہے اَلۡـمُـحۡـصِیُ (اول و آخر 7 بار درود شریف) **(محمد نوید انجم، چکوال)**

مصباح علی، راولپنڈی

مالٹا کے چھلکوں سے شفاء یابی

مالٹا کے خشک چھلکے اسہال، معدی درد، قے اور متلی میں بطور علاج استعمال ہوتے ہیں۔ حتیٰ کہ بعض اطباء مالٹے کے چھلکے کو گرم بخاروں میں بھی استعمال کرتے ہیں۔ مالٹے کے چھلکوں کو بعض مرکبات میں بھی ڈالا جاتا ہے

موسم سرما کے تمام پھل لوگوں کے ہاں مرغوب ہوتے ہیں۔ اس موسم کے پھلوں میں سے ایک اہم پھل مالٹا ہے۔ اس پھل کے چھلکے، بیج اور درخت پتے معالجاتی طور پر استعمال ہوتے ہیں جب کہ اس کا جوس نکال کر لوگ عام طور پر لذت کام و دہن کیلئے پیتے ہیں اور پھل بھی چھیل کر کھاتے ہیں۔

مالٹا کے پھل کے جوس میں بہت غذائی مواد پایا جاتا ہے۔ فرکٹوز، گلوکوز اور دوسرے کئی سکری مواد سے یہ پھل مالا مال ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں کئی دوسرے نمکیاتی مواد بھی اس میں موجود ہوتے ہیں۔

بعض لوگوں کا خیال ہے کہ مالٹے میں موجود ترش رس جسم کے اندر تیزابیت اور محرفت کو بڑھا دیتے ہیں لہٰذا زیادہ مقدار میں مالٹے نہیں کھانے چاہئیں۔ ان لوگوں کا یہ خیال غلط اور غیر صحیح ہے کیونکہ مالٹے کا جوس اور پانی تو جسمانی تیزابیت کا خاتمہ کرتا ہے۔

مالٹا کے جوس میں بہت سے مفید وٹامنز بھی پائے جاتے ہیں مثلاً اس میں وٹامن سی ہوتا ہے جس میں بہت سے امراض کے خلاف مدافعت کی طاقت ہوتی ہے۔ مسوڑھوں سے خون نکلنے کو روکتا ہے۔ یومیہ ایک مالٹا کا جوس جسم میں متعلقہ وٹامنز کو پورا رکھتا ہے۔ لہٰذا ہر ایک شخص کو یومیہ ایک مالٹے کا جوش نوش کرنا چاہیے تاکہ جسم کی ضرورت وٹامنز کے حوالے سے پوری ہوتی رہے۔

مالٹا کے جوس میں غذائیت بھی بھرپور پائی جاتی ہے جب بچہ تیسرے ہفتہ کا ہو جائے تو مالٹا کے جوس کا ایک چمچ اسے دینا اس کی غذائیت کو پورا کر دیتا ہے۔ پھر جیسے جیسے عمر بڑھتی چلی جائے اس مقدار سے اسے مالٹا کا جوس بھی زیادہ دیا جائے۔ جوس کے پینے سے بچہ دانت بھی جلدی نکالتا ہے۔ اس لیے اطباء لکھتے ہیں کہ بچہ جب ایک سال کا ہو جائے تو اسے روزانہ ایک مالٹا کا جوس دیا جائے۔

مالٹا نظام انہضام کو تیز کرتا ہے اگرچہ بعض اطباء کے نقطہ نظر کے مطابق اس کا کثرت سے استعمال قرحہ معدی تک پہنچا دیتا ہے لہٰذا یومیہ ایک یا ایک سے زیادہ مالٹے لینے چاہئیں۔

مالٹا کے پھل کے بیج ضعف معدہ کے علاج میں مستعمل ہیں۔ یہ بھوک کو تیز اور جسم کو توانا و طاقتور کرتے ہیں۔

مالٹا کے پھل کے چھلکے کے فوائد

مالٹا کے پھل کا چھلکا موٹا، دبیز اور زرد رنگت کا ہوتا ہے۔ اس کی اندرونی جانب ایک سفید پردے کی تہہ بھی ہوتی ہے۔ یہ چھلکا بیرونی طور پر سخت اور کھردرا ہوتا ہے اس میں بعض آئل بھی پائے جاتے ہیں۔ جنہیں عطریات اور معدے کے مقوی مشروبات میں استعمال کیا جاتا ہے۔

قدیم عرب کے اطباء تحریر فرماتے ہیں کہ مالٹا کے خشک چھلکے اسہال، معدی درد، قے اور متلی میں بطور علاج استعمال ہوتے ہیں۔ حتیٰ کہ بعض اطباء مالٹا کے چھلکے کو گرم بخاروں میں بھی استعمال کرتے ہیں۔ مالٹا کے چھلکوں کو بعض مرکبات میں بھی ڈالا جاتا ہے اور انفرادی طور پر سفوف بنا کر استعمال کیا جاتا ہے۔

مالٹا کے درخت کے پتے

مالٹا کے درخت کے پتے درمیانے، خوشبودار اور رنگت کے سبز ہوتے ہیں۔ یہ پتے زیادہ تر عصبی امراض میں بطور علاج مستعمل ہوتے ہیں۔ ان کے استعمال سے سر کے بھاری پن کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ کھانے سے قبل اس کے پتوں کا قہوہ پینا معدے کو طاقتور اور نظام ہضم کو تیز کر دیتا ہے۔

مالٹا کے پتوں کے استعمال میں وہ اشخاص نہایت احتیاط کریں جن کا نظام عصبی نہایت حساس ہو۔ ایسی صورت میں یہ فائدے کی بجائے نقصان دہ ہوں گے۔ مالٹا کے درخت کے پتے دل کے خفقان، دل بیٹھنے، قلبی گھبراہٹ اور درد معدہ میں مستعمل ہیں۔ علاوہ ازیں مرگی، التہاب دماغ، ورم جمجمہ اور دوسری سر کی کئی بیماریوں میں بھی ان سے استفادہ کیا جاتا ہے۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

روحانی محفل میں ڈھونڈنے کی کوشش کی، محترم حکیم صاحب! میں نے صرف ایک ماہ کی ہی روحانی محفل کی تھی کہ میرا دل خود بخود کتابیں کھول کر پڑھنے کو کرنے لگ گیا اور مجھے سبق بھی بہت جلد یاد ہونے لگا اور مجھے ہر لیکچر کی سمجھ آنے لگی۔ مجھے یقین نہیں آ رہا تھا کہ میری اتنی بڑی پریشانی روحانی محفل نے دور کر دی ہے۔ (شانزے، اسلام آباد)

امراضِ معدہ

حلق اور زبان کے زخم بھی نگلنے میں وقت پیدا کرتے ہیں لیکن وہ درحقیقت امراض مری میں نہیں ہیں

مری غذا کی وہ نالی ہے جس کا ایک سرا حلق سے نیچے اور دوسرا سرا معدے سے پیوست ہوتا ہے۔ اس کا کام غذا کو معدے تک پہنچانا ہے۔ گاہے مری میں اس قسم کی تکلیف پیدا ہو جاتی ہے کہ غذا کا نگلنا مشکل ہو جاتا ہے۔ اسے طبی اصطلاح میں عسرالبلع کہتے ہیں۔ یہ مرض کبھی طی نامی شریان کے اس حصے کو پھول جانے سے پیدا ہوتا ہے جو مری کے پاس سے گزرتا ہے۔ اسے نورسما اورطی کہتے ہیں۔ اسی طرح کبھی سرطان مری غذا کے نگلنے کو ناممکن بنا دیتا ہے۔ کینسر جیسی خبیث رسولی کے علاوہ گاہے دوسری رسولیاں بھی یہ کیفیت پیدا کرتی ہیں۔ حلق اور زبان کے زخم بھی نگلنے میں وقت پیدا کرتے ہیں لیکن وہ درحقیقت امراض مری میں نہیں ہیں۔ کبھی مری میں کوئی زخم یا پھنسیاں پیدا ہو جاتی ہیں جو مندمل ہونے پر یا بھرنے پر مری کی دیواروں کو آپس میں لیفی ساخت پیدا کر کے جوڑ دیتی ہیں۔ (زخم کے مندمل ہوتے وقت لیفی ساخت پیدا ہوا کرتی ہے) کینسر یا دوسری رسولیوں کا علاج تو ان کے مخصوص ہسپتالوں اور جراحی کے ذریعے پیدا ہوا کرتی ہے) کینسر یا دوسری رسولیوں کا علاج تو ان کے مخصوص ہسپتالوں اور جراحی کے ذریعے ہوسکتا ہے۔ اگر مری کی دونوں دیواریں مندمل ہو کر جڑ جائیں اور غذا کا راستہ بند کر دیں تو اس کو بھی عمل جراحی سے ٹھیک کیا جاسکتا ہے لیکن گاہے محض سردی، گرمی، خشکی یا تری کے سبب غذا کا نگلنا دشوار ہوتا ہے۔ کبھی ایسا ہوتا ہے کہ روٹی کا لقمہ تو اندر چلا جاتا ہے مگر رقیق غذا پانی وغیرہ اندر نہیں جاتے جس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ وزنی غذا خود اپنے وزن کی وجہ سے مری کے عضلات کی امداد کے بغیر نیچے کو لڑھک کر معدے میں پہنچ جاتی ہے اور جس غذا میں وزن بہت کم ہوتا ہے۔ اگر قسم کی کیفیت ضعف اعصاب کے نتیجے میں پیدا ہو تو مقوی اعصاب دوائیں دیں مثلاً الاحمر، معجون اذراقی معجون، یوگ راج گوگل، حب اذراقی، خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا وغیرہ اگر نزلہ رطوبی کی وجہ سے ہو تو اطریفل اسطخودوس مفید ہے یا وہ نسخہ پلائیں جس کا بیان نزلہ بارد میں آچکا۔ قبض کشائی کیلئے اطریفل زمانی دیں۔ اگر مریض کا مزاج سرد خشک ہے تو روغن بادام 10 ملی لیٹر نیم گرم دودھ 250 ملی لیٹر میں ملا کر رات کو پلایا کریں۔

معدے کے امراض اور ان کے شفاء بخش علاج کیلئے کتاب ”امراض معدہ علاج اور جدید سائنس“ کا مطالعہ ضرور کریں

گھریلو خواتین اور کم آمدنی میں بچت

ذکیہ اقتدار' بہاولنگر

جب مرچوں کو پیسیں تو اس میں پانی کے ساتھ اگر ایک پاؤ آئل ڈال دیں پھر سالن میں گھی کم استعمال ہوگا اور جب سالن پک کے تیار ہوگا تو آپ محسوس کریں گی اگر چکن وغیرہ پکائیں تو ڈونگے میں سالن اتاریں گی تو محسوس ہوگا کہ دیگ کا سالن ہے

ہم ہر وقت مہنگائی کا تذکرہ کرتے زبان کو مسلسل مصروف رکھتے ہیں۔ مسلسل بولنے سے ذہن تھک جاتا ہے' اس گفتگو سے آپ کا ایک بھی مسئلہ حل نہیں ہوتا بلکہ افسوس ہے کہ جتنی دالیں' مرچ' مصالحے' گھی' چینی نکالتی جاتی ہیں تو اس کے ریٹ جاننے کے بعد اونچی آوازوں میں دکانداروں کو بہت برا بھلا کہتی ہیں۔ میری بہنو! جتنی دیر آپ یہ اشیاء نکالیں گی باوضو ہوکر سارا رزق نکالیں اور سورۃ الکوثر پڑھتی رہیں' دالیں' لہسن' پیاز' نکالیں تو بنی اسرائیل کی ناشکری کو مدنظر رکھیں۔ وہ دھتکار دیئے گئے تھے اللہ کی ناشکری کی وجہ سے۔ سورۂ بقرہ غور سے پڑھیں کہیں ہماری حرکتیں ویسی ہی تو نہیں؟ اگر ہم بنی اسرائیل جیسی حرکتیں کر رہے ہیں تو اپنا خصوصی جائزہ لیں اور پھر اپنی ایک بری عادت اپنے اندر سے رخصت کریں جس قبیح عادت کو رخصت کریں اس کو دوبارہ اپنے اندر داخل نہ ہونے دیں۔ آپ آج پالک صاف کر رہی ہیں آپ ایسا کرتی ہیں پالک کے پتے تو پکا لیتی ہیں لیکن اس کے ڈنٹھل کچرے میں ڈال دیتی ہیں۔ آپ ڈنٹھل ضائع نہ کریں انکو محفوظ کرلیں۔

آپ شامی کباب کا مصالحہ لیں اور چنے کی دال بھگولیا کریں اگر ایک کلو ڈنٹھل ہیں تو اس میں ایک پاؤ چنے کی دال ڈالیں باقی سارا شامی کباب والا مصالحہ مقدار بھی اتنی۔ جب خوب گل جائے تو پھر چولہے سے نیچے اتار کر پیس لیں۔ کباب بنانے سے پہلے دو انڈے شامل کریں اس کے کباب بنالیجئے۔ اس کا ذائقہ شامی کباب والا ہے۔ بلڈ پریشر کے جو لوگ مریض ہیں انہیں بھی کھلائیں کیونکہ وہ قیمہ کباب کو نہیں کھا سکتے ایک کلو قیمہ کی رقم بھی بچی اور کباب بھی کھائیے۔

آج کل لال مرچ پسی ہوئی بازار سے منگاتی ہیں اس سے لاتعداد امراض ہوجاتے ہیں یاد رکھیے! یہ مرچ بے دھلی' نہ جانے کیا کچھ ملا کر پیستے ہیں' میں نے اپنی پوری زندگی میں کبھی یہ پسی مرچ استعمال نہیں کیں۔ مرچ بازار سے منگایئے گرمی میں کم قیمت میں ملتی ہے۔ اب آپ کے پاس مرچ ہے ایک ہفتے کے استعمال کیلئے ان کو دھو لیجئے' ڈنٹھل توڑ لیں ڈنٹھل توڑنے میں وقت ضائع ہوگا کسی بھی مضبوط بلکہ ہاون دستے کی دستی لے لیں اور مرچوں کو چوٹ لگائیں ڈنٹھل نکال دیں اب مرچوں کو اچھی طرح پتیلے میں ڈال کر دھوئیے اب پلاسٹک کی سوراخ دار چھلنی لیں اور اس میں مرچ ڈال دیں اب آپ جار لیں اور اس میں پانی ڈال کر مرچ بھگو دیں اور فرج میں رکھیں۔ آپ سوچ رہی ہیں کہ شیشے کا مہنگا جار لانا پڑے گا اس میں صرف عقل کو استعمال کیا جائے تو بے شمار چیزیں کارآمد ہوسکتی ہیں۔ آپ کے پاس اتنے جار پڑے ہیں جگ بنالیں' آٹا رکھنے کا ٹفن بنایئے' لسی کا جگ بنائیں' پھل رکھ سکتی ہیں' آپ کے آس پاس خالی بوتلیں پڑی ہیں آپ اس بوتل کو لیجئے چولہے پر چھری گرم کرلیں یا بوتل کا اوپر کا حصہ پانچ انچ کاٹ لیں اوپر کا حصہ پھینک دیں نیچے والے بوتل کے حصے میں مرچ بھگو دیجئے۔ پانی اتنی مقدار میں ڈالیں کہ مرچوں سے ایک انچ اوپر رہے۔ ایک مرچ فرج میں رکھ دیں۔ جب مرچ گل جائے تو گرائینڈر میں گلی ہوئی مرچ اور پانی بھی ڈالیے ایک منٹ تک گرائینڈ کریں پھر وقفہ کریں پھر چلادیں اب مرچ بہت باریک پس چکی ہیں جب آپ کو سالن پکانا ہو تو یہی مرچ ڈالیں جب مرچوں کو پیسیں تو اس میں پانی کے ساتھ اگر ایک پاؤ آئل ڈال دیں پھر سالن میں گھی کم استعمال ہوگا اور جب سالن پک کے تیار ہوگا تو آپ محسوس کریں گی اگر چکن وغیرہ پکائیں تو ڈونگے میں سالن اتاریں گی تو محسوس ہوگا کہ دیگ کا سالن ہے۔ ذائقہ بے حد لذیذ ہوتا ہے۔ اس طریقے سے مرچ استعمال کریں گی تو جلن نہیں ہوگی۔

اگر ایک ماہ کیلئے مرچ آدھا کلو منگواتی ہیں تو سالانہ چھ کلو' ثابت مرچ صرف تین کلو منگوائیں سالانہ کافی ہیں۔

آدھا کلو مرچ دھو کر سکھا کر ہاون دستے میں کوٹ لیں دال ہانڈی وغیرہ میں ڈال دیں کھانے کا مزہ آجاتا ہے بہنو! صرف توبہ کی بات ہے۔ آخرت و قبر کو یاد رکھیں۔ ہر کام کرنے میں مزہ آتا ہے' گھر سے لاپرواہی کرنا' بچوں کو وقت نہ دینا' میکے پر توجہ' چوبیس گھنٹے توجہ بہن بھائیوں پر' جب کسی لمحے گھر پر توجہ ہی نہیں' ہر کام میں لاپرواہی' بے توجہی سے مارے باندھے کام کیے' پھر شوہر سے تقاضا گزارہ نہیں ہوتا' مہنگائی بہت بڑھ گئی ہے' ہر روز تنخواہیں نہیں بڑھا کرتیں' شوہر صبح قیمہ کے پیسے دے گئے منگالینا وہ پیسے تو پرس میں پہنچ گئے سر پر پٹی باندھ لی' شوہر نے آکر بہت لاڈ سے کھانا مانگا پلیٹ میں دال دیکھی تو سخت غصے ہوگئے' قیمہ پکانے کو کہا تھا بیگم کہہ دیتی ہے کہ میری طبیعت خراب ہوگئی تھی سر میں شدید درد' ان پیسوں کی دوا لے آئی۔ سر پر پٹی باندھ لی کراہنے کی ایکٹنگ شروع کردی۔ یہ سب کچھ میں نے مختلف گھرانوں میں آنکھوں سے دیکھا ہے۔

ایک لفظ بھی جھوٹ نہیں لکھوں گی۔ بہنو! یہ مکر فریب اتنا بڑا گناہ ہے' یہ گھر کی بنیادوں کو ہلا دیتا ہے۔ رزق کو دیمک چاٹ جاتی ہے' پناہ مانگ لیں ان عادات سے۔ محنت سے کام کریں رزق بڑھے گا......اور گھر کا سکون بھی نصیب ہوگا......!

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ **(ادارہ)**

3۔ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

اعجاز احمد' لاہور۔ مسرت بیگم' فائزہ عزیز' منیرہ نعیم' شائستہ' جیسیگل نقشبندی' محمد زبیر' صوابی۔ روبینہ خالد۔ نگہت' ٹیکسلا۔ سمیع اللہ' کراچی۔ م۔ ا۔ لاہور۔ اقصیٰ اور علی۔ مسکین محمد اسلم۔ تسنیم افضل۔

مچھلی صرف لذت نہیں فوائد بھی

محمد ابراہیم' سوات

ایک پاؤ تلی ہوئی مچھلی ایک وقت کی غذا کا بدل ہو جاتی ہے۔ یہ بدن میں خون پیدا کرتی ہے' بلغم کی پیدائش کم کرتی' دل' جگر' دماغ' گردوں اور اعصاب کو طاقت دیتی ہے اور حرارت عزیزی پیدا کر کے بیماریوں کا مقابلہ کرنے کی قوت مدافعت پیدا کر دیتی ہے

ہمارے ملک میں عموماً روہو' مہاشیر' پانول' کھگا' موری ملی اور جھینگا مچھلی شوق سے کھائی جاتی ہے۔ دریائے سندھ میں اس کی ایک قسم جسے پلا اور پلو مچھلی کہتے ہیں ملتی ہے یہ بہت کانٹوں والی مگر بے حد لذیذ اور طاقتور ہوتی ہے۔ تازہ مچھلی کے گلپھڑے سرخ گلابی ہوتے ہیں باسی مچھلی کے گلپھڑے مٹیالے گہرے اور سیاہی مائل ہوتے ہیں اس میں پانی اٹھتر فیصد' لحمی اجزاء بائیس فیصد اور تھوڑی مقدار میں نمک' چونا' فاسفورس اور فولادی اجزاء کے ساتھ حیاتین الف اور چربیلے اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ نشاستہ دار اجزا اس میں نہیں ہوتے۔ ایک چھٹانک مچھلی میں باون حرارے ہوتے ہیں یہ تین چار گھنٹے میں ہضم ہوتی ہے۔

ایک پاؤ تلی ہوئی مچھلی ایک وقت کی غذا کا بدل ہو جاتی ہے۔ یہ بدن میں خون پیدا کرتی ہے' بلغم کی پیدائش کم کرتی' دل' جگر' دماغ' گردوں اور اعصاب کو طاقت دیتی ہے اور حرارت عزیزی پیدا کر کے بیماریوں کا مقابلہ کرنے کی قوت مدافعت پیدا کر دیتی ہے۔ یہ معدہ پر زیادہ بوجھ نہیں ڈالتی اور گیس اور کمزور معدہ والوں کیلئے اچھی غذا ہے۔ بھونی ہوئی مچھلی سب سے زیادہ غذائیت رکھتی ہے۔ اس کے بعد شوربے دار سالن ہوتا ہے۔ مچھلی کے ساتھ یعنی جب تک وہ معدے میں ہضم نہ ہو جائے دودھ پینے سے پرہیز ضروری ہے۔ پرانے حکیموں نے اس سے جذام اور برص ہونے کا خطرہ ظاہر کیا ہے۔ گردوں میں چربی کی تہہ بڑھانے' پھیپھڑوں کو مضبوط کرنے اور بدن کو سرخ وسفید کرنے کیلئے مچھلی کا استعمال زیادہ کرنا چاہیے۔ مرض سل اور بدن میں نکلی ہوئی غدودوں (گلٹیوں) کو زائل کرنے کیلئے مچھلی ایک نعمت خداوندی ہے جو لوگ بدہضمی اور غذا نہ ہضم ہو کر اسہال کی شکایت کرتے ہوں انہیں صبح وشام چاول کھانا اور بطور غذا مچھلی کے کباب کھانے سے چند دنوں میں آرام آ جاتا ہے۔

پیٹنٹ دواؤں کے اندھا دھند استعمال سے جسم میں جو زہریلے اثرات ظاہر ہوتے ہیں مچھلی کے چند روز استعمال سے رفع ہو جاتے ہیں۔ سردیوں کے موسم میں بارہ ایک بجے تلی ہوئی مچھلی ایک پاؤ بطور غذا کھانے سے چند دنوں میں صحت قابل رشک ہو جاتی ہے۔ پونگ مچھلی (چھوٹے چھوٹے مچھلی کے بچے) دو سیر لے کر لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر اس پر ایک پاؤ آک کا دودھ (شیر مدار) ڈال کر آگ پر رکھ کر جلالیں' جلنے کے بعد اسے پیس کر رکھ لیں۔ یہ کھانسی اور نمونیہ کی دواء تیار ہوگئی۔ دو چار رتی صبح وشام شہد میں ملا کر چاٹنے سے کھانسی اور پسلی کا درد ختم ہو جاتا ہے۔ دو سیر مچھلی کے ٹکڑے کر کے اس میں دو چھٹانک نوشادر ایک ایک چھٹانک دیسی اجوائن اور تمبا کو پیس کر ملا کر آگ پر رکھ کر جلانے کے بعد پیس کر شیشی میں محفوظ کر لیں۔ کالی کھانسی' دمہ' پھیپھڑوں کی کمزوری اور ناک بند رہنے کو روکنے کیلئے اس کی دو سے چھ رتی تک خوراک چند روز استعمال کرنے سے آرام آ جاتا ہے۔

ہمارے ملک میں مشہور ہے کہ انگریزی کے جس مہینے کے نام میں لفظ ''ر'' نہ ہو اس مہینے میں مچھلی نہ کھائی جائے جیسے مئی' جون' جولائی اور اگست...... جبکہ ستمبر' اکتوبر' نومبر' دسمبر' جنوری' فروری' مارچ اور اپریل میں مچھلی کھانا درست ہے۔ مچھلیوں کی افزائش نسل کے پیش نظر اپریل کو چھوڑ کر یہ کہاوت درست معلوم ہوتی ہے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 26 فروری بروز اتوار کو ہوگا)

ایک شخص جو نیک وصالح تھے حضرت بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں جا رہے تھے راستے میں رات ہوئی تو ایک درخت کے نیچے لیٹ گئے۔ دو پرندے آپس میں باتیں کر رہے تھے ایک کہنے لگا کہ یہ شخص حضرت کی زیارت کیلئے جا رہا ہے لیکن حضرت تو وصال فرما گئے ہیں۔ اس شخص نے یہ سب سن لیا اور اللہ نے اسے بولی سمجھا دی۔ اب یہ بڑے پریشان کہ میں تو اتنی دور سے آیا۔ پھر ارادہ کیا کہ چلو تربت پر فاتحہ ہی پڑھ لوں گا۔ جب صبح کو گئے تو حضرت اپنی مجلس میں بیٹھے تھے۔ یہ بہت حیران ہوئے اور حضرت کو ساری تفصیل بتائی تو حضرت نے وقت پوچھا انہوں نے وقت بتایا حضرت فرمانے لگے کہ ہاں وہ سچ کہہ رہے تھے کہ میں اس وقت ذکر سے غافل تھا اور حدیث میں آیا ہے کہ غافل کی مثال مردہ کی سی ہے اسی لیے اللہ والے ذکر سے دلوں کو زندہ کرتے ہیں۔

جو لوگ ذکر کی لذت سے آشنا ہو جاتے ہیں ان کو ذکر کے بغیر سکون نہیں ملتا اور ان کا اوڑھنا بچھونا یاد الٰہی بن جاتا ہے۔

اس کثرت ذکر کی وجہ سے ان کو ایک کیفیت حاصل ہوتی ہے جس کو ذکر قلبی کہتے ہیں ذکر قلبی کا مطلب یہ ہے کہ دست باکار دل بایار یعنی ہاتھوں سے اپنے کام کاج انجام دیئے جائیں اور دل سے ہمہ تن اپنے خالق حقیقی کو یاد رکھا جائے۔

یہی وہ اولیاء کرام ہیں جو فرماتے ہیں کہ اگر ہم پل بھر کے لیے بھی یاد الٰہی سے غافل ہو جائیں تو ہماری موت ہے۔ آج چاروں طرف پریشانیوں کا رونا ہے' سکون اور طمانیت کی تلاش ہے اور ایسی زندگی کی جستجو ہے جو ہمیں عافیت کا نظام دے سکے ...... یہ نظام صرف اور صرف اپنے پیدا کرنے والے کو یاد کرنے میں ہے۔ اولیاء کرام اپنے وقت کی کتنی قدر کرتے اور زیادہ سے زیادہ اس کو قیمتی بنانے کیلئے کیا کیا کوششیں کرتے۔ آج کی عقل ان کی طرز زندگی پر نہایت ہی حیران اور پریشان ہے۔ حضرت سری سقطی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے جرجانی رحمۃ اللہ علیہ کو دیکھا کہ ستو روکھا ہی پھانک رہے تھے میں نے پوچھا یہ خشک ہی پھانک رہے ہیں فرمانے لگے میں نے روٹی چبانے اور پھانکنے کا جب حساب لگایا تو چبانے میں اتنا زیادہ وقت صرف ہوتا ہے کہ آدمی اس میں ستر مرتبہ سبحان اللہ کہہ سکتا ہے۔

شہباز ندیم، کراچی

سردی سے لطف اچھی صحت کیساتھ

سخت جاڑوں کی صورت میں یہ ضروری ہے کہ خاص طور پر سونے کے کمرے گرم رکھے جائیں۔ ان کا درجہ حرارت 18 سینٹی گریڈ ہونا چاہیے۔ اس بات کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے کہ آپ صحیح غذا کھائیں اور گرم مشروب خوب پئیں

جاڑے آتے ہیں تو ظاہر ہے سردی بھی لگتی ہے لیکن یہ موسم سب سے زیادہ بڑی عمر کے افراد کو ستاتا ہے' کیونکہ عمر میں اضافے کے ساتھ ہمارے جسم حرارت کم پیدا کرتے ہیں تو سردی کے معاملے میں وہ بے حس بھی ہوتے جاتے ہیں اس کی وجہ سے اس بات کا خطرہ بڑھ جاتا ہے کہ سردیوں میں یہی بے حسی اور بے خیالی جان کی دشمن بن جائے۔ سردی میں اضافے کا احساس نہ ہونے کی صورت میں ''سرمازدگی'' یا سردی لگ جانے کے خطرات بہت بڑھ جاتے ہیں۔ جوانی کی طرح جسم حرارت زیادہ پیدا کرتا رہے تو اس کا خطرہ بھی کم رہتا ہے۔

طبی اصطلاح میں اسے کمی حرارت کہتے ہیں۔ اس میں جسم کی اندرونی حرارت کم ہو جاتی ہے۔ کمی حرارت کے اکثر مریض وہ بوڑھے افراد ہوتے ہیں جو ٹھیک طرح کھاتے پیتے نہیں ہیں اور جو سرد اور ٹھنڈے گھروں میں رہتے ہیں۔ کمی حرارت کی شکایت چھوٹے بچوں میں بھی عام ہوتی ہے کیونکہ ان کا اپنے جسم کی حرارت پر کوئی بس اور قابو نہیں ہوتا۔ اس کے علاوہ یہ شکایت ان افراد میں بھی عام ہوتی ہے جو غدۂ درقیہ کی سستی (ہائپوتھائرائڈزم) کی شکایت یا گٹھیا میں مبتلا ہوتے ہیں۔ گٹھیا کی وجہ سے چونکہ ان کے چلنے پھرنے کی صلاحیت بہت متاثر ہوتی ہے ان کے جسم میں حرارت کی کمی رہتی ہے۔ اسی طرح وہ تمام شکایات جس سے جسم کی حرکات سست پڑ جاتی ہوں اس کا سبب بن سکتی ہیں۔

عام علامات

جسم کی اندرونی حرارت 96 سے 97 فارن ہائیٹ کے درمیان رہتی ہے۔ جسم کی صحیح کارکردگی کیلئے جسم کا یہ درجہ حرارت بہت ضروری ہوتا ہے۔ اس سے کم حرارت کی صورت ہی میں ہمیں سردی لگتی ہے اور اگر درجہ حرارت 35 سینٹی گریڈ (95 فارن ہائیٹ) ہو جائے تو کمی حرارت کی شکایت لاحق ہو جاتی ہے۔ اس کی عام علامات میں کپکپی یا جاڑا لگنے کی کیفیت قابل ذکر ہے۔ چہرے کی رنگت پیلی پڑ جاتی ہے جلد خشک' سانس مدھم ہو کر مریض کی حالت بگڑتی نظر آتی ہے اور وہ بدحواس سا نظر آنے لگتا ہے۔ بچے بے سدھ اور بے حرکت ہو جاتے ہیں۔ چھونے سے ان کا بدن ٹھنڈا لگتا ہے حالانکہ دیکھنے میں وہ بالکل صحت مند لگتے ہیں۔

اس شکایت میں چونکہ حالت بتدریج بگڑتی ہے اکثر افراد کو احساس ہی نہیں ہوتا کہ وہ اس شکایت کا شکار ہیں بلکہ وہ اس غلط فہمی کا شکار بھی ہو جاتے ہیں کہ انہیں گرمی لگ رہی ہے چنانچہ وہ اپنے جسم پر سے گرم کپڑے اتار دیتے ہیں۔ اس عرصے میں درجہ حرارت 32 سینٹی گریڈ (89 فارن ہائیٹ) تک پہنچ جاتا ہے اور بے ہوشی طاری ہو سکتی ہے۔ اسی فارن ہائیٹ پر زندگی کی چند علامات ہی باقی رہتی ہیں اور درجہ حرارت مزید گھٹ جاتا ہے جس کے نتیجے میں قلب کی حرکت بند ہو جاتی ہے۔ درجہ حرارت گھٹ جائے تو مریض کے زندہ ہونے کا اندازہ لگانا مشکل ہو جاتا ہے کیونکہ سانس اور قلب دونوں ہی کی رفتار بہت سست اور دھیمی ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں یہ بہت ضروری ہوتا ہے کہ مریض کو گرم کیا جائے۔ اس طرح اس سلسلے میں مختلف ابتدائی اقدامات اختیار کرنے پڑتے ہیں۔ سب سے پہلے تو یہ جائزہ لینا ضروری ہوتا ہے کہ وہ کھلے میں ہے یا کمرے میں۔ ان دونوں صورتوں میں سب سے پہلی احتیاط یہ ضروری ہے کہ اسے کسی بھی حالت میں الکحل نہ پلائی جائے۔ اکثر لوگ برانڈی کا استعمال اس مقصد کیلئے کرتے ہیں بلکہ اسی مقصد کیلئے گھر میں اسے رکھتے بھی ہیں۔ الکحل یا شراب کے استعمال میں سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ اس سے شریانیں پھیلتی ہیں جس سے دوران خون بڑھ جاتا ہے جس کے نتیجے میں جلد سے مزید حرارت خارج ہو کر مریض کو نقصان پہنچتا ہے۔

گھر میں احتیاط

سخت جاڑوں کی صورت میں یہ ضروری ہے کہ خاص طور پر سونے کے کمرے گرم رکھے جائیں۔ ان کا درجہ حرارت 18 سینٹی گریڈ ہونا چاہیے۔ اس بات کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے کہ آپ صحیح غذا کھائیں اور گرم مشروب خوب پئیں۔ پرہیز نہ ہو تو انڈے' مسالے دار سالن' مچھلی' کباب وغیرہ زیادہ کھائیں۔ کھانے کے بعد میں گڑ اور اگر مل جائے تو شہد استعمال کریں۔ اس کے علاوہ یہ بھی بہت ضروری ہے کہ ورزش کریں۔ بہت سی ورزشیں کرسی یا پلنگ پر بھی کی جا سکتی ہیں۔ اس طرح دوران خون تیز رہے گا اور جسم میں حرارت بھی پیدا ہوگی۔ ورزش سے قبل کپڑے کم تو کیے جا سکتے ہیں لیکن ورزش کے بعد گرم کپڑے دوبارہ پہن لینے چاہئیں۔

مناسب تو یہی ہے کہ کسی فرد میں سردی لگنے کی علامات ظاہر ہوں تو طبی امداد فوری طور پر حاصل کی جائے لیکن اس وقت تک درج ذیل تدابیر کا اختیار کرنا مفید اور ضروری ہے:۔

مریض کے جسم میں بتدریج حرارت پیدا کریں۔ فوری طور پر تیزی کے ساتھ گرمی پہنچانے سے خون کی گردش جلد کی طرف ہو جاتی ہے جس کے نتیجے میں قلب اور دماغ کو خون کی فراہمی میں کمی واقع ہو سکتی ہے۔ مریض جوان ہو یا بوڑھا' اسے گرم بستر میں لٹائیے اور خاص طور پر کسی موٹی چادر تولیہ یا شال وغیرہ سے اچھی طرح ڈھک دیجئے۔ یہاں یہ بتانا مناسب ہوگا کہ ہمارے جسم کی 20 فیصد حرارت سر کے اوپر حصے سے خارج ہوتی ہے۔ بستر میں حرارت پہنچانے کے علاوہ 40 سینٹی گریڈ (104 فارن ہائٹ) گرم پانی سے غسل بھی دینا چاہیے لیکن ہوا سے بچا کر۔ مریض کو گرم مشروبات خاص طور پر گرم چاکلیٹ' سونٹھ' دارچینی والا دودھ یا دونوں کی چائے مناسب ہو تو گڑ ڈال کر پلائیے۔ شکر' گڑ' ادرک اور شہد کھلانے سے بھی جسم میں حرارت پیدا ہوتی ہے۔☆ مریض کے جسم کے قریب گرم بوتل وغیرہ نہیں رکھنا چاہیے۔ اس سے بھی دوران خون قلب' دماغ اور دیگر اندرونی اعضاء سے ہٹ کر بیرون جسم کی طرف ہو جائے گا۔ اکثر اوقات چونکہ سردی سے بوڑھوں میں حس گھٹ جاتی ہے ان کے جسم گرم بوتل' اینٹ یا پتھر سے جھلس کر زخمی بھی ہو جاتے ہیں۔

ٹوٹکے جو میرے آزمودہ ہیں

اگر کسی کو پھوڑا پھنسی نکلے تو وہ اس جگہ پر نمک رگڑ لیں جب تک وہ پھوڑا ٹھیک نہ ہوا ایک دو بار دن میں رگڑیں ان شاءاللہ ضرور بضرور ٹھیک ہو جائینگے۔☆ اگر کسی کا ناخن پک جائے یا انگلی وغیرہ تو ایک پودا ملتا ہے باہر زمینوں سے جس کا نام آک ہے جس کے اندر سے دودھ نکلتا ہے روئی کے ساتھ وہ دودھ لگالیں ان شاءاللہ پکا ہوا ناخن ٹھیک ہو جائیگا۔ ☆ میرے رحم کی سوزش ختم نہیں ہوتی تھی' بہت علاج کرائے افاقہ نہیں ہوا پھر ایک دیسی دائی سے کالی گلیسرین اندرونی طرف استعمال کرائی جس سے رحم کی سوزش ختم ہوگئی اللہ نے صاحب اولاد کر دیا۔ (**پوشیدہ' کلورکوٹ ضلع بھکر**)

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ، پھلت)

اللہ کی شان ہادی کی کرشمہ سازی

یہ قانون صد فیصد عدل پر مبنی ہے کہ کسی کو نوازنے کیلئے کوئی حاکم تقسیم کرنے کیلئے کسی کو کوئی دولت کوئی نعمت کوئی چیز دے اور وہ اسے تقسیم کرنے میں صرف کوتاہی نہ کرے بلکہ حد درجہ مجرمانہ غفلت کا معاملہ کرے تو پھر اس سے چھین کر دوسروں کو دینے کا فیصلہ ہوتا ہے

وہ دعوہ سنٹر میں ای میل چیک کرنے لگے ایک ای میل ملا جس کا خلاصہ یہ تھا میں امریکہ میں لاس اینجلس سے تین سو کلومیٹر دور رہنے والی پندرہ سالہ ایک لڑکی ہوں، چھ مہینہ پہلے میں نے اسلام قبول کیا، اکثر معلومات تو مجھے انٹرنیٹ سے مل جاتی ہیں مگر پھر بھی بہت سے مسائل میں مجھے مدد کی ضرورت ہوتی ہے آپ کی ویب سائٹ میں نے دیکھی تو رابطہ کررہی ہوں کیا اسلامی معلومات کے سلسلہ میں آپ میری مدد کرسکتے ہیں؟ میری مجبوری یہ ہے کہ جہاں میں رہتی ہوں وہاں پر میری معلومات میں سو کلومیٹر اردگرد کوئی مسلمان نہیں رہتا۔

یہ ای میل سعودی عرب کے ایک دعوۃ سنٹر سے وابستہ ایک مخلص داعی اور صاحب دل نے پڑھا، بڑی جرأت سے ای میل پر اس بچی سے معلوم کیا کہ آپ نے اسلام کس طرح قبول کیا ہے اس بچی نے جواب دیا کہ ای میل پر اسلامی معلومات حاصل کرکے میں نے اسلام قبول کیا ہے۔

پندرہ سالہ بچی جس کی عمر کھیلنے کی ہے مذہب کی تحقیق و جستجو کی عمر ہی اس کی نہیں امریکہ جیسے ملک جہاں اسلام اور مسلمانوں کی بس منفی تصویر لوگوں کے سامنے ہے وہ بھی ایسے علاقہ کی جہاں سو کلومیٹر تک اردگرد کوئی مسلمان بھی نہیں رہتا، بغیر کسی کے دعوت دیئے بغیر کسی کے متوجہ کیے ایسے جذبہ کے ساتھ مسلمان ہوگئی اس طرح نہ جانے کتنے لوگوں کے بارے میں روز خبریں آرہی ہیں کہ وہ مشرف باسلام ہوئے اور ان کے قبول اسلام میں کسی مسلمان کی کوشش، کسی داعی کی دعوت کو دخل نہیں ہے بلکہ اللہ تعالیٰ اپنی شان ہادی اور رحمٰن و رحیم صفت کے مظاہر دکھا کر ہدایت یاب فرمارہے ہیں۔ اللہ تعالیٰ رب العالمین ہے، رب المسلمین نہیں وہ دکھارہے ہیں، وارننگ دے رہے ہیں ہوشیار فرمارہے ہیں کہ ختم نبوت کے بعد تمہیں نوازنے کیلئے ہم نے اپنے بندوں کو حق کا پیغام اور دین اسلام پہنچانے کی ذمہ داری جو تمہیں سونپی ہے اگر تم اپنے فرض منصبی سے غفلت میں پڑے رہو گے اور ہمارے بندوں تک دین کی امانت پہنچانے میں ناکارہ ہوجاؤ گے تو ہم تمہارے محتاج نہیں، ہم نے جو دولت تمہیں دی وہ بانٹنے اور تقسیم کرنے کیلئے دی اور ہم ہر دولت امانت کے طور پر دیتے ہیں تاکہ امتحان کریں کہ کون ہماری نعمت کو ہمارے بندوں تک تقسیم کرتا ہے اور کون بخل کرتا ہے۔

ترجمہ: ہاں تم لوگ ایسے ہو کہ تم کو اللہ کی راہ میں خرچ کرنے کیلئے بلایا جاتا ہے تو بعض تم میں سے وہ ہیں جو بخل کرتے ہیں اور جو بخل کرتا ہے تو وہ خود اپنے سے بخل کرتا ہے اور اللہ تو کسی کا محتاج نہیں اور تم سب محتاج ہو اور اگر تم روگردانی کروگے تو خدا تعالیٰ تمہاری جگہ دوسری قوم پیدا کردے گا پھر وہ تم جیسے نہ ہوں گے۔

یہ قانون صد فیصد عدل پر مبنی ہے کہ کسی کو نوازنے کیلئے کوئی حاکم تقسیم کرنے کیلئے کسی کو کوئی دولت کوئی نعمت کوئی چیز دے اور وہ اسے تقسیم کرنے میں صرف کوتاہی نہ کرے بلکہ حد درجہ مجرمانہ غفلت کا معاملہ کرے تو پھر اس سے چھین کر دوسروں کو دینے کا فیصلہ ہوتا ہے۔ ایک طرف بغیر ہماری کوشش اور دعوت کے عجیب عجیب طرح سے اللہ کی طرف سے اپنے بندوں کو ہدایت دینے کے واقعات ہیں اور دوسری طرف بالکل متوازی انداز کے ارتداد کے واقعات، کہیں ایسا تو نہیں کہ ہم سے چھین کر دوسروں کو دینے کا مبنی برانصاف فیصلہ ہورہا ہو اس سے پہلے کہ ہم سے چھین کر دوسروں کو دینے کا فیصلہ ہوجائے ہمیں تقسیم کرنے والا بن جانا چاہیے، کاش ہم ہوشیار ہوجائیں!!!

عبقری کی ادویات واقعی لاجواب ہیں

میری بیوی سر میں خشکی اور کمزور بالوں کی وجہ سے پریشان تھی، میں نے طب نبوی ہیر آئل بیوی کو استعمال کروایا۔ اس لاجواب تیل کے استعمال سے میری بیوی کے سر کی خشکی بالکل ختم ہوگئی اور بالوں کی گروتھ بھی زیادہ ہوئی۔ میرا بیٹا اکثر گلا خراب اور نزلہ کا شکار رہتا تھا ڈاکٹروں کے چکر کاٹ کاٹ کر تنگ آگیا تھا، میری بیوی نے شفاء حیرت بچے کو استعمال کروایا الحمدللہ ڈاکٹروں کے چکر ختم ہوگئے اور بعد میں کبھی گلا خراب نہیں ہوا۔ عبقری کی ادویات واقعی لاجواب ہیں۔ (میاں ناصر محمود، گھکھڑ منڈی)

(بقیہ: شاندار صحت کے جاندار اصول)

چلو کیا یاد کروگے ایک ٹوٹکہ بتاتا ہوں ان لوگوں کیلئے جو چھینکیں اتنی لیتے ہیں گھر تو گھر محلّہ بھی تنگ ہے۔ وہ ناک میں نہاتے ہوئے نتھنوں کے اندر صابن لگایا کریں اندر کرکے اس میں ہلکی جلن تو ہوگی لیکن گھبرائیں نہیں پھر ناک کو اچھی طرح دھولیں اور غسل کے بعد ناک میں اچھی طرح تیل لگالیں۔ یہ تمام مسائل ختم ہوجائیں گے۔ مجھ سے پوچھا صحت کا ایک راز بتاؤں؟ میں نے عرض کیا جناب محترم ضرور فرمایئے۔ بولے:۔ تین بڑے چمچ خالص عرق گلاب کے صبح نہار منہ پی لینا صحت مند نہ رہنا تو بات اور ہے اور دیکھو ہفتے میں ایک یا دو دن ایسے دوستوں سے ملاقات ضرور کرنا جو ہنسنے ہنسانے والے ہوں تاکہ مسلسل سنجیدگی اور کام کی وجہ سے جو دماغی جمود ہوجاتا ہے وہ ختم ہوجائے گا۔ اگر دوست نہیں مل سکتے تو سلجھے ہوئے لطیفوں کی کیسٹیں مل جاتی ہیں وہ سن لیا کرو اور پھر کہنے لگے کبھی دیوانے پاگل، کملے یملے اور بے خود ہوجایا کرو۔ اپنی کاروباری، دفتری، مصروفیات کو چھوڑ کر اپنے بچوں کو خوب وقت دیا کروان سے ہنسا کھیلا کرو اور گھر والوں کو وقت دیا کرو۔ بچوں اور گھر والوں سے دل لگی کیا کرو۔ بچوں اور گھر والوں سے دل لگی میرے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک مستقل سنت ہے۔ جس کو چھوڑنے کی وجہ سے آج ہم ذہنی بیماریوں میں مبتلا ہوگئے ہیں۔ قارئین! ایک دوست نواز محسن، ہمدرد، شکاری، مہمان نواز اور ہنس مکھ مخلص کے مشاہدات ہدایات، تجربات اور نصائح آپ کی خدمت میں پیش کردیئے ہیں واقعی ایسے لوگوں کیلئے میری تنہائیاں دل سے دعاؤں میں مشغول ہوجاتی ہیں اللہ کریم ان کو جزائے خیر عطا فرمائے۔

(بقیہ: اپنے بچوں کو ویران جگہوں پر مت بھیجیں)

پھر خواب ختم ہوا، اگلے دن بتی پھر بتی جلائی، سوئی تو خواب وہی سے شروع ہوا کہ وہ عورت اُڑ کر آکہ میرے سر پر بیٹھ گئی ہے اس کی ٹانگیں بھی نہیں تھی پھر ہم لوگ واپس آگئے اور اس طرح ایک خواب ٹھیک چھ دن مسلسل جہاں ختم ہوتا اگلے دن بالکل اسی جگہ سے شروع ہوتا۔ چھ دن میں وہ پوری بات میرے سامنے آگئی۔ جمعرات کے دن آخری بتی جلائی آج میرے سونے پر کوئی خواب نہ آیا مگر آدھی رات کے بعد کسی نے میرا نام لیکر نہ صرف پکارا بلکہ میرا پاؤں بھی ہلایا۔ میں نے آنکھیں کھولی تو سامنے کوئی اور نہیں بلکہ میاں سنگھ کی حویلی والی وہی عورت بالکل میرے سامنے کھڑی تھی اور مجھے کہنے لگی میرے ساتھ آؤ...... میں بالکل کمرے کے دروازے کے پاس ہی سوئی تھی میں صرف اٹھ کر کھڑی ہوئی اور جالی کے دروازے سے باہر دیکھا تو اتنی جلدی وہ صحن عبور کرکے باہر کے گیٹ کے پاس کھڑی تھی، اس وقت بھی اس کی ٹانگیں نہیں تھی، اس کی ہائیٹ 6 گز سے بھی اونچی ہوگی، کھلے بال دونوں کندھوں سے آگے لائی ہوئی اور اُسی طرح مسکرا کر مجھے اپنی طرف آنے کا کہہ رہی تھی اتنے میں میری امی کی نیند کھل گئی اور انہوں نے مجھے آواز دی تو مجھے یوں لگا جیسے کسی سحر سے باہر آگئی ہوں یا نیند سے جاگ گئی ہوں۔ میں نے کہا جی! وہ بولیں کیوں کھڑی ہو کیا بات ہے؟ تو میں نے کہا امی وہ عورت مجھے ابھی جگا کر گئی ہے مجھے کہتی ہے میرے ساتھ آؤ، امی اٹھ کر میرے پاس آئیں اور پوچھا کہاں ہے؟ میں نے کہا وہ مین گیٹ کے پاس، مگر جب میں نے وہاں دیکھا تو وہاں کوئی موجود نہ تھا۔ اس کے بعد اب تک الحمدللہ 5 سال ہوگئے نہ میرے سر میں درد ہوا بلکہ میری جتنی نظر بھی کمزور تھی وہ بھی ٹھیک ہوگئی۔ شاید اسی لیے بزرگ بچوں کو ویران جگہ پر لیجانے سے منع کرتے ہیں۔ کیونکہ بارہ سال آخری تین ماہ جو تکلیف میں نے برداشت کی اللہ رب العزت بہتر جانتے ہیں۔

مسافران آخرت

دفتر عبقری کے مخلص پڑوسی حاجی خادم حسین صاحب کی اہلیہ طویل علالت کے بعد فوت ہوگئی ہیں۔ مرحومہ نے دو بیٹیوں اور ایک بیٹے کو روتا چھوڑ کر داغ مفارقت دیا، مرحومہ اور ان کے شوہر غریب پروری اور سخاوت میں اپنی مثال آپ ہیں۔ عبقری کے لاکھوں قارئین سے ایصال ثواب کی اپیل ہے۔ اللہ پاک مرحومہ کی بال بال مغفرت فرمائے، جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور حاجی صاحب اور ان کی اولاد کو صبر جمیل عطا فرمائے۔ (آمین)

خالص شہد کے متلاشی مایوس نہ ہوں!!!

''شہد'' کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتداء فرمان الٰہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الٰہی ہے ''فِیۡہِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ'' ''اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔ ''شہد'' کیمیائے صحت مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ دل و دماغ اور معدہ و جگر کو غضب کی تقویت بخش کر حرارت غریزی میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ ''شہد'' مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد باآسانی لیسدار بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فالج' لقوہ' استرخاء میں بہت نافع ہے۔ نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ' آنکھوں کی کھجلی اور سفید موتیا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور جھریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ مکھن' شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وعید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو دریائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح و شام میں غور و فکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز و اقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ و روپ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے فاسد مواد' تھوک و بلغم' کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے و مثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آیورویدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے' حسن افزا ہے' بھوک لگاتا ہے' دل کے جملہ امراض کیلئے نافع ہے' آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جزام' جریان' جلن' کھانسی' خفقان' پیاس' فساد خون' پاگل پن' ہچکی' دمہ' پسلی کے درد' امراض چشم' قبض کیلئے انتہائی مفید ہے۔ شہد پھیپھڑوں کو تقویت دیتا ہے۔ حلق کی خشکی اور تنفس کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور دمہ کے مرکبات کا جزو اعظم ہے۔ شہد امراض زنانہ کیلئے نہایت مفید دوا ہے۔ اس کا حمول امراض رحم کیلئے مفید ہے۔ اس کے کھانے سے دودھ' پیشاب اور خون حیض خوب جاری ہو جاتے ہیں۔ یہ رحم کو تمام مواد فاسدہ سے صاف کرتا ہے۔ اگر تازہ زخم پر شہد کا پھاہا رکھ دیا جائے تو زخم بہت جلد بھر جاتے ہیں۔ تیز دھار ہتھیاروں کے زخم مندمل کرنے کیلئے شہد ایک عمدہ آزمودہ دوا ہے۔ جلی ہوئی جگہ پر شہد کا لیپ بڑا مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہٰذا دبلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ شہد کی ایک سلائی آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے۔ پانی کے گلاس میں لیموں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رنگت نکھر جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور تیزابیت کنٹرول میں رہتی ہے۔ شہد السر میں بھی مفید ہے۔ شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ بھگو کر سر پر رکھیں۔ تیل سر میں خوب جذب ہونے دیں' نصف گھنٹہ بعد شیمپو سے سر دھولیں۔ اس کے علاوہ شہد فشل ماسک اور ہینڈ لوشن کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے اس سے جلد صاف اور ملائم ہو جاتی ہے۔

قیمت: 330 گرام 200 روپے۔ ایک کلو پیکنگ 600 روپے علاوہ ڈاک خرچ

کراماتی تیل

...... مالش کا حیرت انگیز تیل جو بچوں بوڑھوں اور جوانوں کیلئے یکساں مفید

ہمارا بدن گوشت پوست اور ہڈیوں سے بنا ہوا ہے یہ قدرت کی عجیب کاریگری ہے۔ چلنا پھرنا اور زندگی کے معمولات کو سرانجام دینا ہی اصل زندگی ہے لیکن افسوس کہ آج ہماری اکثریت چلنے پھرنے سے معذور ہو رہی ہے ہر دوسرا شخص کسی نہ کسی درد میں مبتلا نظر آتا ہے۔ اصل میں درد بذات خود کوئی بیماری نہیں ہے بلکہ کسی نہ کسی بیماری کا ردعمل ہے جب سے فصلوں اور سبزیوں پر کیمیاوی کھادوں اور زہریلی ادویات کا استعمال شروع ہوا ہے جسمانی دردوں میں خطرناک حد تک اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ اب شاید ہی کوئی ایسا گھر ہوگا جس میں جسمانی دردوں کا کوئی مریض نہ ہو۔ **دردوں سے آزاد زندگی کیلئے:** ان دردوں کے مداوا کیلئے حکیم صاحب نے اپنے تجربات و تحقیق کو بروئے کار لاتے ہوئے ایک ایسا قیمتی جڑی بوٹیوں کا بے ضرر بغیر کسی سائیڈ ایفیکٹ کے روغن تیار کیا ہے جو جسم کے تمام دردوں میں ازحد مفید ہے جس کو استعمال کرتے ہی انسان پھولوں کی طرح ہلکا پھلکا اور چست و چوبند ہو جاتا ہے۔ یہ ایک ایسا نایاب تیل ہے جسے بیرونی اور خوردنی طور پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ تیل موجودہ دور کے امراض جس میں تمام جوڑوں کے درد، فالج، لقوہ، رعشہ، گنٹھیا، شیاٹیکا (لنگڑی کا درد) کمر کا درد، نمونیا، سردی لگ جانا، عضو کا چڑ کنا، ایسے لوگ جو سردی میں منہ سے کپڑا ابھی نہیں ہٹا سکتے۔ لاغری، ہاتھ پاؤں کا سوکھ جانا، ہاتھوں اور پاؤں پر ورم آ جانا، پنڈلیوں کا درد، نقرس، مہروں کا خلاء، ڈسک پرابلم، کسی ہڈی کا ٹوٹ جانا، نئی و پرانی چوٹ کا درد، موچ آ جانا، پٹھوں کا درد، اعصابی درد، پانی میں بھیگ جانے سے سردی کا لگنا، ایڑھیوں کا پھٹ جانا، ناف کا ٹل جانا، ہاتھوں پاؤں کا پھٹ جانا، گردن کے پٹھوں کا درد، ریڑھ کی ہڈی کا درد، پسلیوں کا درد، جل جانا، جھلس جانا، بجلی کا شاک، خون کا جم جانا، پٹرول سے جلنا، اعضاء کا منجمد ہو جانا، سینے کا انفیکشن، نمونیہ، بچوں کے ہاتھ پاؤں کا ٹیڑھا ہونا، گھٹنوں وغیرہ کا متورم ہو جانا، دائمی درد سر، ہاتھ پاؤں کا اکڑاؤ، سردی کی وجہ سے جسم میں درد ہونا، ان تمام امراض میں کراماتی تیل بہترین معاون ثابت ہوا ہے اور شفاء کا موجب بنا ہے۔ خواتین میں حیض کے دنوں میں کمر کا درد یا پیٹ کا درد یہ روغن جلد میں خوب جذب ہو کر درد کو دور کرتا ہے اور سکون دیتا ہے۔ **کراماتی تیل بوڑھوں کیلئے:** جوڑ پٹھے اور رگ ریشے کا انسانی جسم کے حرکات و سکنات کے ساتھ چولی دامن کا ساتھ ہے ان کی مضبوطی تو انائی کا دوسرا نام ہے۔ عمر کی زیادتی کے ساتھ ساتھ جوڑ خشک اور کھردرے ہوتے جاتے ہیں اس کے علاوہ جوڑوں کے اندر اور اطراف کے ریشے بھی سخت ہو کر حرکت کم کر دیتے ہیں ان کی وجہ سے ان میں درد ہونے لگتا ہے ان حالات میں کراماتی کا مستقل استعمال دردوں کا ازالہ کرتا ہے اور بڑھاپے سے بوڑھا آدمی بھی صحت مند و توانا رہتا ہے۔ **کراماتی تیل بچوں کیلئے:** ایسے بچے جو پیدائشی طور پر کمزور ہوتے ہیں ہڈیوں کا ڈھانچہ بن جاتے ہیں کمزوری کی وجہ سے ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہو جاتے ہیں موسم کا تغیر برداشت نہیں کر سکتے نمونیہ کی شکایت ہو جاتی ہے ہر وقت خاص طور پر سردی کے موسم میں سینہ میں انفیکشن رہتا ہے کھانسی ہر وقت رہتی ہے سانس تنگی سے آتا ہے۔ ان تمام امراض میں کراماتی تیل کی مالش اپنی کرامت دکھا کر بچوں کو صحت مند کر دیتا ہے۔ **کراماتی تیل کے جامع فوائد مختصر الفاظ میں:** ☆ پرانا جوڑوں کا درد جو کسی طرح درست نہ ہوتا ہو چھوٹے جوڑوں کا ہو یا بڑے جوڑوں کا، گھٹنوں کا ہو یا پنڈلیوں کا بس مقام درد کی جگہ مالش کریں آہستہ آہستہ جذب کریں نہایت لاجواب فائدہ ہوگا۔ کمر کا پرانا پیچیدہ درد ہو جو کسی دوا سے درست نہ ہوتا ہو جسے ڈاکٹر ڈسک پرابلم کہتے ہیں جھکا نہ جاتا ہو حرکت سے عاجز ہو بس یہی تیل مستقل مالش کریں اور چند قطرے نیم گرم دودھ میں ڈال کر پئیں جلد آرام آ جائے گا۔ ☆ انگلیوں کی جڑیں پھٹ جاتی ہوں خراب ہو جاتی ہوں انفیکشن ہو جاتا ہو ایسے تمام عوارض میں کراماتی تیل کی مالش کریں بے شمار لوگ جن کی ایڑھیاں پھٹ جاتی تھیں یا کسی خاص موسم میں پھٹ کر چلا بھی نہ جاتا تھا یہ تیل لگائیں پھر قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ ☆ نمونیہ اور پرانی کھانسی سینے کی جکڑن کیلئے پسلیوں اور سینے پر اس کی مالش سے سانس کی تنگی دور ہوتی ہے اور چند دنوں میں اچھا رزلٹ ملتا ہے۔ ☆ جن لوگوں کو سوتے وقت پنڈلیاں دکھتی ہیں بے چینی شروع ہو جاتی ہے۔ انہیں یہ تیل پنڈلیوں پر مالش کرنے سے آرام سکون آ جاتا ہے۔ ☆ کتنے معذور افراد جن کی ٹانگیں اور بازو سوکھ گئے تھے اور کوئی کام نہیں کر سکتے تھے۔ ایسے بے شمار مریضوں کو جب کراماتی تیل استعمال کرایا گیا وہ لوگ چلنے پھرنے اور کام کرنے کے قابل ہو گئے۔ ☆ رعشہ کیلئے نہایت کارآمد مالش ہے جب ہاتھ پاؤں یا سر کانپتے ہوں تو اس تیل کی مالش اور دس قطرے ایک کپ گرم دودھ میں پئیں چند دنوں میں ہی رعشہ ختم ہو جائے گا۔ ☆ لقوہ اور فالج کے جتنے بھی مریضوں نے اس کو استعمال کیا کبھی مایوس نہیں ہوئے کوئی جلدی کوئی دیر سے صحت یاب ہوئے۔ واضح رہے کہ جو حضرات صرف مالش کرنا چاہتے ہیں انہیں صرف مالش سے ہی خوب فائدہ ہوگا۔ ☆ ایسے حضرات جو خاص طاقت سے محروم ہو چکے ہوں وہ اس تیل کی مالش کریں اور دس قطرے گرم دودھ میں ڈال کر صبح و شام پئیں اپنی طاقت کا خود اندازہ لگائیں۔ ☆ ایسے کھلاڑی جو گیم کرتے وقت جلد تھک جاتے ہوں ایسے کھلاڑی گیم کرنے سے پہلے مالش کریں زندگی میں اور کھیل میں کبھی پیچھے نہیں رہیں گے۔ ☆ بواسیر کے مسوں پر مستقل لگانے سے بواسیر کیلئے ازحد مفید ہے۔ ☆ دس قطرے گرم دودھ میں استعمال کریں صبح و شام اس کے استعمال سے کسی ملٹی وٹامن کھانے کی ضرورت نہیں رہتی۔

خاص ترکیب رات کو نیم گرم کر کے متاثرہ جگہ پر مالش کریں مثلاً گھٹنوں، ٹخنوں، پنڈلیوں، کمر، بازوؤں پر مساج کر کے گرم کپڑا باندھ کر سو جائیں صبح کپڑا کھول کر سادہ گرم پانی کر کے اس میں ایک کلو پانی میں ایک چمچ نمک کا ڈالیں اور آہستہ آہستہ مقام درد والی جگہ گرائیں جب پانی ختم ہو جائے تو خشک کر کے گرم کپڑا لپیٹ دیں اور کسی ایسی جگہ پر بیٹھیں یا سو جائیں جہاں ہوا نہ لگے۔ ایسا دن میں دو بار کریں۔

قیمت/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

69

ماہنامہ عبقری ® لاہور

مارچ 2012ء بمطابق ربیع الثانی 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

روحانی وجسمانی لیکچر

حضرت حکیم صاحب قارئین و متعلقین کے بارہا اصرار پر مختلف شہروں میں تشریف لا رہے ہیں جس کیلئے کوئی ٹائم ٹوکن لینے کی ضرورت نہیں اجازت عام ہوگی۔ حضرت حکیم صاحب تمام لوگوں کے سامنے اپنے سالہا سال کے روحانی و جسمانی تجربات' گھریلو الجھنیں' روحانی و جسمانی ملنگے لاعلاج مسائل کیلئے لاکھوں لوگوں پر آزمائے تجربات اور مشاہدات کا انکشاف لیکچر کی شکل میں کریں گے جس میں روحانی جسمانی مسائل کا علاج بتائیں گے ہر شخص کو سو فیصد فائدہ ہوگا۔ ضروری نوٹ: انفرادی ملاقات نہ ہوسکے گی۔ پیشگی معذرت۔



- بواسیر' جوڑوں کا درد' ٹینشن قبض کیلئے لاجواب نسخہ
- معدے کے تمام امراض کیلئے ایک خاندانی راز
- شاہ سراج الحق وسطی رحمۃ اللہ علیہ کے وظائف
- شوگر' کولیسٹرول اور بلڈ پریشر کا آسان علاج
- میری راہنمائی فرشتوں نے کی یا جنات نے
- خوشبو سے روح کی تازگی بدن کی تندرستی
- ٹوٹے گھروں کے لیے انمول تحائف
- مظلوم کی خاموشی اور قدرت کا انتقام
- تہجد سے جو چاہے لے لو (شرطیہ)
- چھوٹی سی آیت سے کینسر کا خاتمہ
- جنات کا بچوں کو قتل اور ظلم کی انتہا
- بچے کی پیدائش میں آسانی کیلئے

فیصل آباد ایجنسی منسوخ

خوشخبری
"جنات کا پیدائشی دوست"
خاص نمبر مئی میں آرہا ہے

درس
سرگودھا
9 مارچ 2012ء
0322-4088313

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
Facebook.com/ubqari Website:www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

1	اچھے لوگ سلجھے اصول	130/-	62	شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول یادیں	120/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-	63	شہد کے کمالات	80/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-	64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
4	آزمودہ گھریلو معالج	170/-	65	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
5	آداب معرفت	200/-	66	شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز	250/-
6	آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو انگلش)	200/-	67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
7	1947ء کے مظالم کی کہانی 'خود مظلوموں کی زبانی	250/-	68	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	130/-
8	اقوال اولیاء	300/-	69	شفاء بخش خیالات کی کرشمہ سازی نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
9	امراض معدہ علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-	70	شہید پاکستان	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-	71	شاداب زندگی کے راز نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-	72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-	73	صحت مند عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	120/-	74	صحت بخش خوش ذائقہ خوراکیں اور سائنسی اصول	90/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-	75	طب نبویؐ اور جدید سائنسی حقائق	120/-
15	بڑوں کی زندگی کے انگنت تجربات	120/-	76	طبی تجربات و مشاہدات	150/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-	77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
17	پھلوں سے صحت و تندرستی	130/-	78	عورت اسلام اور جدید سائنس	200/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش 'نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-	79	غلطیوں کی اصلاح نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
19	پرسکون نیند نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-	80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج نبویؐ اور جدید سائنس	120/-	81	قدرتی ٹانک اور علاج نبویؐ	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-	82	کامیاب شادی کے سترہ اصول نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-	83	کمالات اولیاء	150/-
23	تندرستی کے دس راز دان ٹانک	130/-	84	کینسر کو شکست	140/-
24	تعلیمات نبویؐ اور جدید سائنس	300/-	85	کلونجی کے کرشمات	60/-
25	توبہ کے کمالات	120/-	86	کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات (خاص نمبر)	500/-
26	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-	87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-	88	کامیاب عامل بنئے	250/-
28	جنسی پاکیزگی نبویؐ علاج و احتیاط اور جدید سائنس	150/-	89	کھنڈرات سے ملی خاندانی بیاض	1100/
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-	90	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-	91	گھریلو طبی الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	250/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-	92	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
32	جذبات اور خیالات کے روگ نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-	93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
33	جانوروں کے انوکھے چشم دید واقعات	200/-	94	گلوکاری سے پرہیزگاری تک	100/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-	95	مہلک دوائیں نبویؐ دوائیں اور جدید سائنس	80/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-	96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
36	جیل کا جہنم	120/-	97	معرفت کے متلاشی	180/-
37	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-	98	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
38	حسن و صحت کیلئے انمول ٹانک	200/-	99	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
39	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	225/-	100	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
40	حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ	250/-	101	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
41	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-	102	معاشرت نبویؐ اور جدید سائنس	360/-
42	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-	103	مجاہد یادداشت کرو	300/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-	104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
44	خاندانی مسائل کا طبی و نفسیاتی نچوڑ	250/-	105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
45	خواتین کے حسن و جمال کے قیمتی راز	250/-	106	مہلک غذائیں نبویؐ غذائیں اور جدید سائنس	90/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-	107	مایوس خاندانی مشکلات کا پرتاثیر روحانی علاج	120/-
47	دو انمول خزانے (اردو)	5/-	108	مولانا طارق جمیل شخصیت و کمالات	250/-
48	دو انمول خزانے (انگلش)	5/-	109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-	110	مہلک عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-	111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
51	رنگ برنگی سبزیاں دوا بھی غذا بھی 'شفاء بھی	130/-	112	مایوس نوجوان اور ویران جوانی	140/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-	113	موٹاپے سے نجات 'علاج نبویؐ اور جدید سائنس	120/-
53	روحانیت جادو اور وہم	225/-	114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
54	روحانی پاکیزگی	250/-	115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبویؐ اور جدید سائنس	130/-
55	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-	116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	180/-
56	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-	117	نبویؐ دسترخوان صحت و تندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
57	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-	118	ندامت کے آنسو	140/-
58	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-	119	وٹامن جسمانی صحت کیلئے کیوں ضروری	130/-
59	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-	120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
60	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-	121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
61	سدا بہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-	122	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	120/-

ایسی دوا جو ہر گھر 'ہر فرد اور ہر موسم کی ضرورت ہے

ستر شفائیں: جس طرح نام ہے اسی طرح کام ہے 'واقعی یہ ستر سے زائد لا علاج، پیچیدہ اور انوکھی بیماریوں کیلئے سو فیصد شفاء ہے اور تعجب کی بات یہ ہے کہ ایک ماہ کی دوائی کم قیمت اور کھانے میں یوں آسان کہ صرف چھوٹے چنے کے برابر توڑ کر پانی سے نگل لیں۔ ایسے اجزاء جو صدیوں سے آزمودہ اور تجربہ شدہ ہیں۔ ☆ معدے کی گیس تبخیر 'کھٹے ڈکار 'بدہضمی 'اپھارہ ایسے تمام عوارضات چاہے نئے ہوں یا پرانے قابل علاج ہوں یا لا علاج 'بس ایک خوراک منہ میں ڈالیں اور صحت کی کرن دیکھیں۔ ☆ فوڈ الرجی 'پرانی قے 'حاملہ کی ایسی قے جو کسی طور پر ختم ہونے کا نام نہ لیتی ہو جس نے حاملہ کو آدھ موا کر دیا ہو۔ ایسے میں "ستر شفائیں" امید کی کرن بن جاتی ہے۔ آپ نے کوئی غذا کھائی وہ باسی تھی یا پھر آپ بدہضمی کا شکار ہو گئے یا موسم برسات میں ہیضہ ہو گیا۔ الٹی ابکائیاں اور متواتر دست نے بے جان کر دیا۔ تسلی کریں، گھبرانے کی ضرورت نہیں 'صرف ایک خوراک لیں 'پھر قدرت کا معجزہ دیکھیں۔ جسم کی قوتیں کسی بھی بیماری حادثے میں ضائع ہو گئی ہوں یا ایمرجنسی میں آپ نڈھال ہو گئے ہیں 'اس کی چند خوراکیں اپنا فوری اور دائمی اثر دکھاتی ہیں۔ ☆ جسم میں کسی قسم کا انفیکشن ہو آپ "ستر شفائیں" ایسے استعمال کریں جیسے ڈاکٹر انٹی بائیوٹیک استعمال کراتے ہیں 'انٹی بائیوٹیک کے سائیڈ ایفیکٹ ہوں گے لیکن خالص قیمتی جڑی بوٹیوں سے تیار شدہ یہ اعلیٰ درجہ کی دوائی جراثیم کش ہے 'اعتماد سے استعمال کریں۔ ☆ مسلسل تجربات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ یہ دوائی دل کے والو کھولنے میں اتنی لاجواب ہے کہ خود ہمیں حیرت ہوئی 'ایک صاحب نے کمر کے درد کیلئے استعمال کی جہاں کمر کا درد درست ہوا وہاں ایک لاجواب فائدہ یہ ہوا کہ ان کے دل کے 2 والو بند تھے وہ کھل گئے انہیں افاقہ ہوا تو انہوں نے پھر ٹیسٹ کرایا تو دل کے والو کلیئر تھے اور کھل گئے تھے پھر اسے ایسے بے شمار مریضوں نے استعمال کیا اور واقعی فائدہ ہوا۔ دل کے بائی پاس اور آپریشن سے بچ گئے۔ ☆ گردے کی پتھری 'پتے کی پتھری 'پتے کی سوزش کے لئے یہ دوائی انوکھے فوائد دیتی ہے۔ ایسے مریض جو بار بار گردے کی پتھری یا گردے کے دوسرے مسائل مثلاً گردے کام کرنا چھوڑ رہے ہیں۔ خون میں یوریا 'پوٹاشیم اور کریٹنن کی مقدار بڑھ رہی ہے اور پیشاب رک رک کر آ رہا ہے یا مسئلہ ڈائیلاسس تک پہنچ گیا ہے تو فوراً آپ "ستر شفائیں" استعمال کرانا شروع کر دیں۔ کچھ عرصہ توجہ، دھیان اور اعتماد سے استعمال کریں 'لاجواب فوائد حاصل ہونگے۔ اسی طرح جوڑوں کا درد 'جسم کا درد 'پھوڑے کی طرح دکھتا ہو 'جسم بے چین اور بے قرار رہتا ہو 'دل چاہتا ہو کہ مجھے کوئی دبائے 'خدمت کرے یا کام کرنے سے اعصاب تھک جاتے ہوں اور پٹھے کھنچ جاتے ہوں تو فوری فائدے کیلئے آپ بس "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ☆ ذہنی پریشانی اور خاص طاقت سے محروم مرد یا جوان یہ دوائی اعتماد اور بھروسے سے استعمال کریں۔ آپ کو دوائی اپنے کراماتی فوائد سے محروم نہیں کریگی۔ آپ قوت خاص سے مایوس ہیں یا اپنی قوتیں خود کھو چکے ہیں بس کچھ دن آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں پھر اسکا کمال دیکھیں۔ ☆ خون کی کمی کو دور کرتی ہے، ایسے جسم جو پیلاہٹ کا شکار ہو گئے ہوں یا ایسی حاملہ خواتین جو حمل کے دوران یا بعد میں خون کی کمی کا شکار ہوں یا بچے خون کی کمی کا شکار ہوں 'آپ نے کسی کو خون دیا ہے یا کسی حادثے یا بیماری سے آپکا خون ضائع ہو چکا ہے بس آپ "ستر شفائیں" استعمال کریں اور قدرت ربی کا کرشمہ دیکھیں۔ ناک کی بند ہڈی خراٹوں کی تکلیف، سوتے وقت ناک بند ہو جانا 'ان تمام عوارضات میں آپ بھروسے سے "ستر شفائیں" استعمال کریں۔ ☆ قبض، بواسیر 'مقعد کی جلن 'سوزش مبتلا افراد کو جب بھی "ستر شفائیں" دی تو یہ مجبور کرتی ہے کہ اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا جائے کہ ایسے مجبور مریض آخر اتنی جلدی کیسے تندرست ہو جاتے ہیں۔ ☆ ایسی خواتین جن کے ہارمونز کا مسئلہ ہے 'ایام کھل کر نہیں آتے یا پھر تکلیف سے یا بے قاعدگی سے آتے ہیں 'رانیں 'سرین اور پیٹ بڑھتا جا رہا ہے۔ جسم بے ڈول ہو رہا ہے حتیٰ کہ موٹاپے کا شکار مرد 'بچے یا خواتین ہوں سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ (قیمت:۔ 250 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

مسلمانوں کے باہمی اختلافات کو دور کرنا

حضرت ابودرداء رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا میں تم کو روزہ، نماز اور صدقہ خیرات سے افضل درجہ والی چیز نہ بتاؤں؟ صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا: ضرور ارشاد فرمائیے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: باہمی اتفاق سب سے افضل ہے کیونکہ آپس کی نااتفاقی (دین کو) مونڈنے والی ہے یعنی جیسے استرے سے سر کے بال ایک دم صاف ہو جاتے ہیں ایسے ہی آپس کی لڑائی سے دین ختم ہو جاتا ہے۔ (ترمذی)

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ ارشاد فرمایا کرتے تھے: قسم ہے اس ذات عالی کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے آپس میں ایک دوسرے سے محبت کرنے والے دو مسلمانوں میں پھوٹ پڑنے کی وجہ اس کے علاوہ کوئی نہیں ہوتی کہ ان میں سے کوئی ایک سے گناہ سرزد ہو جائے۔ (احمد)

حضرت ابوایوب انصاری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: مسلمان کیلئے جائز نہیں کہ اپنے مسلمان بھائی کو تین راتوں سے زیادہ (قطع تعلق کرکے) چھوڑے رکھے کہ دونوں ملیں تو یہ ادھر کو منہ پھیر لے اور وہ اُدھر کو منہ پھیر لے اور دونوں میں افضل وہ ہے جو (میل جول کرنے کیلئے) سلام میں پہل کرے۔ (مسلم)

حال دل

تاخیر کی شادی

وہ جوان میرے سامنے بیٹھا تھا اس کا چہرہ، اس کا جسم، اور معصومیت پکار پکار کر کہہ رہے تھے وہ اندر سے پاک ہے پاکیزگی چاہتا ہے، تلاش مشکل ہے۔ وہ کالج میں پڑھتا ہے۔ کہنے لگا حکیم صاحب میں بہت پریشان ہوں۔ مجھے عجیب اور انوکھے خیالات اور وہم آتے ہیں جب یہ خیالات اور وہم زیادہ ہونے لگتے ہیں یوں محسوس ہوتا ہے کہ مجھے کچھ ہو جائے گا دل بہت گھبراتا ہے بعض اوقات ٹھیک ہو جاتا ہوں بعض اوقات یہ خیالات اتنے آتے ہیں کہ جی چاہتا ہے کہ میں خودکشی کرلوں۔ ان خیالات کی وجہ سے میرا دماغ کام کرنے سے رک جاتا ہے۔ میرا رونے کو بہت دل چاہتا ہے بہت کوشش کے باوجود اپنی حالت کو میں ٹھیک نہیں کر پا رہا۔ بعض اوقات میرا جسم کانپنے لگ جاتا ہے اور یہ کیفیت تو بار بار ہوتی ہے کہ گھر چھوڑ کر چلا جاؤں۔ کسی سے بات نہ کروں اکتاہٹ چڑچڑاپن، نت نئے روگ، نت نئی سوچیں ہر کسی سے لڑنے کا دل چاہنا، حالانکہ میں اندر سے ایسا نہیں ہوں۔ میں نمازیں نہ چھوڑنے کی کوشش بھی کرتا ہوں لیکن میری طبیعت ایسی ہو جاتی ہے کہ نمازیں ادا کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے اور پڑھنے کو دل بھی نہیں چاہتا اور بعض اوقات جی چاہتا ہے کہ کتابیں اٹھا کر گندی نالی میں پھینک دوں...... اپنی سلیبس کی کتابیں بھی پڑھنے کو دل نہیں چاہتا۔ بھاگ جاؤ، نکل جاؤ، فرار ہو جاؤ یہ سوچیں تو مستقل دل میں گھر کر گئی ہیں۔ بعض اوقات سوچتا ہوں کہ شاید میں دیوانہ ہو گیا ہوں لیکن نہیں...... میں تندرست ہوں۔ کتاب میرے سامنے پڑی ہوتی ہے اور میری سوچیں کہیں اور ہوتی ہیں ان خیالات کی وجہ سے میرا جی چاہتا ہے کہ میں غلط راستوں پر نکل جاؤں کبھی مجھ سے غلطی ہو بھی جاتی ہے اور اس کا احساس اتنا زیادہ ہوتا ہے کہ میں کئی کئی دن اس ڈیپریشن سے نکل نہیں سکتا۔ یہ کیفیت بلوغت کے بعد شروع ہوئی لیکن بیس سال کے بعد انتہا ہو گئی۔ اب میری عمر 24 سال ہے میں چاہتا ہوں میری شادی ہو جائے۔ اس ننگے اور برہنہ معاشرے میں میں اپنے ایمان کو نہیں بچا سکتا حکیم صاحب آپ کے پاس اس لیے آیا ہوں میرے والدین آپ سے بہت عقیدت رکھتے ہیں وہ کہتے ہیں پہلے کما، نوکری کر پھر ہم تیری شادی کریں گے۔ میں کہتا ہوں یہ میرے ساتھ زیادتی ہے۔ ایک دفعہ میں نے گستاخی کرکے اپنے والد سے پوچھا کیا آپ کے والد نے آپ کی شادی بھی اسی شرط پر کی تھی؟ کہ پہلے کماؤ، نوکری کرو پھر شادی کریں گے۔ کہنے لگے بیٹا وہ دور اور تھا۔ میں نے ڈرتے ڈرتے عرض کیا ابا جان! آپ کا معاشرہ شریف معاشرہ تھا، آج کا معاشرہ بدمعاش معاشرہ ہے۔ کیا آج بیٹے بیٹیوں کی شادی جلدی نہیں ہونی چاہیے؟ لیکن میرے والد اور میری والدہ کے پاس صرف ایک رٹ ہے کہ کماؤ، نوکری کرو، یا کاروبار کرو پھر شادی کا سوچیں گے۔ میرے ہم عمر دوست مستقل گناہوں اور عیاشیوں میں لگے ہوئے ہیں۔ میں ان سے پوچھتا ہوں تو وہ کہتے ہیں کہ ہمارے والدین کو ہماری اس حالت کی سو فیصد خبر ہے لیکن وہ بھی یہی کہتے ہیں کہ کماؤ...... پھر شادی کریں گے۔ آخر ہم کیا کریں......؟؟؟ کیمیکل بھری خوراکیں، گوشت خوریاں اور چٹخارے آخر کچھ رنگ لاتے ہیں۔ بقول ایک دانشور کے قوموں کی قسمت کے فیصلے دسترخوانوں پر ہوا کرتے ہیں۔ جیسا دسترخوان ہوگا اور جس ذائقے اور انداز کی غذائیں ہوں گی ویسی نسلیں اور ذہنیت تیار ہوگی۔ فاسٹ فوڈ کے کرشمات اور بیکری کے انوکھے کمالات آج کے معاشرے میں آپ کے سامنے ہیں۔ آیئے! اپنی نسلوں کو دیر کی شادی سے بچا لیں۔ جلدی شادی سے بے اولادی کے مسائل بھی نہیں ہوتے، اور معاشرے کے روگ بھی ختم ہو جاتے ہیں۔ یہ نبوی ﷺ نسخہ ہے۔ لے لیں

ورنہ......!!!

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

درس روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس

ہماری نسبت غلامی رسول ﷺ

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

یاد رکھئے گا! صبح کا نشہ بڑا مست ہوتا ہے چاہے وہ عشقِ الٰہی کا نشہ ہو یا شراب خانے کا۔ ہاں جو صبح اٹھ کے اس سے رازو نیاز ہوتے ہیں اور اس سے جو باتیں ہوتی ہیں ان کی لذت اور ان کا نشہ اور اس کا سرور ہی علیحدہ ہوتا ہے۔

یاد میں تیری سب کو بھلا دوں کوئی نہ مجھ کو یاد رہے
تجھ پہ سب گھر بار لٹا دوں خانہ دل آباد رہے
نظر سے اپنی سب کو گرا دوں فقط تجھ سے فریاد رہے
یار رہے یا رب تو میرا اور میں تیرا یار رہوں
ہر وقت ذکر وفکر میں تیرے مست رہوں سرشار رہوں
ہوش رہے نہ مجھ کو کسی کا مگر میں تیرا ہوشیار رہوں

اب اس اللہ کے نیک بندے نے بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ کا نام لیکر شراب خانے میں جا کے آواز دی‘ ایک شخص جھومتا ہوا آیا کہ کیا بات ہے؟ جب یہ خواب بشر حافی کو سنایا تو ایک دم ان کی ہائے نکلی اور بے ہوش ہوگئے اور جب ہوش آیا تو اللہ نے اپنا دوست بنا دیا تھا۔ ایک بسم اللہ کے ساتھ نسبت ہوئی اور اس کی قدر دانی ہوئی اور اس کا ادب ہوا اللہ جل شانہٗ نے یہ مقام عطا فرمادیا۔

اولیاء کے ساتھ نسبت اپنائیں: یاد رکھئے گا! بغیر نسبتوں کے اس زندگی کو گزارنا ایسے ہے جیسے کتے کے گلے میں پٹہ نہیں ہے۔ صحیح بات ہے کہ ایسے شخص جس کیساتھ کملی والے ﷺ کی نسبت ہی نہیں ہے وہ زندگی کے دن رات کیسے گزار رہا۔ فرمایا: جس دور میں سرورِ کونین (ﷺ) جب اس دنیا سے پردہ فرما جائیں اللہ اپنے محبوب کو اپنے پاس بلالے اس دور میں کملی والے ﷺ کے غلاموں کے ساتھ اپنی نسبت قائم کرے ایسے ہے جیسے۔

ہر کہ خواہد ہم نشینی با خدا
گو نشیند در حضورِ اولیاء

جو یہ چاہتا ہے کہ ہر وقت سرورِ کونین (ﷺ) کی خدمت میں بیٹھا رہوں وہ کملی والے کے کسی سچے غلام کو تلاش کرے ان کی صحبت میں بیٹھا رہے وہ ایسے ہی ہے جیسے آقا ﷺ کی غلامی میں بیٹھا ہوا ہے‘ حتیٰ کہ وہ اللہ کے ساتھ بیٹھا ہے۔

قیامت میں نسبت محمدی ﷺ کا اعزاز: یہ نسبتیں بڑی قیمتی ہوتی ہیں۔ قیامت کا دن ہوگا 120 صفیں لگیں گی اور سارے انبیاء علیہم الصلوٰۃ والسلام ہونگے بعض روایات میں آتا ہے سوا لاکھ انبیاء کرام تھے اور بعض میں آتا ہے ایک لاکھ چالیس ہزار تھے اور بعض میں آتا ہے کہ دو لاکھ سے زیادہ تھے کم وبیش جتنے بھی انبیاء کرام ہیں سارے موجود ہونگے اور آپ حیران ہونگے میرے آقا سرورِ کونین ﷺ کے ساتھ ایسی نسبت ہے کہ 80 صفیں صرف اس امت کی ہونگی باقی 40 صفیں تمام امتوں کی ہوں گی‘ سارے انبیاء کرام علیہم الصلوٰۃ والسلام کی ہونگی اور اس دن میرے آقا سرورِ کونین ﷺ کی امت کے ساتھ بڑا اعزاز ہوگا جس نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کو پتا چلے گا کہ یہ محمدی ہے وہ رشک کریں گے۔

حضرت آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام کو جب اس دنیا میں بھیجا گیا اور اماں حوا علیہا السلام کو جب آپ سے جدا کر دیا گیا سالہا سال روتے رہے بعض روایات میں آتا ہے کہ ”حضرت آدم علیہ السلام کی کئی سو سال کے بعد دعا قبول ہوئی ایک دفعہ اللہ جل شانہٗ سے عرض کیا الٰہی! جو تیرا اک نبی ہے محمد (ﷺ) اس کے طفیل مجھے معاف کر دے۔

اللہ جل شانہٗ نے پوچھا کہ آدم (علیہ الصلوٰۃ والسلام) محمد ﷺ کو آپ کیسے جانتے ہیں؟ کہا: یا اللہ! جب آپ نے میرے پتلے کے اندر روح ڈالی اور میں نے آنکھ کھولی اور آنکھ کھولتے ہی سب سے پہلی نظر پڑی تو میں نے لکھا ہوا دیکھا ”لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ“! تو میں نے کہا: کوئی ایسی ہستی ہے جس کے ساتھ اللہ جل شانہٗ نے اپنا نام لگایا ہوا ہے میرے اندر بات آگئی کہ کوئی ایسی عظیم ہستی ہے تو میں نے اس عظیم ہستی کے وسیلے سے اللہ جل شانہٗ سے دعا کی اور اللہ نے میری دعا قبول فرمائی۔

اماں حوا اور حضرت آدم علیہ السلام جبل رحمت پر ملے پھر دونوں مکہ مکرمہ کی طرف گئے ان کو رات مزدلفہ میں پڑ گئی (مزدلفہ کہتے ہیں ایک چادر کو ایک چادر میں دونوں لیٹے ان کو اس جگہ حاجی کے لئے رات کا قیام لازم قرار دیدیا گیا) پھر یہ حضرات مکہ مکرمہ تشریف لے گئے اور اس سے بھی عجیب بات سنیں!۔ فرمایا قیامت کے دن حضرت آدم صلوٰۃ السلام کی خواہش ہوگی جب مجھے پکارا جائے تو آدم نہ پکارا جائے جس نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام جو کہ میری آل واولاد میں ہیں ان کے طفیل مجھے توبہ اور معافی ملی اور اللہ کی رحمتیں پھر سے متوجہ ہوئیں لہٰذا ان کی نسبت کے ساتھ پکارا جائے فرمایا آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام کو قیامت کے دن ابو محمد ﷺ پکارا جائے گا‘ آدم نہیں پکارا جائے گا تو آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام کھڑے ہوجائیں گے محمدی ﷺ نسبت اتنی قیمتی نسبت ہے۔ اللہ والو! یہ محمدی نسبت اتنی قیمتی نسبت ہے اتنی مبارک نسبت ہے۔

اپنی نسبتوں کو بدلیں!: اپنی نسبتوں کو بدلیں! کہیں ایسا نہ ہو بیت الخلاء کی اینٹ بن جائیں‘ کہیں ایسا نہ ہو بیت الخلاء کی جگہ بن جائیں۔ ارے اپنی جگہ کو بدلیں مسجد کی جگہ بنالیں اپنے دل کو‘ اپنے من کو‘ اپنے جسم کو اینٹوں کی مسجد کی مثال قرار دیدیں اور ان کی برکات حاصل کریں اور ایک چیز یاد رکھئے گا جب تک جدا رہیں گے ناں ان نسبتوں سے ہماری کوئی حیثیت نہیں رہے گی۔

خود کو مٹائیں گے تو پائیں گے: جب مسجد نبوی ﷺ کی توسیع ہوئی سن 84 یا 89 میں غالباً تو اس وقت جہاں اس کے بیت الخلاء تھے ان کو بھی توڑ گیا اور ان کو توڑ کے ان کی جگہ مسجد کی توسیع کر دی گئی نئی عمارتیں خوبصورت سی بنادی گئیں اگر بیت الخلاء اپنی انفرادی حیثیت باقی رکھتے اور کہتے کہ ہمیں نہ کسی فقیر کی ضرورت ہے نہ کسی مشیر کی ضرورت ہے وہ بیت الخلاء ہی رہتے جب بیت الخلاء نے اپنی ہستی کو مٹا دیا پھر اللہ نے انہیں بیت اللہ بنا دیا۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ایک دفعہ کسی کام کے سلسلہ میں لاہور میں تھا تو ادویات خریدنے کیلئے آپ کے دواخانہ پہنچا تو پتہ چلا کہ بیان ہو رہا ہے بیان کے بعد دواخانہ کھلے گا اور ادویات ملیں گی۔ تو سوچا بیان سن لیا جائے۔ حضرت صاحب آپ کا وہ بیان سنا تو دل کو جو سکون ملا وہ بیان سے باہر ہے‘ دل اور دماغ روشن ہوگیا۔ آپ کا بیان سن کر اللہ کے نام کی برکت سے الحمدللہ دل میں نماز کی برکت جاگ گئی اور پانچ وقت نماز کی پابندی ہوگئی‘ اب تو ہر ہفتہ باقاعدگی سے آپ کا بیان نیٹ سے ڈاؤن لوڈ کر کے خود بھی سنتا ہوں اور میرے گھر کے تمام افراد بہت توجہ سے سنتے ہیں۔ میرے پاس وہ الفاظ نہیں ہیں جن سے میں آپ کا شکریہ ادا کروں آپ کے بیانات کی وجہ سے میرے تمام گھر والے نماز کے پابند ہوگئے۔ اللہ پاک آپ کی اس کاوش کو قبول فرمالیں اور آپ کو جزائے خیر عطا فرمائیں۔ **(محمد آصف مقبول‘ خانیوال)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے
حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

نفرت گناہ سے نا کہ گنہگار سے

پوچھا گیا کہ تمہارا چہرہ کیا بات ہے کہ چمک رہا ہے؟ حضرت ابودجانہ رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا میرے عمل میں کوئی چیز ایسی نہیں جس پر میں اعتماد کروں مگر دو باتیں ہیں ایک تو یہ کہ جو چیز میرا مقصود نہیں ہوتی ہے اس کے بارے میں میں کلام نہیں کرتا ہوں

گناہ سے بغض رکھنا' نہ گنہگار سے

ابوقلابہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ کا گزر ایک ایسے آدمی پر ہوا جس نے کسی گناہ کا ارتکاب کیا تھا لوگ اسے گالی دے رہے تھے۔ حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا تم لوگ بتاؤ اگر اس کو کسی کنویں میں پاتے کیا تم اس کو اس کنویں سے نہ نکالتے؟ لوگوں نے عرض کیا کیوں نہیں! ہم ضرور نکالتے۔ حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا تم اپنے بھائی کو بُرا بھلا مت کہو اور اس اللہ پاک کی تعریف کرو جس نے تمہیں (اس گناہ سے) عافیت میں رکھا' لوگوں نے عرض کیا تو کیا آپ اس سے بغض نہیں رکھتے؟ حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا میں اس کے عمل سے بغض رکھتا ہوں جب اس نے اس عمل کو چھوڑ دیا یہ میرا بھائی ہے۔ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ جب تم اپنے بھائی کو دیکھو کہ اس نے کسی گناہ کا ارتکاب کیا ہے تو تم اس کے خلاف شیطان کے معاون نہ بنو کہ تم کہو اے اللہ! اس کو رسوا کر دے' اے میرے اللہ! اس پر لعنت بھیج لیکن تم اللہ پاک سے (اس کیلئے) عافیت کا سوال کرو ہم اصحاب رضی اللہ عنہم اجمعین محمد ﷺ کسی کے بارے میں کچھ نہیں کہتے تھے' جب تک کہ ہم جان لیتے کہ کس عمل پر مرے گا۔ اگر اس کا خاتمہ بالخیر ہو جاتا تو ہم جان لیتے کہ اس نے بھلا کام کیا ہے اور اگر اس کا خاتمہ شر پر ہوتا تو ہم کو اس کے افعال سے خطرہ لاحق ہوتا۔

کھوٹ اور حسد سے دل کو صاف رکھنا

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ہم حضور ﷺ کے پاس بیٹھے ہوئے تھے کہ آپ ﷺ نے فرمایا ابھی تمہارے پاس ایک آدمی آئے گا جو اہل جنت سے ہے اتنے میں ایک انصاری آدمی آیا جس کی ڈاڑھی سے وضو کا پانی جھڑ رہا تھا اور اس نے اپنے دونوں جوتے بائیں ہاتھ میں رکھے تھے جب دوسرا روز ہوا تو نبی اکرم ﷺ نے پھر اسی طرح فرمایا اور پھر وہی انصاری اسی پہلی حالت میں آیا جب تیسرا روز ہوا نبی اکرم ﷺ نے پھر اسی جیسی بات کہی اور پھر وہی انصاری اسی پہلی حالت میں آئے۔ جب نبی اکرم ﷺ کھڑے ہوئے تو اس انصاری کے پیچھے حضرت عبداللہ بن عمرو بن عاص رضی اللہ عنہٗ چلے اور عرض کیا اگر آپ مناسب سمجھیں تو اپنے پاس مجھے ٹھکانہ دیں انہوں نے فرمایا بہت اچھا...... حضرت انس رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے تھے یہ ان کے پاس تین راتیں رہے اور ایک رات بھی ان کو نہیں دیکھا کہ رات کے کسی حصہ میں عبادت کیلئے کھڑے ہوئے ہیں مگر یہ بات ضرور تھی کہ جب رات کو ان کی آنکھ کھلتی اور اپنے بستر پر کروٹ بدلتے تو اللہ عزوجل کا ذکر کرتے اور اللہ اکبر کہتے یہاں تک کہ فجر کی نماز کیلئے کھڑے ہو جاتے۔

حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں اتنا ضرور ہے کہ میں نے انہیں سوائے بھلی بات کہنے کے اور ان سے کچھ نہیں سنا' جب تین راتیں گزر گئیں اور قریب تھا کہ میں ان کے عمل کو حقیر سمجھوں تو میں نے کہا اے اللہ کے بندے! میں نے نبی کریم ﷺ کو تین مرتبہ فرماتے ہوئے سنا کہ ابھی تمہارے پاس ایک ایسا آدمی آئیگا جو اہل جنت سے ہے اور تینوں مرتبہ تم ہی سامنے آئے تب میں نے یہ ارادہ کیا کہ میں تمہارے پاس ٹھکانہ پکڑوں اور میں دیکھوں کہ تمہارا کیا عمل ہے؟ تاکہ میں تمہاری اقتدا کروں سو میں نے دیکھا کہ تم نے کوئی بڑا عمل نہیں کیا (اب تم بتاؤ) کہ وہ تمہارا کون سا عمل ہے جس نے تمہیں اس مرتبہ پر پہنچایا؟ جس کو حضور ﷺ نے بیان فرمایا ان انصاری نے کہا بس وہ یہی عمل ہے جو تم نے دیکھا جب میں نے پیٹھ پھیر کر چلا تو انہوں نے پھر مجھے بلایا اور کہا بس وہی عمل ہے جو تم نے دیکھا مگر میں اپنے دل میں کسی مسلمان کی طرف سے کوئی کھوٹ اور کوئی حسد اس بات پر نہیں پاتا جو اللہ پاک نے بھلی باتوں سے اسے دیا ہے تو حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا یہی ہے وہ عمل جس کی وجہ سے تم اس مرتبہ پر پہنچے ہو۔

ایک دوسری روایت میں اس طرح ہے کہ حضرت سعد رضی اللہ عنہٗ نے حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ کو جواب دیتے ہوئے کہا کہ وہ عمل اے میرے بھتیجے! سوائے اس کے اور کچھ نہیں جو تو نے دیکھا' مگر اتنی بات ہے کہ میں کسی مسلمان کی طرف سے دل میں کینہ لے کر نہیں سوتا۔

اصبہانی وغیرہ کی روایت میں ہے کہ حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ نے کہا وہ عمل ہے جس کی وجہ سے تم اس مرتبہ پر پہنچے اور یہ ایسا عمل ہے کہ جس کی ہم طاقت نہیں رکھتے۔ ایک اور روایت میں حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہٗ کا نام ہے اس کے آخر میں ہے کہ حضرت سعد رضی اللہ عنہٗ نے کہا کہ اس کے علاوہ اور کوئی عمل نہیں جو تو نے دیکھا مگر میں اپنے دل میں کسی مسلمان کی طرف سے کوئی برا خیال نہیں پاتا ہوں اور نہ کسی کو برا کہتا ہوں۔

حضرت زید بن اسلم رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ لوگ حضرت ابودجانہ رضی اللہ عنہٗ کے پاس آئے اور یہ بیمار تھے اور ان کا چہرہ چمک رہا تھا ان سے پوچھا گیا کہ تمہارا چہرہ کیا بات ہے کہ چمک رہا ہے؟ حضرت ابودجانہ رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا میرے عمل میں کوئی چیز ایسی نہیں جس پر میں اعتماد کروں مگر دو باتیں ہیں ایک تو یہ کہ جو چیز میرا مقصود نہیں ہوتی ہے اس کے بارے میں میں کلام نہیں کرتا ہوں دوسری یہ بات ہے کہ میرا دل مسلمانوں کی طرف سے صاف ہے۔

مسلمانوں کی اچھی حالت پر خوش ہونا

حضرت ابن بریدہ اسلمی رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ایک آدمی نے حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ کو برا بھلا کہا حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا تو مجھے گالی دے رہا ہے حالانکہ مجھ میں تین عادتیں ہیں۔ (1) میں جب کبھی اللہ تعالیٰ کی کسی نشانی پر گزرتا ہوں تو میں دوست رکھتا ہوں کہ تمام مسلمان اس طرح پر جان لیں جیسا کہ میں اس نشانی کو جانتا ہوں۔ (2) اور میں جب کبھی مسلمان حاکموں میں سے کسی حاکم کے بارے میں سنتا ہوں کہ وہ اپنے فیصلہ میں عدل سے کام لیتا ہے تو میں خوش ہوتا ہوں اور شاید کہ میں اس کی طرف کبھی مقدمہ نہ لے جاؤں۔ (3) اور میں سنتا ہوں کہ مسلمانوں کے فلاں شہر میں بارش ہوئی تو خوش ہوتا ہوں حالانکہ میرا کوئی جانور وہاں چرنے نہیں جاتا۔

بچے کی پیدائش میں آسانی کیلئے

بچے کی پیدائش میں آسانی کیلئے جسے تکلیف شروع ہو عورت کا محرم مرد نیا کورے مٹی کے پیالے میں ذرا سی ڈاڑھی کے بال ڈبو کر اسی پیالے میں تسبیح ڈبو کر درود ابراہیمی سو دفعہ پڑھ کر وہی پانی عورت کو پلائیں اور اس کے اوپر چھڑک دیں۔ ولادت انتہائی مختصر اور آسانی سے ہو جاتی ہے۔ عورت اس وقت سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 82 اِنَّمَآ اَمْرُهٗٓ اِذَآ اَرَادَ شَيْـًٔا اَنْ يَّقُوْلَ لَهٗ كُنْ فَيَكُوْنُ پڑھے۔ (ڈاکٹر غزالہ خالد' لاہور)

ڈاکٹر شریف صادق' کوئٹہ

کھیل کھیل میں بچوں کی صحت اور تندرستی

یہ بات شروع سے بچے کے ذہن نشین کرانا چاہیے کہ وہ صحت مند مقابلہ ضرور کرے' لیکن جن کے ساتھ وہ کھیل رہا ہے وہ اس کے دوست اور ساتھی ہیں۔ وہ ایک دوسرے سے سیکھتے ہیں اور ایک دوسرے کو سکھاتے ہیں اور آپس میں تعاون کرتے ہیں

کھیل کو بچے کی ذہنی اور جسمانی نشوونما میں خاص اہمیت حاصل ہے۔کھیل سے نہ صرف بچہ تندرست وتوانا اور چاق و چوبند رہتا ہے بلکہ اس سے بچے کو دوست بنانے اور خواعتمادی پیدا کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ نیز کھیل اسے خوش بھی رکھتا ہے۔

ماہرین تعلیم آج کل بچوں کی نشوونما میں کھیل کی اہمیت پر بہت زور دے رہے ہیں اور یہ یقین بڑھتا جارہا ہے کہ بچے کھیل کے ذریعے سے بہتر طریقے سے سیکھتے ہیں اور ان کی پرورش بھی بہتر ہوتی ہے۔بعض ماہرین کا خیال ہے کہ اپنی زندگی کے پہلے سات سال میں بچہ دوسروں کی نقل کرکے بہت کچھ سیکھ لیتا ہے۔اس کے علاوہ دوسرے بچوں کی صحبت میں اسے جذباتی طور پر تحفظ کا احساس ہوتا ہے جو زندگی بھر قائم رہتا ہے۔کھیل کے ذریعے سے اس میں سیکھنے کی جو لگن پیدا ہوتی ہے اور جو جوش وجذبہ اس میں پیدا ہوتا ہے وہ آگے چل کر حصول تعلیم کے سلسلے میں اس کی مدد کرتا ہے۔

تعلیم کے بعض جدید طریقوں میں کہانی سنانے کو بھی اہمیت دی جاتی ہے۔ بچوں کی تخلیقی صلاحیت حیرت انگیز ہوتی ہیں اگر اس قوت کو تحریک مل جائے تو ان کی سیکھنے اور یاد رکھنے کی صلاحیت میں حیران کن اضافہ ہوجاتا ہے۔ یہ بات نئی تو نہیں لیکن اس کی اہمیت کا احساس بڑھ رہا ہے۔

کھیل صرف کھیل ہی نہیں بلکہ ایک کام بھی ہے جس میں ہاتھ' پیر اور دماغ سے کام لیا جاتا ہے اور ساتھیوں سے میل جول کے باعث بچے میں جو خود اعتمادی اور سماجی تعلق جنم لیتا ہے وہ اسے آئندہ اپنے مسائل حل کرنے میں مدد دیتا ہے۔کھیل میں بچے سے غلطیاں ہوتی ہیں پھر وہ انہیں درست کرتا ہے۔ یہ تجربہ اسے سیکھنے میں مدد دیتا ہے اور کامیابی اسے سکون بخشتی ہے۔

بچوں میں ایسے کھیلوں کا زیادہ سے زیادہ شوق پیدا کرنا چاہیے جن میں بچے ایک گروہ یا جماعت کی حیثیت سے حصہ لے سکیں مثلاً باغ لگانا' کمروں کو سجانا' دیواروں پر رنگ کرنا وغیرہ...... اجتماعی کھیلوں سے بچوں میں تعاون کا جذبہ پیدا ہوتا ہے اور باہمی صلاح مشورہ ہوتا رہتا ہے۔ اگر باہمی ربط نہ ہوگا تو بچہ اپنے خول میں بند ہوکر رہ جائے گا۔ بچپن کا یہ میل جول اور ربط وتعاون آگے چل کر بچے کو سماج کا ایک سرگرم رکن بناتا ہے جو اس کیلئے خوشی اور سکون کا باعث اور اچھی صحت کا ضامن ہوتا ہے۔ نیز اسے اپنے مسائل حل کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔

یہ بات شروع سے بچے کے ذہن نشین کرانا چاہیے کہ وہ صحت مند مقابلہ ضرور کرے' لیکن جن کے ساتھ وہ کھیل رہا ہے وہ اس کے دوست اور ساتھی ہیں۔ وہ ایک دوسرے سے سیکھتے ہیں اور ایک دوسرے کو سکھاتے ہیں اور آپس میں تعاون کرتے ہیں۔ یہی وہ بنیاد ہے جس پر انہیں اپنے معاشرے اور اپنی آئندہ زندگی کی تشکیل کرنا ہے کہ جس کے گرد ایک محفوظ ماحول ہو۔

کھیل نہ صرف بچوں کی قوت تخیل میں وسعت واستحکام پیدا کرتا ہے بلکہ اس میں نظم وضبط بھی بڑھاتا ہے۔ بچوں کی نفسیات کے ایک ماہر کا کہنا ہے کہ وہ بچے جو کسی قریبی عزیز کی موت' ماں باپ کی طلاق یا علیحدگی یا پھر اپنے ساتھ زیادتی وظلم کے باعث ذہنی اذیت میں مبتلا ہوتے ہیں اجتماعی کھیل انہیں اس اذت سے نجات دینے یا اس کی شدت کو کم کرنے میں بھی مدد دیتے ہیں۔ اپنی پسند کا کھیل ان کیلئے ایک پناہ کا کام دیتا ہے اور ساتھیوں سے رابطہ ان کے زخموں کیلئے مرہم بن جاتا ہے۔ ایسے بچوں کیلئے کھیلوں نے اب مغربی ممالک میں باقاعدہ معالجے کی شکل اختیار کرلی ہے۔

معالج پہلے ایسے بچے کا بغور مشاہدہ کرتا ہے جو کسی اذیت میں مبتلا ہے اور اس کے ساتھ جو کچھ ہوا ہے اس کے باعث غم و غصے کا اس پر غلبہ ہے۔ اس کی حرکات اور طرز عمل کے مشاہدے کے بعد معالج کی کوشش یہ ہوتی ہے کہ وہ بچے سے گفتگو کے بجائے اسے کسی ایسے کھیل کی طرف متوجہ کردے جو اس کے گھٹے ہوئے جذبات کو نکاسی کا راستہ فراہم کرکے اس کی ذہنی کیفیت کو بدل دے۔

کھیل کا ایک اہم پہلو یہ بھی ہے کہ یہ اچھی ورزش ہے۔ ایسے بچوں کی تعداد بہت کم ہے جو ہفتے میں چند گھنٹے ورزش کرتے ہیں۔ نت نئی ایجادات مثلاً کمپیوٹر نے ان کیلئے ایسی دلچسپیاں پیدا کردی ہیں کہ وہ ان کے سامنے سے اٹھنے کا نام ہی نہیں لیتے۔ ماہرین صحت کہتے ہیں کہ یہ بات ان کی صحت کیلئے بہت نقصان دہ ہے۔ یہ بات اہم ہے کہ وہ گھر کی چاردیواری سے باہر نکلیں اور کھیلیں۔

بہت چھوٹے بچے جنہیں گھر سے باہر بھیجنا مناسب نہیں انہیں گھر کے اندر کھیلنے کیلئے کاغذ' پنسلیں' رنگ' ربن' کپڑے کی کترنیں' گوند' پھول اور اسی طرح کی دوسری چیزیں فراہم کیجئے تاکہ وہ اپنی تخلیقی صلاحیت سے کام لے سکیں۔ بہتر ہوگا کہ پاس پڑوس کے بچے کسی ایک گھر میں جمع ہوجائیں اور مل کر کھیلیں۔ ماہرین کا خیال ہے کہ اس طرح بچے کی سوچنے کی قوت میں بھی اضافہ ہوتا ہے اور اس کے ذہن میں اجتماعی سرگرمی اور معاشرے کی اہمیت بھی زور پکڑتی جاتی ہے اگر بچے کو دوسرے بچوں سے الگ تھلک رکھا جائے گا تو وہ شرمیلے پن اور معائنہ نفس میں مبتلا ہوجائیں گے۔

ماہرین یہ بھی کہتے ہیں کہ کھیل سے جسم کا مدافعتی نظام مضبوط ہوتا ہے اور یہ تفریح جسم اور دماغ دونوں کی صحت کی ضامن ہے۔ تجربوں سے پتہ چلا ہے کہ کھیل سے جسم میں وہ ہارمون کم ہوجاتے ہیں جو دباؤ کا باعث ہوتے ہیں۔ نیز ہمارا جسمانی نظام مختلف تعدیوں کا ڈٹ کر مقابلہ کرنے کے قابل ہوجاتا ہے۔

شوگر' کولیسٹرول اور بلڈ پریشر کا آسان علاج

کریلے لیکر چھیلنے کے بعد خشک کرلیں اور پھر اسے بیج سمیت گرائنڈ کرکے سفوف کی شکل میں محفوظ رکھیں۔ صبح + شام آدھی چمچی کھانے سے شوگر' بلڈ پریشر اور کولیسٹرول کے مرض میں بے انتہاء مفید ہے۔ (محمد جمیل' لاہور)

چھوٹی سی آیت سے کینسر کا خاتمہ

رضوانہ صفدر، گجرات

جس طرح آپ باقی ادویات کھا رہی ہیں اسی طرح اسے ضروری سمجھ کر آپ نے پڑھنا ہے۔ جب ایک سوا لاکھ ختم ہوگیا تو انہوں نے کہا کہ بیٹے اب تو میری زبان ہی نہیں میرا دل خودبخود پڑھتا رہتا ہے کروٹ بدلتی ہوں تو پتہ چلتا ہے کہ زبان پر جاری ہے

میری والدہ تقریباً تین ساڑھے تین سال سے کینیڈا میں مقیم ہیں وہاں پر گئیں تو تندرستی کی حالت میں تھیں کم از کم ہماری معلومات کے مطابق......وہاں پر کسی تکلیف کی بنا پر ان کو ہسپتال میں لے جایا گیا۔ پچھلے سال کی بات ہے ہسپتال میں ان کے تمام ٹیسٹ ہوئے تو تشخیص یہ ہوئی کہ ان کے پیشاب کے آخری قطرے میں خون کا قطرہ آتا ہے وہ کسی وجہ سے آتا ہے۔ انہوں نے Urinary bladding میں ایک چھوٹی سی cyst بتایا گیا کہ اس کی وجہ سے ہے اور اس کا آپریشن بہت ضروری ہے کوکہ اس کی ان کو کوئی تکلیف نہیں تھی لیکن وہاں کے ڈاکٹرز کے مطابق یہ ضروری تھا کہ اس کو نکال دیا جائے تاکہ اس کی جڑیں نہ بن سکیں پھر آپریشن کے بعد ان کو ہر تین ماہ کے بعد چیک اپ کیلئے جانا ہوتا تھا کہ اسے دوبارہ نہیں ہونا چاہیے۔ سب خوش تھے کہ پورا سال گزر گیا خیریت رہی اور دوبارہ نمودار نہیں ہوئی۔ لیکن نو اکتوبر کو مجھے فون آیا اس دفعہ امی جی گھبرا گئیں کہ بیٹے یہ پریشانی والی بات ہے کہ دوبارہ ہوگئی ہے۔ کنفرم ہوگیا ہے یہ کینسر ہے۔ ڈاکٹرز نے فوری طور پر کسی دوسرے مریض کا آپریشن کینسل کرکے ان کو 27 اکتوبر کی تاریخ مقرر کی کہ اس کو فوری طور پر باہر کرنا ہوگا ورنہ ٹھیک بات نہیں ہوگی۔ میں نے اس بیماری کا نام سن کر ہی فوراً ارادہ کرلیا کہ میں حکیم صاحب کی خدمت میں حاضر ہوکر وظیفے کی اور دعا کی درخواست کرونگی۔ ادھر سے گھر کے حالات بھی بہت خراب تھے میں نے گھر میں کسی کو بھی نہیں بتایا تھا اور نہ ہی ابھی تک پتا ہے کسی کو کہ میری ماں جی کو یہ تکلیف رہی ہے۔ دل ہولنے لگتا ہے۔ آپ سے ملاقات کا شرف حاصل ہوا اس پیارے کریم کا کرم ہے میرے سوہنے اللہ کا شکر ہے۔ میں نے آپ سے بیماری کے بارے میں عرض کیا آپ نے ارشاد فرمایا کہ جو آپ خود پڑھتی ہیں وہ ان کو بھی وظیفہ دے دیں۔ یعنی ''حٰمٓ لَا یُنْصَرُوْنَ'' ان کو کچھ نہیں ہے۔ cyst ختم ہوجائیگی کوئی آپریشن نہیں ہوگا۔ آپ بالکل پریشان نہیں ہوں۔ اللہ بڑا فضل کریگا۔ میں حیران بھی تھی اور پریشان بھی۔ یہ کیسے ممکن ہے لیکن میرے مرشد کے لہجے کا یقین اور قطعیت کے ساتھ تسلی دینے کا انداز مجھے بہت مضبوط کر گیا اور میرا یقین ہی نہیں میرا ایمان بھی ہے کہ رب کے حکم سے میرے مرشد کی زبان سے جو کلمات خیر جاری ہوگئے میرے سوہنے پیارے اللہ جی نے اس پر یوں جیسے مہر لگادی ہو۔ ویسے ہی ہوجاتا ہے۔

دوسرے روز میں نے کینیڈا فون کرکے اپنی ماں جی سے فون پر بات کی جو الفاظ آپ نے جیسے کہے میں نے من وعن ویسے ہی یقین کے ساتھ ان کو اوپر والا وظیفہ پڑھنے کیلئے گزارش کردی۔ میری ماں جی جب کہنے لگیں ''پتر میں نے بہت کُج پڑھنا ہوندا اے اے وی شروع کر لینی آں'' میں نے کہا کہ آپ جو کچھ پڑھتی ہیں وہ بغیر کسی بزرگ صاحب کی اجازت کے پڑھتی ہیں۔ یہ وظیفہ مبارک میرے بزرگوں نے عطا فرمایا ہے۔ آپ نے اس کو گیارہ اکتوبر سے لیکر 27 اکتوبر تک کم از کم ایک سوا لاکھ ضرور کرنا ہے بلکہ دو سوا دو لاکھ ہوجائیں تو بہت ہی بہتر جس طرح آپ باقی ادویات کھا رہی ہیں اسی طرح اسے ضروری سمجھ کر آپ نے پڑھنا ہے۔ جب ایک سوا لاکھ ختم ہوگیا تو انہوں نے کہا کہ بیٹے اب تو میری زبان ہی نہیں میرا دل خودبخود پڑھتا رہتا ہے کروٹ بدلتی ہوں تو پتا چلتا ہے کہ زبان پر جاری ہے۔ میں نے ان سے کہا کہ آپ نے آپریشن کیلئے جانا ہے تو اس وقت بھی اس کو یاد رکھنا ہے۔ ماں جی گئیں شام کا وقت پاکستان میں اور کینیڈا میں صبح کے تقریباً گیارہ بج گئے۔ آپریشن کیلئے اندر لے جایا گیا۔ آپریشن سے پہلے چیک اپ ہوا ڈاکٹر ایک دم پریشان نظر آنے لگی کہ جس جگہ پر cyst تھی وہاں پر کوئی نام و نشان نہیں تھا۔ اس نے بار بار دیکھا لیکن کامیاب نہ ہوسکی۔ پھر دوسری ڈاکٹر کو بلایا کہ کہیں مجھ سے کوئی غلطی تو نہیں ہوئی پھر ماں جی سے کہنے لگیں کہ ہم حیران ہیں کہ cyst کدھر غائب ہوگئی ہے۔ ہمارے ٹیسٹ کیسے غلط ہوگئے۔ ماں جی کو ایسی نظروں سے دیکھتی تھیں جیسے کوئی بہت ہی خاص ہستی ہوں اور کہتی تھیں کہ آپ پر خدا کا خاص کرم ہے۔ خاص فضل ہے آپ کے پیچھے دعاؤں کا بہت بڑا ہاتھ ہے جو دعائیں قبول ہورہی ہیں ورنہ ایسے عام طور پر نہیں ہوتا۔ ہم نے ایک دوسرے مریض کا آپریشن کینسل کرکے آپ کیلئے وقت مقرر کیا کہ اسے ضروری سمجھا لیکن اس کی شان ہے کہ اس نے اپنے پاک کلام سے اپنے نیک بندے کی دعا سے اسے ٹال دیا۔ اب ڈاکٹرز نے تصدیق کرنے کیلئے کہ آیا یہ ہمیشہ کیلئے نام ونشان ختم کرچکا ہے؟ ایک اور خاص بات کہ وہاں پر جن لوگوں کو پتا تھا کہ آپریشن ہے وہ عیادت کیلئے آئے تھے پتا چلا تھا کہ موجودہ چیز ختم ہوگئی آپریشن نہیں ہوا وہ لوگ سب ناقابل یقین کہتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہمیں بھی بتائیں کہ آپ کون سی آیت کا ورد کرتی رہی ہیں۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 69

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

خواجہ معین الدین چشتی اجمیری رحمۃ اللہ علیہ حقیقت میں سلطان الہند اور ایک سرآمد روزگار بزرگ گزرے ہیں آپ ہی نے کفرستان ہند میں روشنی اسلام پھیلائی اور اشاعت دین قیم کیلئے چپہ چپہ پر اپنے خلفاء اور علمائے باطنی کا ایک جال پھیلا دیا جو غیر مسلموں کو لوائے اسلام کے سائے میں لانے لگے۔ آپ محض ایک جلیل القدر ولی ہی نہ تھے بلکہ آپ ہندوستان کے سب سے بڑے اور سب سے پہلے اسلامی قائد تھے جن کی مساعی گرامی سے نہ صرف یہ کہ ارض ہند کے تاریک اور کفر پرور گوشوں میں اسلامی شعاعیں جگمگائیں بلکہ سلطنت اسلامی بھی قائم ہوگئی۔

جس وقت حضرت خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ پہلے پہل دہلی آئے ایک شخص بغل میں چھری دبائے ہوئے حملہ کی نیت سے سامنے آیا۔ حضرت خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ نے بڑے پیار اور حسن سلوک سے فرمایا کہ آیا ہے تو اپنا کام کر......کافر یہ الفاظ سنتے ہی تھرتھر کانپنے لگا۔ قدموں پر گرا اور اسی وقت مسلمان ہوگیا۔ یہ کرامت دیکھتے ہی بہت سے اور افراد بھی مسلمان ہوگئے۔

بالوں کو ہمیشہ خوبصورت رکھنے کیلئے

بیر کے پتے ایک پاؤ لیکر تھوڑا سا کوٹ کر پھر ایک کپڑے میں رکھ کر پوٹلی سی بنائیں۔ آدھ گھنٹے بعد ان پتوں سے بال دھولیں۔ بال لمبے، خشکی ختم اور ہمیشہ خوبصورت رہیں گے۔ تین دفعہ بیر کے پتوں سے سر دھوئیں۔ **(اعجاز حسین، کوہاٹ)**

نسبت کی وجہ سے ایک بڑا اعزاز

اصحاب کہف کے ساتھ ایک کتا چل پڑا تھا۔ مفسرین نے لکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اسے انسانی شکل عطا کریں گے اور جنت عطا فرمادیں گے۔ نیکوں کے ساتھ نسبت حاصل ہونے سے اگر کتے کو جنت مل سکتی ہے تو اگر مومن اللہ والوں کے ساتھ نسبت پکی کرے تو نجات کیوں نہیں ہوگی۔ انشاء اللہ ضرور ہوگی۔ **(فرزانہ صغیر، سرگودھا)**

لمبی عمر پانے کا انوکھا راز

زاہدہ رحمٰن خان، چنیوٹ

آخر یہ اعصابی پریشانیاں اور ذہنی کشمکش رنگ لائی۔ راک فیلر 53 سال کی عمر میں بوڑھا ہوگیا اس کے شانے جھک گئے اور وہ ایلومینیا کے مرض میں مبتلا ہوکر اپنے سر کے بالوں بھنوؤں اور پلکوں سے محروم ہوگیا۔ ڈاکٹروں کی رائے میں یہ سب اعصابی کشمکش کا کیا دھرا تھا

جان ڈی راک فیلر منہ میں سونے کا چمچہ لے کر پیدا نہیں ہوا تھا۔ اس کا بچپن اپنے خاندان کے ہمراہ ایک زرعی فارم پر گزرا لیکن جوان ہوتے ہی اس نے نہ صرف کاروبار کو پیشے کے طور پر اپنایا بلکہ یوں کہیے کہ وہ دولت کے حصول کیلئے دیوانہ وار دوڑنے لگا۔ اس دوڑ میں اس کی زندگی کا صرف ایک ہی مقصد تھا روپے کا حصول...... کسی قیمت پر منافع اور کم سے کم خرچ...... اس فرد کی طرح جسے آپ کنجوسی کی بجائے حریص کہتے ہیں۔ وہ منافع حاصل ہونے پر دیوانہ ہوجاتا۔ اپنی ٹوپی زمین پر پھینک کر رقص کرنے لگتا۔ لیکن جہاں تھوڑا نقصان ہوتا پریشانیوں اور تفکرات کے بادل اس کے ذہن کو اپنی لپیٹ میں لے لیتے۔ اسے دل ڈوبتا ہوا معلوم ہوتا اور ایک تاریک گوشے میں جا کر پڑا رہتا۔ 53 سال کی عمر تک کاروباری زندگی میں ہزاروں واقعات پیش آئے صرف نمونہ کے طور پر ایک واقعہ پیش خدمت ہے۔

ایک دفعہ راک فیلر نے اپنے کاروباری ساتھی کے اشتراک سے چالیس ہزار ڈالر کا غلہ دخانی جہاز کے ذریعے گریٹ لیکس کے راستے بھیجا۔ اپنی کنجوس طبیعت کے تحت اس نے غلے کا بیمہ اس لیے نہ کرایا کہ ڈیڑھ سو ڈالر کی رقم ادا کرنا پڑتی تھی۔ غلہ بردار جہاز جب گریٹ لیکس میں پہنچا تو طوفان کی خبریں آنے لگیں راک فیلر گھبرایا بیمہ اب بھی کرایا جاسکتا تھا لیکن پریمیم کی رقم میں کچھ اضافہ ہوگیا تھا اس نے بیمہ کرادیا جب اس کا ساتھی بیمہ کرا کے واپس آیا تو ایک تار موصول ہوا لکھا تھا ''جہاز طوفان سے نکل گیا'' گویا ڈیڑھ سو ڈالر کی رقم بے کار خرچ ہوگئی تھی۔ راک فیلر کو اتنا بڑا صدمہ ہوا کہ وہ اپنے آپ میں کڑھتا ہوا دفتر سے نکل کر گھر چلا گیا۔

ان ڈور یا آؤٹ ڈور کھیلوں سے راک فیلر کو کوئی رغبت نہ تھی بلکہ یہ کہنا صحیح ہوگا کہ وہ ان پر ایک لمحہ خرچ کرنے کو تیار نہ تھا۔ اس کی رائے تھے ان پر وقت خرچ کرنے کے بجائے وہی لمحے کیوں نہ پیسہ کمانے میں خرچ کیے جائیں۔ جان گارڈنر اس کا حصہ دار تھا اس نے دو ہزار ڈالر میں ایک پرانی بادبانی کشتی خریدی اور راک فیلر کو دعوت دی کہ وہ اس کے ساتھ سیر کو چلے۔ راک فیلر کا جواب تھا گارڈنر! میں نے تم سا فضول خرچ نہیں دیکھا۔ تم اپنا کاروبار تباہ کررہے ہو' میں تمہاری کشتی پر نہ جاؤں گا۔

آخر یہ اعصابی پریشانیاں اور ذہنی کشمکش رنگ لائی۔ راک فیلر 53 سال کی عمر میں بوڑھا ہوگیا اس کے شانے جھک گئے اور وہ ایلومینیا کے مرض میں مبتلا ہوکر اپنے سر کے بالوں بھنوؤں اور پلکوں سے محروم ہوگیا۔ ڈاکٹروں کی رائے میں یہ سب اعصابی کشمکش کا کیا دھرا تھا۔ مزید انہوں نے رائے دی کہ راک فیلر کو دو باتوں میں ایک کا انتخاب کرنا ہوگا' دولت یا زندگی......

راک فیلر نے زندگی کا انتخاب کرلیا۔ اس نے اپنی بے پناہ دولت کا ایک حصہ عوام پر خرچ کرنے کا پروگرام بنایا اور اسی جذبہ کی تکمیل کی خاطر ادارہ راک فیلر کی بنیاد رکھی۔ اسی ادارے کی معرفت اس نے دنیا بھر کے اداروں اور بیماروں کی مدد کی۔ اس نے مالی طور پر دم توڑتے ہوئے ایک کالج کو لاکھوں ڈالر کی امداد دی۔ کالج نہ صرف معیاری گردانا گیا بلکہ ترقی پا کر یونیورسٹی بن گیا۔ شکاگو یونیورسٹی ہی وہ ادارہ ہے جو راک فیلر کی مالی امداد کے تحت اس مقام تک پہنچی۔ انسانی بیماریوں کے علاج کے ضمن میں راک فیلر کی امداد نے لاکھوں انسانوں کو موت کے منہ سے بچالیا۔

1932ء میں چین میں ہیضے کی وباء پھوٹ پڑی۔ لوگ ہزاروں کی تعداد میں لقمہ اجل ہوئے تھے آخر راک فیلر میڈیکل کالج کی ارسال کردہ ویکسین سے لاکھوں ملکی اور غیرملکی متعدی مرض سے محفوظ کردیئے گئے مزید جن بیماریوں کی روک تھام کی طرف توجہ دی گئی اور عوام کو ان سے محفوظ کرنے کے اقدامات کیے گئے ان میں تپ دق' ملیریا' انفلوئنز خناق اور گردن توڑ بخار شامل ہے۔

ان خیراتوں نے راک فیلر کی زندگی میں ایک انقلاب برپا کردیا۔ اسے روپے سے محبت نہ رہی بلکہ روپیہ اس کے سامنے ہیچ ہوکر رہ گیا۔ اس امر کا ثبوت اس بات سے ملتا ہے کہ حکومت نے اس کی فرم سٹینڈرڈ آئل کمپنی کو لاکھوں ڈالر جرمانہ کیا۔ اس کے وکیل نے جب اس عظیم جرمانہ کی خبر راک فیلر کو سنائی تو اس نے وکیل سے کہا فکر نہ کیجئے' میں رات کو آرام سے سوؤں گا۔ آپ بھی پریشان نہ ہوں۔ پریشانیوں اور تفکرات سے آزاد شخص نے اٹھانوے سال کی عمر پائی۔

دنیا کی اس عظیم شخصیت کی کہانی پڑھ کر آپ کا کیا خیال ہے کہ اسے یہی کرنا چاہیے تھا یعنی خیرات یا وہ دولت کو سنبھالتا رہتا۔ آپ نے دیکھا جب تک وہ دولت کو سنبھال سنبھال کر رکھتا رہا۔ اس کی زندگی خوشیوں سے دور تھی چونکہ وہ صرف اپنے بارے میں سوچتا تھا۔ لہٰذا اعصابی بیماری نے اسے جکڑ لیا۔ جب خیرات کے ذریعے اس نے لوگوں کے دکھ کم کردیئے تو اللہ تعالیٰ نے بھی اس پر خاص نظر کرم فرمائی اور اس کو سکون اور اطمینان کی کیفیت نصیب کی۔ یہ اطمینان اور سکون دولت کی ہوس میں نہیں تھا۔ لوگوں کی تکلیف دور کرکے اسے احساس ہوتا کہ اسے کوئی مقصد حاصل ہوگیا ہے جبکہ وہ اس دولت سے پہلے بہت دور تھا۔

ایک انگریز نے خیرات اور لوگوں کی زندگی سنوارنے سے اپنا مقصد حاصل کرلیا اور اٹھانوے سال کی مطمئن زندگی پائی اور ہم مسلمان اپنے آس پاس بھوکے پیاسے لوگوں کو دیکھتے ہیں مگر ان کی مدد نہیں کرتے۔ آنکھیں' دل اور کان بند کرلیے ہیں اور اپنی ذات کی خوشیوں کے حصار سے باہر نہیں نکلتے اور یہی بات ہمیں ذاتی الجھنوں کا باعث بناتی ہے۔ اگر ہم اپنی زندگی کا مقصد دوسروں کے کام آنا اور دکھ بانٹنا بنالیں تو راک فیلر کی طرح لمبی اور مطمئن زندگی تو پا ہی لیں گے مگر اس کے ساتھ اپنی آخرت بھی سنوار لیں گے۔ دوسروں کے کام آنے سے جب ہمیں ان کے مسائل کا پتا چلتا ہے تو ہمیں اندازہ ہوتا ہے کہ ہمارے مسائل کتنے چھوٹے ہیں جب ان کے مسائل حل کرنے میں مدد کرتے ہیں تو آپ جان پاتے ہیں کہ ہمیں اپنے مسائل سے کس طرح نپٹنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

اس کے علاوہ ہمارے آس پاس لوگ بیروزگاری سے تنگ آکر خودکشیاں کررہے ہیں' شاید ہم نے صدقہ کی فضیلت کو نہیں جانا' حدیث مبارک ہے آنحضرت ﷺ نے حضرت اسماء رضی اللہ عنہا سے فرمایا کہ اسماء (رضی اللہ عنہا) صدقہ دینے میں کشادہ ہاتھ استعمال کرو اور گنو مت۔ اگر تم گن کر دوگی تو پھر اللہ پاک بھی گن کر دیں گے اگر تم گنے بغیر دوگی تو اللہ تعالیٰ بھی بے تحاشہ دیں گے۔ میری اللہ پاک سے دعا ہے کہ اللہ پاک ہم سب کو اس حدیث پر عمل کرنے کی توفیق دے۔ آمین ثم آمین۔

تنگدستی اور قرض سے ہمیشہ کیلئے نجات

بعد نماز عشاء بیٹھ کر یَا وَھَّابُ 1414 بار پڑھ کر یہ دعا سو مرتبہ پڑھا کریں۔ یَاوَھَّابُ ھَبْ لِیْ مِنْ نِّعْمَۃِ الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ اِنَّکَ اَنْتَ الْوَھَّابُ۔ اول آخر تین مرتبہ درود شریف۔ یہ عمل ہمیشہ جاری رکھیں۔

بہار میں باغ و بہار صحت

سعدیہ شفیق، حیدرآباد

مارچ بہ نظر ظاہر ہی نہیں، معنوی لحاظ سے بھی صحت انسانی کے لیے ایک دلکش وراحت افروز مہینہ ہے۔ لیکن یاد رکھیے کہ ماہ سرما کے آخر یعنی جنوری اور فروری کے ظہور پذیر ہونے کے باعث اس ماہ کی خصوصیات اپنے دامن میں بعض ایسے مضمرات بھی رکھتی ہے

سال کے بارہ مہینوں میں کیفیت و بشاشت اور رعنائی و زیبائی کے لحاظ سے جو فوقیت مارچ کو حاصل ہے وہ کسی اور مہینے کو نہیں ہے۔

یہ مہینہ موسم بہار کا نہ صرف آغاز ہے بلکہ بہار کی حلاوت آفرین اور کیف پرور رعنائیوں کے سعود کا بھی زمانہ کہلاتا ہے اور ہر انسان خواہ غریب ہو یا امیر طبع و مزاج میں ایک گونہ مستعدی توانائی اور شبابی کیفیت محسوس کرتا ہے۔

غذائی معمولات جو موسم سرما میں ہر انسان کی عادت ثانیہ بن کررہ جاتے ہیں اس مہینے کے شروع ہوتے ہی قدرتی طور پر اعتدال و توازن کی جانب مائل ہونے لگتے ہیں۔

لباس میں واضح قسم کا تغیر رونما ہونے لگتا ہے اور سوائے کمزور صحت والے افراد کے ہر تندرست و توانا شخص گرم ملبوسات کو خیر باد کہنے لگتا ہے۔

طبعی انجماد، جسم کا ٹھہراؤ، لمحات کی گوشہ گیری اور ہمہ وقت سرد ہواؤں کے تھپیڑوں سے محفوظ رہنے کا احساس دور ہو جاتا ہے۔

پودوں میں نئی کونپلیں پھوٹتی ہیں۔ شاخوں کی انگڑائیوں میں حسن و شباب کا ایک مسحور کن فطری بانکپن لہراتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

باغوں میں نئے نئے شگوفے پھوٹ کر چشم بینا کیلئے تسکین چشم و دل کی دعوت دیتے ہیں اور حسین گلستان کے ساتھ ساتھ آرزوؤں اور ولولوں کے خیابانوں میں بھی نکہت و رنگ اور راحت درافت کے پھول کھلنے لگتے ہیں۔ قدرت کاملہ کا کوئی کام حکمت و مقصدیت سے خالی نہیں، خلاق عالم کی حکمت بالغہ مہکتے ہوئے پھولوں کے اندر جو مشک عنبر کی سی مہک اور ختن جیسی خوشبو پیدا کرتی ہے وہ اشرف المخلوقات کیلئے فی الواقعی پیغام شفاء اور نوید صحت کا درجہ رکھتی ہے۔

جس طرح سوکھی اور برہنہ شاخوں کو پتوں اور شگوفوں کی سبز خلعت پہنانے کیلئے موسم بہار کی ضرورت ناگزیر ہے اور چمن زاروں کی تزئین و آرائش کا حسن موسم بہار کے گنگناتے ہوئے لمحوں میں مضمر ہے، بالکل یہی کیفیت ہمارے اور آپ کے جسم کی ہے اور......اور آپ اپنے جسم کی زیب و زینت اور صحت و سلامتی کے آرزومند ہیں تو آمد بہار سے پہلے یعنی مارچ کے شروع ہوتے ہی اس طرف توجہ کریں۔

مت بھولیں کہ مارچ موسم بہار کے آغاز و استقبال کا مہینہ ہے اور اس مہینے میں اپنے گلستان جسم کے پھولوں یعنی دل، دماغ، جگر اور معدہ کو جن کو طبی اصطلاح میں اعضائے رئیسہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے پورے غور و التفات سے نگہداشت کریں، یاد رکھیے! آپ کی اس بروقت اور ہوشمندانہ توجہ سے صرف اعضائے رئیسہ کو ہی فائدہ نہیں پہنچے گا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ اعضائے غریبہ کو بھی خاطر خواہ فوائد حاصل ہونگے۔

غور طلب امور

مارچ بہ نظر ظاہر ہی نہیں، معنوی لحاظ سے بھی صحت انسانی کے لیے ایک دلکش وراحت افروز مہینہ ہے۔ لیکن یاد رکھیے کہ ماہ سرما کے آخر یعنی جنوری اور فروری کے ظہور پذیر ہونے کے باعث اس ماہ کی خصوصیات اپنے دامن میں بعض ایسے مضمرات بھی رکھتی ہے کہ اگر ان کی طرف مناسب اور بروقت توجہ نہ کی جائے تو پھر اس مہینے کی دلاویزیوں اور کیفیتوں میں تکلیفیں اور پریشانیاں بھی شامل ہوسکتی ہیں۔ کیونکہ موسم سرما میں استعمال کردہ گرم تاثیر رکھنے والی غذاؤں کا ردعمل بہرحال جسم کے ایک ایک رگ و ریشے میں موجود ہوتا ہے اور اسے مناسب و متوازن تدابیر کے ساتھ ہی حد اعتدال پر لاکر اپنے جسم کی قوت برداشت اور اعصاب و جلد نیز قوائے ہاضمہ کو موسم بہار کے تقاضوں سے ہم آہنگ کیا جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یوں سمجھئے کہ یہ مہینے اپنے دامن میں عجیب و غریب اور خاموش آتش فشانی مادے رکھتا ہے اس لیے اس مہینے کی سب سے بڑی ضرورت یہ ہے کہ ان مادوں کی سخت نگرانی کی جائے تاکہ آنے والے مہینے یعنی اپریل میں آپ کے جسم کو ناگوار اور پریشان کن نتائج کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

ان احتیاطوں اور حفاظتی تدابیر سے اغماض کا نتیجہ ہی ہے کہ اپریل میں بہت سے لوگ خرابی خون اور متعدد جلدی عوارض (بالخصوص بچے) مثلاً خسرہ، موتی جھرہ، لاکڑا کاکڑا، کالی کھانسی، چیچک، فلو وغیرہ کے عوارض سے دوچار ہوتے ہیں۔ اس قسم کے موسمی عوارض سے محفوظ رہنے کیلئے مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر کرنا بے حد سودمند ثابت ہوگا۔

☆ زیادہ گرم تاثیر والے میوہ جات سے اجتناب کریں۔

☆ رات کو جلد سوئیں اور علی الصبح بیدار ہونے کی عادت ڈالیں۔

☆ ہر قسم کی شیریں غذائیں مثلاً مٹھائی، بالخصوص چینی بہت کم استعمال کریں۔ کیونکہ یہ خون فساد و خرابی پیدا کر کے شوگر جیسے موذی مرض کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔

☆ پیدل چلنے، صبح کی ہوا خوری اور مناسب ورزش کو اپنا معمول بنائیں۔

پیدل ہوا خوری کا سادہ طریقہ یہ ہے کہ علی الصبح سورج نکلنے سے ایک ڈیڑھ گھنٹہ پہلے نکل جایا کریں اور اس وقت لوٹا جائے جبکہ دھوپ زیادہ تیز نہیں ہوئی ہو حسب طاقت ایک شخص ایک میل سے پانچ چھ میل تک روزانہ پیدل ہوا خوری کرسکتا ہے۔ آپ دیکھیں گے کہ پیدل ہوا خوری سے آپ کی قوت برداشت بڑھ جائے گی اور پورے نظام جسمانی کو یکساں طور پر یہ فائدہ پہنچے گا کہ کسی مرض کے جراثیم آپ کے جسم کے اندر پہنچ بھی چکے ہوں گے یا جو موسمی رطوبات نظام جسمانی میں بیماریوں کو پالنے والی موجود ہوں گی ان کا اخراج حتمی طور پر عمل میں آجائے گا اگر زمین پتھریلی اور کنکریلی نہ ہو تو ننگے پاؤں پیدل ہوا خوری کرنے سے مطلوبہ نتائج برآمد ہوں گے۔ لیکن مشکل یہ ہے کہ شہروں میں اس طرح ہوا خوری ممکن نہیں ہے اگر قصبات و دیہات کی کچی اور گھاس والی پگ ڈنڈیوں اور راستوں پر چلنے کا موقع میسر آئے تو یہ سب سے زیادہ مناسب صورت ہے۔

اس مہینے میں تغیر موسم کے سبب بخار بھی ہو جایا کرتا ہے جو عدم علاج کے باعث بگڑ کر اعضائے رئیسہ اور اعضائے غریبہ میں خلل و فتور کا باعث بنتا ہے اس کی یہ صورت ہے کہ آر د مغز کرنجوہ دن میں چار مرتبہ (شیرخوار بچوں سے لے کر عمر طبعی تک دو رتی سے دو ماشہ تک یعنی حسب العمر) چینی کے نیم گرم جوشاندے کے ساتھ دیں۔

عبقری ادویات لاجواب ہیں

بندہ نے کچھ عرصہ قبل آپ کی خدمت میں خط لکھا تھا گلے وغیرہ کی مرض کے سلسلہ میں آپ نے بنفشی قہوہ، جوہر شفاء مدینہ، شفاء حیرت تین ماہ استعمال کرنے کا حکم دیا تھا الحمدللہ دو ماہ ہوگئے استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوا۔ میری ہمشیرہ کو کافی عرصہ سے پرانی کھانسی تھی اس کو بنفشی قہوہ استعمال کرایا الحمدللہ وہ اب بالکل ٹھیک ہے۔ اللہ جانتا ہے دل سے آپ کیلئے دعائیں نکلتی ہیں۔ (**ابو محمد احسان اللہ احسان، ڈیرہ اسماعیل خان**)

ربیع الثانی میں خاتمہ بالخیر کا عمل

جواہرغیبی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی، پندرہویں، انتیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں مٹائی جاتی ہیں۔

یہ اسلامی سال کا چوتھا مہینہ ہے اسے ربیع الآخر بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا نام رکھتے وقت ربیع کا موسم تھا یعنی ربیع کا اخیر تھا اس لیے اس کا نام ربیع الآخر رکھا گیا مگر ربیع الاول کی مناسبت سے اس کا نام ربیع الثانی مشہور ہوگیا۔

اس ماہ کے نوافل حسب ذیل ہیں جو اکثر صوفیاء پڑھتے رہے ہیں۔

نفلی عبادات

شب اول کے نوافل: عابدوں کا کہنا ہے کہ جب ربیع الثانی کا چاند نظر آجائے تو اس کی شب اول میں بعد نمازِ مغرب آٹھ رکعت نفل دو دو رکعت کی نیت سے پڑھے اور پہلی رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۃ الکوثر تین بار اور دوسری میں سورۃ الکافرون تین بار پھر تیسری چوتھی، پانچویں، چھٹی، ساتویں، آٹھویں رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص تین تین بار ہر رکعت میں پڑھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو بے شمار ثواب ملے گا اور بے شمار نمازوں کا اجر عطا ہوگا۔

چار رکعت نفل: جواہرغیبی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی، پندرہویں، انتیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں مٹائی جاتی ہیں۔ انشاءاللہ پروردگار عالم روز محشر مغفرت فرمائیں گے۔

انجام بخیر کا وظیفہ: جوشخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ 1111 مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔ بعض بزرگوں کا کہنا ہے کہ اس وظیفے میں خاتمہ بالخیر کی بے حد تاثیر ہے۔ اس وظیفہ سے خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ **فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ اَنْتَ وَلِيّٖ فِي الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ تَوَفَّنِيْ مُسْلِمًا وَّاَلْحِقْنِيْ بِالصّٰلِحِيْنَ** (سورہ یوسف: 101)

ترجمہ: اے آسمانوں اور زمینوں کے پیدا کرنے والے دنیا اور آخرت میں تو ہی میرا رفیق ہے، تو مجھ کو اپنی فرمانبرداری میں دنیا سے اٹھالے اور مجھ کو اپنے نیک بندوں میں داخل کرلے۔

بابرکت دعا:۔ ماہ ربیع الثانی بھی نہایت افضل مہینہ ہے اور اس ماہ میں بھی زیادہ سے زیادہ درود پاک پڑھنا چاہئے۔

ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ ایک بار اسرافیلؑ حضرت نبی ﷺ کے پاس اتر کر آئے اور کہا **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُلِلّٰه وَلَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ عَدَدَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ وَمِثْلَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ** پڑھئے جوکوئی اس کو ایک بار پڑھے گا خدا اس کو ان لوگوں کے زمرہ میں لکھے گا جو خدا کی بکثرت یاد کرنے والے ہیں اور وہ رات و دن خدا کی یاد میں لگے رہنے والوں سے بھی افضل ہوجائے گا اور یہ کلمات اس کیلئے جنت میں داخلہ کا ذریعہ بن جائیں گے اور جس طرح درخت کے پتے جھڑتے ہیں اسی طرح اس کے گناہ جھڑ جائیں گے اور خدا کی اس پر نظر رہے گی اور اس کو دوزخ کا عذاب نہ دے گا اور حدیث میں آیا ہے جوکوئی **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُلِلّٰهِ وَلَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْم عَدَدَ مَافِی عِلْمِ اللّٰهِ وَدَوَامِ مُلْكِ اللّٰهِ** پڑھے گا دنیا اور اہل دنیا چاہے ختم ہوجائیں لیکن اس کے پڑھنے والے کا ثواب نہ ختم ہوگا۔

لیکوریا کیلئے مفید نسخہ جات

ھوالشافی: الائچی خورد، تالمکھانا، سفید موصلی انڈیا، طباشیر اصلی، مصطگی رومی سب دوائیں ایک ایک تولہ کوٹ چھان کر سفوف بنالیں اور مصری چار تولے ملالیں، ہمراہ پانی صبح، دوپہر، شام چائے کی آدھی چمچ کھائیں۔

ھوالشافی: تخم حرمل اور مصری ایک ایک تولہ برابر وزن جتنا سفوف بنالیں۔ صبح و شام ایک ایک ماشہ پانی کے ساتھ کھائیں۔ کیپسول بھی بھر سکتے ہیں۔

ھوالشافی: خوب کلاں، ناگ کیسر دو، دو تولے، مصری چار تولے کوٹ چھان کر سفوف بنالیں، صبح و شام چائے کی چھوٹی چمچی پانی کے ساتھ۔

(صوفی محمد اقبال، سرائے عالمگیر)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 7 مارچ بروز بدھ 12 بجکر 7 منٹ سے لیکر 1 بجکر 17 منٹ تک، 20 مارچ بروز منگل عصر تا مغرب، 26 مارچ بروز پیر صبح 10 بجے 11 بجکر 25 منٹ تک **یَامَالِکِ یَوْمِ الدِّیْن** پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درددل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلاسکتے ہیں۔ انشاءاللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1-روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بناسکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفااللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی 2010ء سے قاریہ ہوں۔ جب سے یہ رسالہ مجھے ملا ہے میری زندگی کے دن رات اور اٹھنا بیٹھنا بدل گیا ہے۔ میں ایک کھاتے پیتے گھر کی لڑکی ہوں۔ میرے والد ایک بہت بڑے کاروباری انسان ہیں۔ میرے پاس زندگی کی سب آسائشیں موجود ہیں لیکن ایک چیز نہیں تھی وہ تھا سکون۔ ہمارا گھرانہ مذہبی ہے اور میری نماز میں خشوع خضوع نہیں تھا۔ پتہ نہیں کیوں ہر وقت دل میں بے چینی رہتی تھی۔ **(باقی صفحہ نمبر 27)**

شاہ سراج الحق وسطیؒ کے وظائف

اگر گھر میں اثرات ہوں، پریشانی رہتی ہو اور گھر میں وحشت معلوم ہوتی ہو۔ گھر میں لڑائی جھگڑا رہتا ہو۔ ڈراؤنے خواب نظر آتے ہوں۔ گھر میں خیر و برکت ختم ہوگئی ہو اور گھر میں کسی کا دل نہ لگتا ہو تو اس کیلئے سورۂ بقرہ کم از کم چالیس روز بلند آواز سے باوضو مقررہ وقت پر پڑھوائیں یا خود پڑھ لیں۔

نامعلوم امراض سے نجات

اگر کوئی شخص بیمار رہتا ہے اور مختلف امراض نے گھیر رکھا ہے اور سر چکراتا ہے علاج پر علاج ہو رہا ہے لیکن فائدہ نہیں ہو رہا ہے تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب اور تیر بہدف ہے۔

ایک بوتل پانی پر باوضو پندرہ سو بار

سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ٥

پڑھ کر دم کر کے رکھ لیں اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف ضرور پڑھ لیں۔ اس کے بعد اس پانی کو اکیس دن تک بلا ناغہ صبح کو نہار منہ رات کو سوتے وقت ایک ایک گھونٹ پانی پی لیا کریں اور اسی پانی کے چند قطرے سیدھے ہاتھ کی ہتھیلی پر لگا کر دونوں ہاتھوں اور چہرے پر مل لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ تمام بیماریوں سے نجات ملے گی اور جلد صحت حاصل ہوگی۔

گھر سے اثرات بد ختم کرنا

اگر گھر میں اثرات ہوں، پریشانی رہتی ہو اور گھر میں وحشت معلوم ہوتی ہو۔ گھر میں لڑائی جھگڑا رہتا ہو۔ ڈراؤنے خواب نظر آتے ہوں۔ گھر میں خیر و برکت ختم ہوگئی ہو اور گھر میں کسی کا دل نہ لگتا ہو تو اس کیلئے سورۂ بقرہ کم از کم چالیس روز بلند آواز سے باوضو مقررہ وقت پر پڑھوائیں یا خود پڑھ لیں۔ عورت بھی پڑھ سکتی ہے لیکن ایام کے دوران ناغہ کر کے پاک ہونے پر غسل کر کے دوبارہ شروع کر دیں اور چالیس دن پورے کر لیں۔ اگر ایسا کرنا مشکل ہو تو چالیس آدمی یا عورتیں جمع ہوں، باوضو ایک ایک مرتبہ پڑھ لیں اور ایک بڑے مٹکے پر دم کر کے رکھ لیں اور روزانہ چار وقت مکان کے ہر کونے میں وہ پانی ہلکا ہلکا چھڑکیں غسل خانہ اور پاخانہ میں نہ چھڑکیں پڑھنے کی حالت میں روزانہ ایک بڑے مٹکے پر دم کر کے وہ پانی مکان کے ہر کونے میں چھڑکیں اور سب اہل خانہ کو چار وقت پلائیں اگر ایسا ممکن نہ ہو تو صبح اور رات سوتے وقت پلا دیں۔

چھڑکنے اور پانی پینے کے چار اوقات یہ ہیں:۔

صبح ناشتہ سے قبل، دوپہر گیارہ بجے، بعد نماز عصر، بعد نماز عشاء۔ اس عمل کی برکت سے گھر میں رونق بحال ہوگی سب گھر والے باہم محبت و اتفاق سے رہیں گے اور گھر میں خیر و برکت ہوگی۔ پریشانیاں دور ہوں گی ہر مقصد میں کامیابی حاصل ہوگی۔

جادو سفلی کی کاٹ کا عمل

اگر کسی پر کوئی شخص سفلی جادو کراتا رہتا ہو جس سے کاروبار تباہ ہوگیا ہو اور صحت برباد ہوگئی ہو اور ہر قسم کے ڈاکٹری اور حکیمی علاج سے فائدہ نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے پانچوں وقت یعنی ہر نماز کے بعد سورۃ الفلق اور سورۃ الناس مکمل تین تین بار پڑھ کر اپنی دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں اور انگلیوں پر دم کر کے دونوں ہاتھ تمام جسم پر پھیر لے۔ بدن کا کوئی حصہ ہاتھ پھیرنے سے نہ رہ جائے تو انشاء اللہ تعالیٰ سحر، جادو، سفلی، جنات سے محفوظ رہے گا اور اگر مبتلا ہو جائے تو ان سورتوں کے عمل کی برکت سے تمام سحر، سفلی، جادو اور جنات سے کامل نجات حاصل ہو جائے گی اور جادو کرانے والے کا عمل ضائع ہو جائے گا۔

خوف سے نجات کیلئے

اگر کسی آدمی کو رات کو انجانا خوف محسوس ہوتا ہو یا اسے ڈراؤنے خواب نظر آتے ہوں تو اس سے نجات حاصل کرنے کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے رات کو ڈر، خوف محسوس نہ ہوگا۔

عمل یہ ہے کہ رات کو سونے سے پہلے تازہ وضو کر لیں اور دائیں کروٹ سوئیں اگر نیند میں کروٹ بدل جائے تو کچھ حرج نہیں۔ اگر ڈراؤنا خواب دیکھنے سے آنکھ کھل جائے تو فوراً بائیں کروٹ کی طرف تھتکار دیں۔ رات کو سونے سے قبل ایک سو مرتبہ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ٥ پڑھ لیا کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے صحیح نیند آئے گی اور ڈر اور خوف ختم ہو جائے گا اسی طرح ڈراؤنے خواب بھی بند ہو جائیں گے۔

ہاتھ پاؤں میں یا جسم میں درد کیلئے

اگر کسی کے ہاتھ پاؤں میں درد رہتا ہے اور کسی دوا علاج سے فائدہ نہیں ہوتا تو اس کیلئے پچاس گرام زیتون کا تیل لے کر اس پر مندرجہ ذیل آیات باوضو گیارہ بار پڑھ کر دم کر کے رکھ لیں اور رات کو سوتے وقت روزانہ اس تیل کو درد کی جگہ ہلکے ہلکے مالش کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے چند دن میں درد ختم ہو جائے گا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

اَفَمَنْ یَّمْشِیْ مُکِبًّا عَلٰی وَجْھِهٖ اَھْدٰی اَمَّنْ یَّمْشِیْ سَوِیًّا عَلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِیْمٍ٥

اِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ کُلُّ اُولٰٓئِکَ کَانَ عَنْهُ مَسْئُوْلًا٥ اور سورۂ اخلاص ساتھ پڑھنی ہے۔

حاسدین کے حسد اور شر سے حفاظت

دنیا میں جو شخص ترقی کرتا ہے۔ آگے بڑھتا ہے اور روز بروز بلندی پر چڑھتا جاتا ہے اس کی ترقی سے بعض لوگ حسد کرنے لگتے ہیں اور اس کوشش میں لگے رہتے ہیں کہ یہ شخص دوبارہ بھوکا ننگا ہو جائے اور پائی پائی کا محتاج ہو کر بیکار ہو جائے ذہنی مریض بن جائے۔ اس کا علاج اور حاسدین کے حسد سے بچنے کا طریقہ یہ ہے کہ نماز، روزہ، حج، زکوٰۃ کی پابندی کرے اللہ کے دیئے ہوئے رزق میں سے صدقہ خیرات کرتا رہے۔ ہر شخص سے ہنس کر ملے اور کسی سے تلخ کلامی نہ کرے اس کے علاوہ یہ عمل بھی کرے انشاء اللہ تعالیٰ حاسدین کے ہر قسم کے شر سے محفوظ رہے گا۔

اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد سورۃ الفلق اور سورۃ الناس مکمل سورۃ ایک سو بار اس کے بعد درود شریف گیارہ بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر پھیر لے۔

عرفان علی' لاہور

سیب سے قریب......معالج سے دور

سیب کھانے سے تمبا کونوشی کرنے والوں کو خصوصی طور پر فائدہ پہنچتا ہے۔تمبا کونوشی سے مثانے کو جو نقصان پہنچتا ہے اور جو سرطان زا اثرات مرتب ہوتے ہیں کوئرسٹین نامی فلیوونائڈ سے ان سے کسی حد تک محفوظ رہنے میں مدد ملتی ہے

آپ ایک چھوٹا سیب بھی کھالیں تو آپ کی صحت پر مثبت اثر پڑے گا۔ برطانیہ کی کیمبرج یونیورسٹی کے سائنس دانوں کی حالیہ تحقیق سے انگریزی کے اس مقولے کو مزید تقویت ملتی ہے کہ روز ایک سیب کھائیں اور معالج کے مطب کے چکر لگانے سے بچے رہیں۔

آیئے یہ دیکھتے ہیں کہ سیب میں ایسی کیا بات ہے جو یہ اس قدر مفید صحت ہے۔

سیب کے چھلکے میں پیکٹین نامی قابل حل ریشہ بہت زیادہ ہوتا ہے جس سے کولیسٹرول کم ہوتا ہے۔ درمیانے سائز کا ایک سیب کھانے سے ہمارے جسم کے ریشے کی ضرورت پندرہ فیصد پوری ہوجاتی ہے۔ پیکٹین سے خون میں شکر کی سطح برقرار رکھنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ معدے میں پہنچ کر جب سیب کا چھلکا نمی جذب کرتا ہے تو یہ لیس دار جیلی کی طرح ہوجاتا ہے اور اس طرح یہ اس رفتار میں کمی کردیتا ہے جس رفتار سے نظام ہضم سیب کی قدرتی شکر جذب کرتا ہے۔ قدرتی شکر جذب کرنے کی رفتار اتنی سست رہتی ہے کہ خون میں شکر کی سطح اپنی جگہ قائم رہتی ہے اور بڑھ نہیں پاتی۔

سیب میں پائے جانے والے نباتی مقویات غذا ہضم کرنے میں ممد ہوتے ہیں۔ نیز پھل کو بالائے بنفشی (الٹراوائلٹ) شعاعوں' کیڑوں اور جراثیم سے محفوظ رکھتے ہیں کیونکہ ان کی وجہ سے سیب کا چھلکا محفوظ ہوجاتا ہے۔

سیب میں چوراسی فیصد تک تو پانی ہوتا ہے لیکن اس میں مختلف النوع اور اہم مقویات بھی ہوتے ہیں مثال کے طور پر اس میں حیاتین ج (وٹامن سی) خوب ہوتا ہے۔ یہ حیاتین ایک ایسی پروٹین پیدا کرنے کے سلسلے میں بہت اہم ہے جو جلد' ہڈیوں' دانتوں اور کری ہڈیوں میں کولاجن بناتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ دوسری غذا سے فولاد جذب کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔ سیب میں خفیف سا حیاتین ھ (وٹامن ای) ہوتا ہے جو جلد کو مضر اثرات سے محفوظ رکھنے میں مدد دیتا ہے۔

سیب میں بورون نامی معدنی نمک کی بھی خفیف مقدار ہوتی ہے جو جسم میں توانائی کی سطح بلند رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ بورون بظاہر کیلشیم کو بھی ضائع ہونے سے بچاتی ہے جس کے باعث بوسیدگی استخواں (آسٹیوپوروسس) کا امکان کم ہوجاتا ہے۔ سیب میں پایا جانے والا پوٹاشیم جسم کے تمام خلیوں' اعصاب اور عضلات کی صحیح کارکردگی کے لیے اہم ہے۔ یہ نمک سوڈیم کے ساتھ مل کر جسم کے نمکیات کا توازن صحیح رکھنے میں مدد دیتا ہے جس کی وجہ سے فشار خون اور حرکت قلب درست رہتی ہے۔

نہ صرف سیب بلکہ ہر پھل کھانے کے بعد خوب کلی کر کے منہ صاف کرلینا چاہیے کیونکہ ان میں پائے جانے والے بعض اجزا دانتوں کیلئے مضر ہوسکتے ہیں۔ عموماً لعاب دہن سے ان مضر اثرات کا توڑ ہوجاتا ہے۔

سیب کے نباتی سرخ رنگ فلیوونائڈز مقویات کے حصول کا اچھا ذریعہ ہیں۔ یہ خون کے مانع تکسید عمل کو بڑھا کر ان کیمیائی مادوں کا توڑ کرتے ہیں جو سرطان زا ہوتے ہیں اور مرض قلب کا بھی سبب بنتے ہیں۔

سیب کھانے سے تمبا کونوشی کرنے والوں کو خصوصی طور پر فائدہ پہنچتا ہے۔ تمبا کونوشی سے مثانے کو جو نقصان پہنچتا ہے اور جو سرطان زا اثرات مرتب ہوتے ہیں کوئرسٹین نامی فلیوونائڈ سے ان سے کسی حد تک محفوظ رہنے میں مدد ملتی ہے کوئرسٹین سے مضر صحت کولیسٹرول (ایل ڈی ایل) بھی کم ہوتا ہے جس کی وجہ سے مرض قلب کے امکان میں کمی ہوجاتی ہے۔ کوئرسٹین جلد کیلئے بھی مفید ہے۔

سیب کے بیج تلخ ہوتے ہیں لیکن ان میں سے کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ ان میں بہت تھوڑا سا ریشہ ضرور ہوتا ہے' لیکن کوئی خاص فائدہ مند چیز نہیں ہوتی۔

کیمبرج یونیورسٹی کے تحقیق کاروں نے یہ بھی کہا ہے کہ اگر پھل اور سبزیوں کے استعمال میں تھوڑا بہت اضافہ بھی کردیا جائے تو صحت کو بہت فائدہ پہنچ سکتا ہے۔ پھل اور سبزیاں زیادہ کھانے سے سرطان سے محفوظ رہنے میں یقینی مدد ملتی ہے۔

اندازہ یہ ہے کہ لوگ جتنے پھل اور سبزی کھاتے ہیں اس میں اگر روزانہ پچاس گرام تک کا اضافہ کردیں تو ان لوگوں میں مجموعی طور پر مختلف امراض سے واقع ہونے والی اموات کی شرح میں پندرہ فیصد کے قریب کمی ہوسکتی ہے۔

ہر حاجت پوری ہونے کا عمل

اگر کسی کا لڑکا لڑکی بہت روتا ہو تو یہ دعا لکھ کر اس کے گلے میں باندھ دیوے انشاء اللہ اس کا رونا بند ہوجائے گا

برائے کشائش رزق وحصول روزگار

اگر کسی شخص کو کسی جگہ ملازمت نہ ملتی ہو اور وہ روزگار کیلئے پریشان ہو تو اسے چاہیے کہ وہ اس آیت کو تین ہزار تین سو تینتیس بار ساتھ درود شریف اول وآخر گیارہ بار چھ روز تک پڑھے۔ انشاء اللہ فوراً ملازمت کا بندوبست ہوجائیگا۔ آیت یہ ہے:۔

اَللّٰـهُ لَطِيْفٌ بِعِبَادِهٖ يَرْزُقُ مَنْ يَّشَآءُ وَهُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيْزُ.

برائے ہر مطلب

اگر کوئی شخص اکتالیس روز تک یَااَللّٰهُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ گیارہ سو بار معہ درود شریف اول وآخر گیارہ گیارہ بار پڑھے تو اس کی ہر حاجت پوری ہوگی۔

بچے کے رونے کیلئے

اگر کسی کا لڑکا لڑکی بہت روتا ہو تو یہ دعا لکھ کر اس کے گلے میں باندھ دیوے انشاء اللہ اس کا رونا بند ہوجائے گا۔

يَاشَيْخُ مَشْخِيًا فَشَلَاصُوْنَ.

برائے چندری

اگر کسی کو چندری ہو خواہ وہ کسی قسم کی ہو تو اول وآخر تین بار درود شریف پڑھ کر یہ اسم چندری پر دم کرے۔ انشاء اللہ آرام آجائے گا۔ بِسْمِ اللّٰـهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ۔ ابر سرخ برآمد باراں سرخ بارید۔ گیارہ سرخ برست۔ بز سرخ بچر ید۔ خدائے بابزرگ است۔ تو بزرگ مشو۔ محمد الرسول اللہ ﷺ از جہاں برفت تو نیز برو۔

برائے پھوڑا پھنسی

اگر کسی کو ایسا پھوڑا نکلا ہوا ہو کہ جسے کسی مرہم سے آرام نہ آئے تو اسم ذیل کو اول وآخر تین بار درود شریف پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ سات روز کرنے سے خود بخود پھوڑے کے زخم خشک ہوجائیں گے۔ اسم یہ ہے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کر کروئی بر برونی خشک شو۔ محمد الرسول اللہ ﷺ از جہاں برفت تو نیز برو۔ (صفحہ 181)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں'' نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع' آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

میں بھی تندرست ہونا چاہتا ہوں ☆ کمزوری بڑھ رہی ہے ☆ ہاتھوں کا مسئلہ ☆ نظر کمزور ہے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

میں بھی تندرست ہونا چاہتا ہوں

میں اپنی ایک بیماری کی وجہ سے اور بھی بیماریوں میں مبتلا ہوتا جا رہا ہوں۔ مجھے زکام کی بہت شکایت ہے اور زکام مجھے کسی بھی وقت ہو جاتا ہے اگر کوئی صفائی کر رہا ہو تو گرد و غبار اڑنے سے مجھے چھینکیں آنا شروع ہو جاتی ہیں۔ صبح سویرے اٹھتا ہوں تو اتنی چھینکیں آتی ہیں کہ ناک کو اکھاڑ کر پھینکنے کو دل کرتا ہے۔ کبھی آدھے گھنٹے میں طبیعت بے حال ہو جاتی ہے کبھی پورا دن زکام کے ساتھ گزارنا پڑتا ہے۔ کافی علاج کرایا لیکن کچھ افاقہ نہیں ہوا ہے۔ دو مرتبہ مجھے ٹائیفائیڈ بھی ہو چکا ہے اور ٹانسلز کی شکایت بھی ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ ٹانسلز کا آپریشن کروانا پڑے گا یا پھر کھٹی میٹھی چیزیں ترک کرنا پڑیں گی۔ اس زکام کی وجہ سے میری نظر بھی کافی حد تک کمزور ہو چکی ہے اور مجھے پانچ پوائنٹ کا چشمہ لگوانا پڑا ہے اس سے میرے جسم کو کافی نقصان پہنچا ہے۔ میں بہت دبلا ہو گیا ہوں لوگ میرا مذاق اڑاتے ہیں۔ خاص طور پر میرے بازو اور ٹانگیں تو نہایت ہی پتلی ہیں اور اب میں ایک عرق استعمال کر رہا ہوں جس سے میری بھوک میں کافی حد تک تیزی آ چکی ہے مگر یہ دوا کافی عرصے سے استعمال کر کے دیکھی مگر جسم ویسا کا ویسا ہی ہے۔ میں بھی اوروں کی طرح سمارٹ اور تندرست و توانا ہونا چاہتا ہوں اور یہ دوائیاں میں اب ہر مہینے بڑی مشکل سے افورڈ کرتا ہوں۔ مہربانی فرما کر آپ ہی کوئی ایسی دوا تجویز فرمائیں جس سے مجھے اپنے جسم کو بھرنے میں مدد مل سکے اور میں بھی خوبصورت نظر آؤں۔ **(علی حیات، پشاور)**

مشورہ: سب سے پہلے زکام کا علاج ضروری ہے۔ اس کیلئے شفائے حیرت اور بنفشی قہوہ استعمال کریں۔ عمدہ بکرے کا گوشت، چرند پرند، خالص دیسی گھی میں پکا کر کھائیں۔ آم کے موسم میں آم خوب کھائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ خون میں چربی ہو تو گھی سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

کمزوری بڑھ رہی ہے

مجھے پیشاب کے ساتھ سپرم آتے ہیں۔ میرے پٹھوں میں درد شروع ہو گیا ہے اور قطرے بھی جاری ہیں۔ میری کمزوری ہر روز بڑھ رہی ہے۔ **(سہیل جمشید، خیر پور)**

مشورہ: سات عدد مازو بلا سوراخ لے کر دو کلو سالم ماش میں پکائیں۔ جب ماش اچھی طرح گل جائیں تو اتار لیں اور مازو کو نکال کر صاف کر کے دھوپ میں خشک کر لیں۔ ماش کو کہیں ایسی جگہ ضائع کر دیں جہاں کوئی جاندار اسے نہ کھا سکے، اب مازو خشک شدہ کو باریک پاؤڈر بنا لیں اور اس میں ہم وزن عمدہ اصلی کشتہ قلعی جو بھنگ میں رکھ کر جلایا گیا ہو ملا دیں اور محفوظ کر لیں۔ اس دوا کو ایک رتی کی مقدار میں ایک چمچی مکھن خالص میں رکھ کر صبح ناشتے سے آدھا گھنٹے پہلے کھا لیا کریں چالیس دن کے بعد پیشاب کا معائنہ دوبارہ کروائیں اور ہمیں مطلع کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جسم موٹا ہو رہا ہے

میری عمر اٹھارہ سال ہے۔ مجھے چار سال سے ماہواری ٹھیک نہیں آ رہی ہے۔ پہلے پہل تین دن پھر ڈیڑھ دن اب بالکل نہیں آتی ہے۔ بلکہ پیلا پانی آتا ہے اس وجہ سے میرا جسم بے حد موٹا ہو گیا ہے اور دن بہ دن بے ڈول ہوتا جا رہا ہے خاص طور پر پیٹ دن بہ دن بڑھتا جا رہا ہے۔ میری عمر اس لیے بہت زیادہ لگتی ہے۔ میں نے ہر طرح کے علاج کیے ہیں مگر کسی سے بھی افاقہ نہیں ہوا ہے تمام رشتے دار میرا مذاق اڑاتے ہیں اور طنز کرتے ہیں۔ پہلے میں بہت گوری اور سمارٹ تھی اب رنگ کالا سیاہ ہو گیا ہے اور چہرہ بہت بے رونق اور تمام منہ پر ماہواری کے بعد چھالے نکل آئے ہیں اور سارا منہ سوج جاتا ہے اور دھپڑ پڑ جاتے ہیں۔ دماغ بھاری رہتا ہے اور ہر وقت سر میں درد رہتا ہے مجھے ہر وقت ذہنی تناؤ اور آنکھوں میں جلن رہتی ہے قبض اور گیس بھی رہتی ہے۔ **(ص۔ کمالیہ)**

مشورہ: سونف ایک چائے کی چمچی، عناب پانچ دانے توڑ کر چھوٹی الائچی کچل کر تین عدد ایک کپ پانی میں بھگو دیں۔ صبح جوش دے کر چھان کر ذرا سی چینی ملا کر پئیں۔ جوارش کمونی چھ گرام غذا کے بعد دوپہر رات کو کھائیں۔ صابن، شیمپو ہر قسم کے کیمیکلز سے پرہیز رکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

کیا میرے منہ پر جادو کیا گیا؟

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا منہ بند ہے، یعنی پورا نہیں کھلتا۔ آدھے سے بھی کم کھلتا ہے سارا دن تھوڑا تھوڑا کھانا کھاتی رہتی ہوں۔ میری اس بیماری کو تقریباً 8 سال ہو گئے ہیں اور علاج کروا کروا کر تھک گئی ہوں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ منہ کی بائیں طرف کی ہڈی بڑھی ہوئی ہے اور آپریشن ہوگا اور پیر کہتے ہیں کہ آپ کے منہ پر جادو کر دیا ہے۔ آپریشن مت کروائیں ورنہ نقصان ہوگا۔ میری عمر تقریباً 14 سال ہے۔ (شبانہ، ملتان)

مشورہ: مرض ہے، جادو نہیں ہے جلدی علاج کی ضرورت ہے ایسا نہ ہو کہ منہ بالکل ہی نہ کھلے آپریشن اس کا درست اور مستقل علاج نہیں ہے۔ باقاعدہ علاج کی ضرورت ہے۔ کسی اچھے طبیب سے روبرو مشورہ کریں۔ دواؤں سے ہی فائدہ ہو جائے گا۔ انشاء اللہ۔

کسی دوا کی ضرورت نہیں

میری عمر اٹھارہ سال ہے اور میں غلط سوسائٹی کی وجہ سے طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہو چکا ہوں۔ رہی سہی کسر اخباری اشتہاروں نے پوری کر دی ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی دوائی تجویز کر دیں قوت بالکل ختم ہو چکی ہے اور پیشاب بار بار آتا ہے جس کی وجہ سے نماز بھی نہیں پڑھ سکتا ہوں۔ کچھ حالات صحیح تھے اشتہاری دوائی استعمال کرنے سے بہت نقصانات کا سامنا کرنا پڑا۔ اب آپ کو آخری امید سمجھ کر خط لکھ رہا ہوں مہربانی فرما کر مجھے کوئی اچھا سا نسخہ تجویز کر دیں۔

مشورہ: فی الحال آپ کو کسی دوا کی ضرورت نہیں ہے یہ صرف ذہنی پریشانی ہے وہم نہ کریں اور متوازن غذائیں کھائیں۔ ایک ہاف فرائی انڈا بھی روزانہ کھائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ عمدہ بکرے کا گوشت اچھی طرح گلا کر دیسی خالص گھی میں بھون کر کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ٹانگوں میں درد

میری دوست جن کی عمر چوبیس سال ہے دو تین سالوں سے سردیاں شروع ہوتے ہی ان کی دونوں ٹانگوں میں درد شروع

ہوجاتا ہے۔ وہ غیر شادی شدہ ہیں' شدید سردیوں میں تو یہ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ وہ چل پھر بھی نہیں سکتیں۔ ان کا تعلق متوسط طبقے سے ہے اور وہ مہنگا علاج نہیں کرسکتیں۔ **(سلمیٰ' اسلام آباد)**

مشورہ: اکسیر البدن اور جوہر شفاء مدینہ لکھی گئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔ دودھ' چاول سے کچھ عرصہ پرہیز کریں۔ سخت سردی میں باہر نکلنے میں احتیاط کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ہاتھوں کا مسئلہ

میری عمر چوبیس سال ہے ہاتھ نہایت کالے' سخت کھردرے اور بے حد جھریوں زدہ ہیں' اپنے ہاتھوں کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ کریمیں اور لوشن استعمال کیے' کچھ عرصے تک عرق گلاب اور گلیسرین استعمال کی۔ فائدے کے بجائے سخت نقصان ہوا۔ ان سے ہاتھ مزید کالے ہوگئے۔ میرا رنگ گندمی ہے' اس لیے میں دوسروں کے سامنے بہت شرمندگی محسوس کرتی ہوں۔ برتن دھونے کیلئے دستانے استعمال کرتی ہوں۔ براہ مہربانی کوئی ایسا علاج بتایئے جس سے میرے ہاتھ عام لڑکیوں کی طرح صاف شفاف اور نرم وملائم ہوجائیں۔ مجھے تو ناممکن لگتا ہے اب کہیں جانا ہو تو ہاتھ دوسروں سے چھپانا پڑتے ہیں۔ **(ثمن' پشاور)**

مشورہ: اصلی خالص گلیسرین میں ہم وزن لیموں کا عرق مقطر ملا کر دن میں دو بار ملا کریں۔ یاد رہے گلیسرین خالص مشکل سے ملتی ہے بعض بددیانت گلیسرین کے بجائے فروکٹوز یا دونوں کو ملا کر دے دیتے ہیں۔

چھائیاں

چھ سات سال پہلے میری ناک پر کالے رنگ کی سیاہی پڑ گئی۔ وقتی طور پر کریم لگانے سے تو آرام آ گیا لیکن دوبارہ پھر ہوگئی۔ بہت دوائیاں کھائیں' کریمیں لگائیں لیکن آرام نہیں آیا۔ اب یہ سیاہی ہونٹوں کے اوپر اور گالوں پر بھی پڑ گئی۔ میں نے وٹامن اور کیلشیم کی بہت گولیاں کھائی ہیں میری غذا بھی بالکل ٹھیک ہے۔ لیکن پھر بھی سیاہی دور نہیں ہوتی اور ماہانہ ایام بھی بہت کم آتے ہیں۔ مہربانی فرما کر کوئی ایسی دوا بتائیں جس سے ماہواری بھی ٹھیک ہوجائے اور سیاہی سے بھی نجات مل جائے۔ بعض لوگ کہتے ہیں کہ ایک دفعہ سیاہی پڑ جائے دوبارہ آرام نہیں آتا۔ کیا یہ بات ٹھیک ہے۔ مجھے ماہانہ ایام ہر مہینے باقاعدگی کے ساتھ آتے ہیں لیکن ایک یا ڈیڑھ دن کیلئے آتے ہیں۔ **(ز۔ شیخوپورہ)**

مشورہ: آپ خوب سبزیاں اور سبزیوں کا سوپ خوب پئیں۔ زیادہ سے زیادہ پھل اور ان کا جوس پئیں۔ آگے تین چار ماہ بعد آم کا موسم آرہا ہے آم خوب کھائیں' اگر آم نہ ملیں تو انگور خوب کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

نظر کمزور ہے

کوئی نسخہ بتادیں جس سے میری نظر ٹھیک ہوجائے میں چاہتی ہوں میری نظر جلدی ٹھیک ہوجائے۔ میری آنکھوں اور سر میں درد رہتا ہے اور میرے سر کے بال بھی گرنا شروع ہوگئے ہیں چاہتی ہوں کہ میری نظر ٹھیک ہوجائے۔

مشورہ: بادام سات دانے' کشمش سندرخانی اکیس دانے ناشتے میں روزانہ کھائیں۔ اکسیر البدن اور روشن دماغ استعمال کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

میرا رنگ سانولا کیوں ہے؟؟؟

میرا رنگ سانولا ہے' گھر اور خاندان کے زیادہ تر لوگ گورے ہیں' ان کے سامنے خود کو شدید احساس کمتری محسوس کرتی ہوں۔ یہ احساس میرے اندر ڈر کو جنم دے رہا ہے اور اس ڈر کی وجہ سے میں اب لوگوں سے میل جول رکھنے سے گریز کرنے لگی ہوں۔ حکیم صاحب میں اپنا رنگ گورا کرنا چاہتی ہوں اس کیلئے کوئی آسان سا گھریلو نسخہ تجویز کردیں۔ **(پوشیدہ......راولپنڈی)**

جواب: جَو کا آٹا کھانے کا ایک چمچ' گلیسرین آدھی چائے کی چمچی' شہد آدھی چائے کی چمچی اور عرق گلاب دو کھانے کے چمچے سب کو آپس میں اچھی طرح مکس کرلیں اور پھر یہ پیسٹ کسی ایک وقت چہرے پر لگائیں۔ آدھے گھنٹے کیلئے لگا رہنے دیں پھر ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔ اس کے بعد اگر جلد خشک ہے تو روغن بادام چہرے پر لگائیں۔ **نوٹ:** چہرے کو چھت یا کیاری میں دھوئیں تاکہ رزق کی بے قدری نہ ہو۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت ورواداری اور امن وسلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عبقری کو قارئین نے کیسا پایا؟ عبقری نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی' سرکاری' پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں' عبقری کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ **(ادارہ)**

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

سکھر	درس	بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار 16,17,18 مارچ
رحیم یار خان	کلینک	بروز اتوار 4 مارچ
گجرات	درس	بروز ہفتہ 31 مارچ
ملتان	کلینک	بروز اتوار 6 مئی
پشاور	کلینک	بروز اتوار 20 مئی
راولپنڈی	کلینک	بروز اتوار 3 جون
گوجرانوالہ	کلینک	بروز اتوار 17 جون
بوریوالہ	کلینک	بروز اتوار یکم جولائی
منڈی بہاؤالدین	کلینک	بروز اتوار 15 جولائی
میانوالی	کلینک	بروز اتوار 19 اگست

ضروری نوٹ

حکیم صاحب حسب سابق ہر شہر میں ہر مریض کو انفرادی وقت دینگے اور مستقل کلینک کریں گے۔ ہر شخص کی چاہت ہوتی ہے کہ حکیم صاحب اس سے ذاتی ملاقات کریں لہٰذا روحانی وجسمانی لیکچرز کی ترتیب کو ختم کرکے سابقہ کلینک کی ترتیب بحال کی جاتی ہے۔ فیصل آباد' اٹک اور بہاولپور میں لیکچرز ہوئے لہٰذا ان شہروں کو انفرادی ملاقات کیلئے پھر سے کلینک کا جلد وقت دیا جائیگا۔ **سابقہ تکلیف کی معذرت!**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بندرس ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

گھر کی سجاوٹ کا انوکھا انداز

نورفاطمہ، لاہور

آپ یقین جانیے! اس وقت پوری دنیا آپ کے اس دیسی سٹائل سے مسحور ہوکر رہ گئی ہے بلکہ یہ سٹائل پوری دنیا میں فیشن اور اعلیٰ ذوق کا حامل سمجھا جاتا ہے۔ انٹیریئر ڈیزائنرز نے ہمیشہ دیسی جنوب ایشیائی پاک و ہند سٹائل کو ترجیح دی ہے

آج آپ جس گھر میں داخل ہوں‘ مغربی طرز آرائش آپ کو حیران کردیتی ہے اور یہ احساس ہونے لگتا ہے کہ مغرب ہم پر کتنا اثر انداز ہوچکا ہے۔

ہمارا پورا زندگی کا انداز مغربی ہے۔ ہمارا لباس ہمارے دفاتر ہمارے گھر‘ زبان اور کھانا پینا سب کچھ مغربی ہو چکا ہے۔ اب اتنا زیادہ مغربی ہوجانا بھی ٹھیک نہیں۔ آپ گھر کے معاملے میں یہ توازن گھر کی اندرونی سجاوٹ اور آرائش کے ذریعے کرسکتے ہیں۔ یعنی اپنے گھر کو دیسی یا ثقافتی شکل دے سکتے ہیں۔

اب سوال یہ ہے کہ ہم ایسا کیوں کریں؟ تو آپ کو ہم وہ وجوہات بتاتے ہیں جو آپ کو اس بات پر قائم کردیں گی۔

بنیادی اور خوشگوار تبدیلی: ہوسکتا ہے کہ مغربی طرز آرائش دیکھ دیکھ کر آپ بیزار ہوچکے ہوں‘ جیسے کہ آپ کا گھر‘ دفتر‘ ہوٹل شاپنگ مالز سب کے سب مغربی اسٹائل کے ہیں۔ آپ جس طرف نگاہ اٹھائیں آپ کو فائبر گلاس اور سٹیل کی کارفرمائیاں ملیں گی۔ یہ ماحول آپ کے دفتر کا ہے۔ آپ لنچ کیلئے اپنے دوستوں کے ساتھ ہوٹل گئے ہیں وہاں بھی آپ کو یہی سب کچھ دیکھنے کو ملتا ہے۔ پھر شام کو جب گھر واپس آتے ہیں تو گھر کی بھی یہی صورتحال ہے لہٰذا اس یکسانیت کو ختم کرنے کیلئے تبدیلی ضروری ہے اور یہ تبدیلی آپ دیسی طریقے سے لاسکتے ہیں۔ آپ اپنے گھر کو دیسی انداز سے سجا کر دیکھیں آپ کو بے پناہ خوشگواریت اور اطمینان کا احساس ہوگا۔

اپنی چیز پھر اپنی ہوتی ہے۔ یہ آپ کو گرم جوشی کا احساس دلاتی ہے یہ آپ کے احساسات کو مہمیز کرتی ہے اور آپ کے جمالیاتی ذوق کی بھی آئینہ دار ہوتی ہے۔

روایت اور اسٹائل کا امتزاج: آپ یقین جانیے! اس وقت پوری دنیا آپ کے اس دیسی سٹائل سے مسحور ہوکر رہ گئی ہے بلکہ یہ سٹائل پوری دنیا میں فیشن اور اعلیٰ ذوق کا حامل سمجھا جاتا ہے۔ انٹیریئر ڈیزائنرز نے ہمیشہ دیسی جنوب ایشیائی پاک و ہند سٹائل کو ترجیح دی ہے۔ وہ اس انداز سے ہمیشہ متاثر رہے ہیں اور اپنے غیرملکی صارفین کے لیے وہ رات دن اس میں نئی نئی جدتیں تلاش اور پیدا کرنے کی کوشش کرتے رہتے ہیں۔

یہ آرائش خوبصورتی اور سادگی کا دلکش امتزاج ہے۔ یہ طرز آرائش ایک معنی میں تحریک دلانے والی آرائش ہے۔ اگر آپ نے اپنے گھر کو خالصتاً دیسی انداز میں سجا لیا تو یقین کریں کہ آپ کی دیکھا دیکھی نہ جانے کتنے لوگ اپنے اپنے گھر کو آپ ہی کے انداز میں سجالیں گے اور آپ ایک جدت طراز خاتون کہلائیں گی۔

منفرد اور شاندار: یہ کہنا بے جا نہیں ہوگا کہ روایتی دیسی (ہندوستانی اور پاکستانی) ہنرمندوں کی کاریگری اتنی منفرد اور شاندار ہے کہ کہیں اور اس کی نقل بھی نہیں کی جاسکتی ہے۔ حالانکہ پوری دنیا اس آرٹ کے پیچھے ہے اور سب اپنے اپنے طور پر اس کی نقالی کرنے کی کوشش کررہے ہیں‘ مگر وہ بات کہاں جو انڈین و پاکستانی کاریگری کے بے مثال نمونوں میں پوشیدہ ہے۔ اب چاہے یہ کچھ بھی ہو۔

ملتان‘ بہاولپور‘ خانیوال‘ سکھر‘ خیرپور‘ پشاور‘ کوئٹہ‘ کشمیر‘ اڑیسہ اور گجرات کے دستکاروں کا کوئی بھی کام مختلف دھاتوں اور میٹریلز کو ایک دوسرے سے ملانے اور جوڑنے کا ہنر‘ شیشے‘ موتیوں اور دھاتوں کی کاریگری‘ کانتھا ایمبرائڈری‘ قالین‘ میزیں‘ دیواریں‘ آئینے اور سجاوٹ کی چھوٹی موٹی بے شمار اشیاء غرض کچھ بھی ہو یہ سب اپنے ہنرمندوں کی انفرادیت کا مکمل اور واضح ثبوت ہیں اور چیخ چیخ کر کہہ رہی ہیں کہ ہم سا ہو تو سامنے آئے......

وہی حال قبائلی علاقوں کی ہنرمندی اور کاریگری کا ہے۔ پوری دنیا میں ان کا بھی کوئی ثانی نہیں ہے۔ آپ کو اگر بازار سے روایتی قبائلی جیولری مل جائے تو آپ اسے گھر لے جانے میں فخر محسوس کریں گی کیونکہ ان سب چیزوں میں خوبصورتی اور دلکشی کے ساتھ ساتھ انفرادیت بھی ہے اور یہ سستی بھی ہیں۔

قبائلی علاقوں کے بنائے ہوئے زبردست کمان اور تیر‘ ترکش وغیرہ آپ کے گھر کی سجاوٹ میں غیرمعمولی کردار ادا کریں گے اور کوئی ان کی نقل بھی آسانی سے نہیں کرسکے گا۔

کئی نسلوں سے دستکاری کا فن ہماری طرز زندگی اور آرکیٹیکچر کا حصہ رہا ہے۔ لکڑی‘ پتھر اور دھات پر نقاشی‘ کندہ کاری اور دھاتی پینٹنگ شیٹ ورک اور روایتی کارپینٹری ہمارے معاشرے کا ایک لازمی جزو رہا ہے۔ قدیم زمانے میں گھروں کے ستونوں کو جو لکڑی یا پتھر کے ہوتے تھے ان پر نقش و نگار کندہ کیے جاتے تھے اور کارپینٹر ہفتوں اس پر اپنے فن کے جوہر دکھانے میں مصروف رہتے تھے۔ اس کام کے کاریگروں کی اس زمانے میں بھی قدر تھی۔ آج بھی قدر ہے۔ آج کل مٹی کے ظروف جن پر منقش کام ہوتا ہے اور جو مختلف سائز اور شیپ بھی دستیاب ہوتے ہیں کئی گھروں کے ڈرائنگ رومز کی زینت بنے ہوئے ہیں اور ان کی سج دھج ایک اپنا الگ مقام رکھتی ہے۔ اس کے علاوہ تانبے اور پیتل کے ظروف بھی گھروں میں سجاوٹ کے طور پر استعمال میں لائے جاتے ہیں۔

قابل خرید بھی اور باآسانی دستیاب بھی: اگر آپ کو راجھستانی انداز میں بنائی ہوئی سجاوٹ کی اشیاء درکار ہیں۔ جیسے رنگ برنگے زیورات‘ پردے اور اسی قسم کی دوسری چیزیں تو ان کے لیے آپ کو راجھستان جانے کی ضرورت نہیں یا پھر ناگالینڈ میں بنے ہوئے بانسوں کے گلدان‘ دیواروں کی آرائش‘ شوپیس اور رنگ برنگی ناگا شالیں یا پھر اُڑیسہ میں بنائے ہوئے سیپیوں کے فانوس یہ سب آپ کو مقامی ہینڈی کرافٹس مارکیٹ میں باآسانی مل جاتی ہیں اور آپ کی جیبوں پر ان کا زیادہ بوجھ بھی نہیں پڑتا۔

دیسی لکڑی کا فرش پائیدار بھی ہوتا ہے اور آسانی سے صاف بھی ہوجاتا ہے۔ فرش کی سجاوٹ کیلئے دیسی اسٹائل کی بہت سی چیزیں مارکیٹ میں دستیاب ہیں اور ان کی قیمت بھی زیادہ نہیں ہوتی۔ آپ کے پاس بے شمار آپشنز ہوتے ہیں جیسے جوٹ سے بنی ہوئی چٹائیاں‘ غالیچے‘ دریاں وغیرہ۔ یہ چیزیں فنکار اپنے ہاتھوں سے بناتے ہیں اور بہت ہی مناسب قیمتوں پر نمائش یا ہینڈی کرافٹس مارکیٹ وغیرہ میں دستیاب ہوتی ہیں۔ بے شمار چیزوں کی طرح یہ سب بھی مختلف رنگوں میں دستیاب ہیں۔ ان میں گرد جمع نہیں ہوتی۔ اگر ہو بھی جائے تو آپ انہیں باآسانی صاف کرسکتے ہیں۔ ان نادر نمونوں کو آپ سجاوٹ کے طور پر دیواروں کے ساتھ بھی لٹکا سکتی ہیں یا ان سے چھتوں کی آرائش کا کام بھی لیا جاسکتا ہے۔

سردرد کا عجب روحانی علاج

روم کے بادشاہ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کی خدمت میں خط لکھا کہ میرے سر میں ہمیشہ درد رہتا ہے‘ کوئی دوا بھیجیں۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے اس کیلئے ایک ٹوپی بھیجی کہ اسے پہن لے۔ چنانچہ بادشاہ جب وہ ٹوپی پہنتا تو سر کا درد اچھا ہوجاتا اور جب ٹوپی اتارتا تو پھر درد شروع ہوجاتا اسے اس پر بڑا تعجب ہوا جب ٹوپی میں غور سے دیکھا تو اس میں بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم لکھا ہوا تھا۔ **(بابر علی سکھیرا، ملتان)**

تہجد سے جو چاہے لے لو (شرطیہ)

محمد شریف، آرام باغ کراچی

میرا دل بھر آیا اور میں پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا کہ (اے میرے رب میں کہاں جاؤں تیرے علاوہ کوئی اور سنتا بھی نہیں، میں روزگار سے بے انتہا پریشان ہوں اے میرے رب اپنے رسول کریم ﷺ کے طفیل میرے کام کو بنادے اور مجھے جلد سے جلد باہر ملک جہاز پر نوکری لگوادے)

میں نے عبقری رسالے کے مضمون ''دکھی خط'' میں پڑھا ہے کہ کوئی بہن یا بھائی یا کوئی شخص بہت ہی سخت مشکل میں گرفتار ہے اس کی پوری داستان لکھی جاتی ہے۔ آخر میں یہ بھی لکھا جاتا ہے کہ کوئی صاحب اس کے حل کے بارے میں بتائے۔ تو آج میں آپ کو ان تمام بھائی بہنوں کی مشکلات کا حل بتاتا ہوں اس پر عمل کرکے دیکھیں پھر دیکھئے کہ کس طرح رحمت خداوندی جوش میں آتی ہے، مشکلات کے بادل چھٹتے ہیں مگر اس عمل کی مداوت نہایت ضروری ہے، کیونکہ اگر اللہ تبارک وتعالیٰ نے آپ کی مشکل اگر 6 سال کی لکھی ہے تو جب آپ اس عمل کو کریں گے تو رحمت خداوندی جوش میں آتی ہے کبھی فوراً مشکل حل ہوجاتی ہے کبھی کسی مصلحت کے تحت دیر ہوتی تو دیر کی وجہ سے تنگ آکر یا جھنجھلا کر عمل کو بند نہ کریں کیونکہ شیطان بہت کوشش کرتا ہے آپ کو طرح طرح سے بہکائے گا کہ اتنا عرصہ ہوگیا مشکل حل نہیں ہوتی مگر آپ شیطان کی بات بالکل نہ مانیں بلکہ اور زیادہ عمل میں لگ جائیں انشاء اللہ دکھ وتکلیف کے بادل چھٹ جائیں گے بعد میں دفع ہوجائیں گی۔ پانچ وقت کی نماز کے ساتھ۔

وہ عمل ہے (تہجد کی نماز)

میں ایک صاحب کی سچی کہانی انہی کی زبانی آپ کو بتاتا ہوں۔ میں ایک عرصے سے بیروزگار تھا۔ نوکری اور روزگار کیلئے جگہ جگہ دھکے کھاتا رہا مگر ہر طرف سے جواب نہ میں آتا۔ کبھی کبھی میں خودکشی کے بارے میں سوچنے لگتا۔ میری والدہ نے میرے انتہائی منع کرنے کے باوجود میری شادی کردی، میری والدہ کا کہنا تھا کہ تمہاری شادی کے بعد تمہاری روزگار کی پریشانی ختم ہوجائیگی اور آنیوالی دلہن اپنی تقدیر اور اپنا رزق ساتھ لائیگی۔ ایک مخلص دوست نے مشورہ دیا کہ آپ کسی شپنگ ایجنٹ کے ذریعے باہر چلے جاؤ اور جہاز پر تنخواہ بھی اچھی ہوتی ہے اور ملک ملک کی سیر مفت میں ملے گی۔ میں اپنی بیوی کا زیور بیچ کر ایک شپنگ ایجنٹ کو بیس ہزار کی رقم دیدی یہ تقریباً 1980 کا سال تھا اس وقت میں حیدرآباد میں رہتا تھا شپنگ ایجنٹ کا دفتر کراچی میں واقع تھا جس کی وجہ سے مجھے بار بار کراچی جانا پڑتا چونکہ میرے سسرال کراچی میں تھے اور مجبوراً وہاں رہنا پڑتا تھا مجھے وہاں رہتے بڑی شرم آتی تھی۔ دوسری مصیبت یہ تھی کہ میرے سسر کو مجھ سے خدا واسطے کا بیر تھا وہ شکل بھی دیکھنا پسند نہیں کرتے تھے۔ ان کے خیال میں ان کی بیٹی کو میں بھوکا مار رہا ہوں۔ میں اپنے سسر سے چھپ کر مجبوراً سسرال میں رہتا تھا۔ میں جب بھی ایجنٹ کے پاس جاتا تو وہ دوسرے دن آنے کو کہتا لیکن وہ وعدہ ہی کیا جو وفا ہوجائے۔ ایک دفعہ رمضان کا مہینہ تھا میں سسرال میں ٹھہرا ہوا تھا۔ ایجنٹ وعدہ پر وعدہ کررہا تھا آفس کے باہر لوگوں کا بے پناہ ہجوم ہوتا تھا، لمبی لمبی قطاریں لگی ہوئی تھی لوگ بڑے بڑے لوگوں کی سفارشیں لے کر آتے تھے روزانہ لوگوں کی فلائٹ ہوتی تھی مگر میں کس کی سفارش لاتا؟ ایجنٹ کی بڑی منتیں کرتا مگر وہ منہ نہیں لگاتا تھا زیادہ ضد کرتا تو کہتا کہ تم سے پہلے کئی لوگ موجود ہیں ان کے بعد تمہارا نمبر آئیگا۔ ایک دن میں ذہنی طور پر بہت زیادہ پریشان تھا میں نے رات کو اپنی بیوی کو اٹھا کر اس سے جائے نماز اور قرآن لے کر مکان کی چھت پر چڑھ گیا رات کو چھت پر ہو کا عالم تھا، اندھیرے میں ٹٹولتا ہوا آگے بڑھا اور ایک جگہ جائے نماز بچھا کر بیٹھ گیا۔

تہجد کی نماز پڑھی پھر 2 رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھی اور قرآن سر پر رکھ کر اپنے رب سے دعا مانگنے لگا۔ میرا دل بھر آیا اور میں پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا کہ (اے میرے رب میں کہاں جاؤں تیرے علاوہ کوئی اور سنتا بھی نہیں، میں روزگار سے بے انتہا پریشان ہوں اے میرے رب اپنے رسول کریم ﷺ کے طفیل میرے کام کو بنادے اور مجھے جلد سے جلد باہر ملک جہاز پر نوکری لگوادے) بس رو رو کر میری ہچکی بندھ گئی پھر میں سجدے میں گر گیا اور کافی دیر تک دعائیں مانگتا رہا۔ رمضان کا مہینہ تھا اور عید میں تقریباً پندرہ دن باقی تھے میں روزانہ رات کو چھت پر چڑھ جاتا تہجد پڑھتا اور اپنے رب سے دعا مانگتا رہتا۔ میں بے انتہا روتا اور گڑگڑاتا رہتا۔ ابھی عید کے آنے میں تقریباً چھ دن رہ گئے تھے میں نے اپنے رب سے دعا کی کہ اے میرے رب مجھے عید سے پہلے پاکستان سے باہر نکال دے مجھے نوکری عطا کردے۔ میں بہت دلبرداشتہ ہورہا تھا۔ اتنی دعائیں اور تہجد پڑھنے کے باوجود دعا کی قبولیت کے کوئی آثار نظر نہیں آرہے تھے۔ ہر دفعہ شپنگ ایجنٹ ٹکا سا جواب دیدیتا ایک دن اتوار کو میں نے اپنے ایک دوست سے ایجنٹ کے دفتر چلنے کو کہا تو میرا دوست حیرت سے بولا کہ بھائی آج اتوار ہے (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

قانون قدرت کی خلاف ورزی

مولانا وحیدالدین خاں

مگر اب ایک کمزوری نہایت آہستگی سے ان کے اندر داخل ہوگئی وہ خرچ کے بارے میں لاپرواہ ہوگئے

1944ء میں جون پور (یوپی) کے دو آدمیوں نے مل کر کاروبار شروع کیا۔ ابتدائی سرمایہ ان لوگوں کے پاس چندسو سے زیادہ نہیں تھا۔ مگر ان کے مشترکہ کاروبار میں خدا نے برکت دی اور چھ سال میں ان کے کاروبار کی حیثیت 30 ہزار تک پہنچ گئی۔ اب دونوں میں اختلاف شروع ہوگیا اور نتیجہ علیحدگی تک پہنچا ایک ثالث کے مشورہ سے طے ہوا کہ کاروبار تقسیم نہ کیا جائے بلکہ اس کی مالیت کا اندازہ کرکے بٹوارہ ہو کہ ایک شخص نصف کے بقدر رقم لے لے اور دوسرے کو اثاثہ سونپ دیا جائے۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا اور ایک شخص کو مال و اسباب اور دوسرے کو نقد پندرہ ہزار روپے دے دیئے گئے۔

1949 میں پندرہ ہزار روپے آج کی قیمت کے لحاظ سے کئی لاکھ روپے کے برابر تھے جس شخص نے نقد رقم لی تھی۔ اس نے جون پور کے ایک بازار میں کپڑے کی دکان کھول لی۔ اپنے کاروبار کے شروع میں ہی ان کے سامنے ترقی اور کامیابی کا ایک نہایت وسیع دروازہ تھا۔

مگر اب ایک کمزوری نہایت آہستگی سے ان کے اندر داخل ہوگئی وہ خرچ کے بارے میں لاپرواہ ہوگئے۔ اپنی ذات پر بیوی بچوں اور دوستوں پر ان کا خرچ بے حساب بڑھ گیا۔ وہ بھول گئے کہ دن بھر کی بکری سے ایک ہزار روپے جوان کے گلہ میں آئے ہیں ان میں سے صرف دس فیصد ان کا ہے۔ باقی نوے فیصد مہاجن کا ہے۔ وہ اپنے گلہ کی رقم اس طرح خرچ کرنے لگے گویا یہ سارا روپیہ ان کی آمدنی ہے ٹھیک ویسے ہی جیسے وکیل کی جیب میں فیس کی جو رقم آتی ہے وہ سب اس کی آمدنی ہوتی ہے۔

دکانداری کے ساتھ اس رقم کی شاہ خرچی نہیں چل سکی نتیجہ یہ ہوا کہ وہ دیوالیہ ہوگئے اور ایک روپیہ بھی ان کے پاس نہیں رہا۔ اس واقعہ کے بعد وہ تقریباً پندرہ سال تک زندہ رہے مگر دوبارہ کوئی کام نہ کرسکے کسی نے مشورہ دیا کہ تم ایک ''چلہ'' دیدو تو تمہارا کام بن جائیگا۔ انہوں نے یہ بھی کیا مگر قانون قدرت کی خلاف ورزی کی تلافی چلہ کے ذریعے نہیں ہوسکتی۔ چنانچہ ان کی حالت بگڑتی رہی یہاں تک کہ پریشانی کے عالم میں وہ 1971ء میں ایک جیپ سے ٹکرا گئے اور سڑک پر ہی ان کا انتقال ہوگیا۔

اولاد نرینہ کی خواہش اور جدید طب

محمد اعظم، خیل آباد کوئٹہ

بعض قدیم اطباء نے بھی اس نظریہ کی تائید کرتے ہوئے فرمایا ہے کہ دائیں طرف اولاد نرینہ کیلئے مخصوص ہے' اسی وجہ سے کہ وہ زیادہ گرم رہتی ہے لہٰذا جو عورتیں ہمیشہ اپنی داہنی کروٹ لیٹا کریں خصوصاً ملاپ کے بعد تو ان کے عموماً اولاد نرینہ ہوگی۔

ماہرین جنسیات کے تجربات اس بات کے گواہ ہیں کہ جس عورت کے ہاں اولاد نہ ہوتی ہو اسے بانجھ کا مرض تصور کر کے مناسب علاج معالجہ سے بانجھ عورت صاحب اولاد ہوجاتی ہیں۔ اسی طرح بعض عورتوں کے ہاں ہمیشہ لڑکیاں ہی پیدا ہوتی ہیں اور وہ لڑکا پیدا کرنے کے لیے بے قرار رہتی ہیں اولاد کا نہ ہونا یا لڑکیاں پیدا ہونا یہ سب عوارضات مرض میں داخل ہیں جس کا مناسب علاج کرنے سے بانجھ عورت صاحب اولاد اور لڑکی پیدا کرنے والی لڑکا پیدا کرسکتی ہے اور ایسی کوشش کسی بھی حالت میں خالق مطلق کے اختیارات کلیہ میں دخل اندازی کے مترادف نہیں بلکہ مرض کا درست علاج ہے۔

طب جدید کے ماہرین جنسیات ڈاکٹروں کو بار بار کے تجربات سے معلوم ہوا ہے کہ عورت کے دونوں خصیۃ الرحم (اووریز) سے ہر ماہ ایک ایک بیضہ انثی خارج ہوتا ہے۔ دائیں طرف کے خصیۃ الرحم سے جو بیضہ انثی خارج ہوتا ہے وہ بارآور ہونے سے حمل نرینہ ہوگا اور بائیں طرف کے خصیۃ الرحم سے جو بیضہ انثی برآمد ہوتا ہے وہ باوآور ہونے سے حمل مادینہ ہوتا ہے اور ہر ماہ یہ خصیۃ الرحم باری باری' بیضہ انثی خارج کرتے ہیں مگر جب تک کوئی بچہ پیدا نہ ہو یہ معلوم کرنا مشکل ہے کہ اسی ماہ کے حصینہ الرحم کی باری ہے' ہاں ایک بچہ پیدا ہونے کی حالت میں استقرار حمل کا مہینہ معلوم کیا جاسکتا ہے اور اسی حساب سے نر اور مادہ بچے پیدا کرنیوالے مہینوں کا حساب آسانی سے لگایا جاسکتا ہے' لہٰذا جو لوگ لڑکا پیدا کرنے کے خواہشمند ہوں وہ اسی ماہ...... ملاپ کریں جس ماہ دائیں خصیۃ الرحم سے بیضہ انثی نکلنے کی باری ہے مزید شناخت کیلئے یہ طریقہ ہے کہ اکثر عورتوں کو حیض آتے وقت ہر ماہ باری باری ایک طرف تکلیف ہوتی ہے جس طرف جس ماہ تکلیف ہو تو سمجھ لیں کہ اسی ماہ کے خصینہ الرحم سے بیضہ انثی برآمد ہوا ہے بلکہ اسی طرف کے پستان میں معمولی سا درد معلوم ہوتا ہے اسی نظریہ کی تائید میں ایک ماہر جنسیات لکھتے ہیں کہ عورت کے بائیں خصیۃ الرحم کو اگر آپریشن کے ذریعہ نکال دیا جائے تو ہمیشہ لڑکا ہی پیدا ہوگا کیونکہ اگر خصیۃ الرحم کو پورے طور سے نکال بھی دیا جائے لیکن اگر اس کا ذرا سا حصہ بھی رہ جائے تو وہ پھر نشوونما پاکر اپنا کام کرنے لگے گا۔

بعض قدیم اطباء نے بھی اس نظریہ کی تائید کرتے ہوئے فرمایا ہے کہ دائیں طرف اولاد نرینہ کیلئے مخصوص ہے' اسی وجہ سے کہ وہ زیادہ گرم رہتی ہے لہٰذا جو عورتیں ہمیشہ اپنی داہنی کروٹ لیٹا کریں خصوصاً ملاپ کے بعد تو ان کے عموماً اولاد نرینہ ہوگی۔

ایک ماہر جنسیات لیڈی ڈاکٹر اپنے وسیع تجربات کی بنا پر لکھتی ہیں کہ جس عورت کو حیض اپنے مقرر وقت پر یعنی 28 دن سے پہلے شروع ہوجاتا ہے خون بکثرت آتا ہے ان کے ہاں عموماً لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں اور جن عورتوں کو 28 دن کے بعد اور کم تعداد میں آتا ہے ان کے ہاں لڑکے پیدا ہوتے ہیں نیز ایام ماہواری کے ابتدائی حصہ یعنی تیسرے اور چھٹے دن کے اندر بہت کم حالتوں میں لڑکے پیدا ہوتے ہیں۔

مذکورہ لیڈی ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ نوعمر عورتیں جو حمل گرانے کی مجرمانہ حرکت کرتی ہیں یا اسقاط حمل جو خواہ کسی حادثہ کا نتیجہ ہوتا ہے اسی سے عورت کے خصیۃ الرحم اور ماؤف پر خون بہنے سے ایک قسم کا سکتہ پیدا ہوتا ہے جس سے اس کے بعد بند ہوجاتی ہے اور اسی کی حالت اور مصروفیت دوسرے خصیۃ الرحم یعنی بائیں طرف تبدیل ہوجاتی ہے اور اگر رحم کا بایاں گوشہ زیادہ مستعدی یعنی (آمادہ) اور چستی وتحریک پیدا کرکے مادہ تولید پیدا کرتا ہے' جس کے نتیجہ کے طور پر ایسی عورتیں مستقبل میں اولاد نرینہ سے محروم ہوجاتی ہیں اور ایسی عورتوں کی عام طور پر لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں جو تمام نظریات کا قابل تسلیم نچوڑ ہے۔

حاملان طب قدیم کے اسی نظریہ سے ہم بھی اتفاق کرتے ہیں کہ رحم میں جب نطفہ قرار پاتا ہے تو قوت مصورہ (یعنی وہ قوت جو صورت بناتی ہے) کے فعل سے ایک قسم کی جھاگ سی پیدا ہوتی ہے پھر اسی کے درمیان دو نقطے پیدا ہوتے ہیں ایک ان میں سے دل کا اور دوسرا جگر کا حصہ بنتا ہے اسی طرح نطفہ میں تبدیلیاں ہوتے ہوتے آخر اعضاء میں خدوخال معلوم ہوتے ہیں' پھر ان میں تیزی معلوم ہوتی ہے اس کے بعد جب تکمیل خلق ہوجاتی ہے تو جنینین کو نر یا مادہ کہا جاسکتا ہے۔ **نوٹ:** رحم میں موجود بچہ کو جنینین کہا جاتا ہے۔

اور قدرت کا یہ فیصلہ عموماً چوتھے ماہ میں شروع ہوجاتا ہے' یہ تکمیل اگر جنینین نر ہے تو اوسط 35 دن میں' اگر مادہ ہے تو 45 دن کے قریب ختم ہوجاتی ہے جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ تکمیل تکوین اناث بہ نسبت ذکور دیر میں ہوتی ہے کیونکہ قوت مصورہ یا افعال کی بنا حرارت غریزی سے ہوتی ہے اس لیے رحم میں جنینین کی تبدیلیوں اور بڑھوتری کا سبب حرارت اور رطوبت غریزی پر ہوتا ہے اسی سے ثابت ہوتا ہے کہ اگر حرارت رطوبت غالب ہوگی یعنی حرارت غریزی اگر رحم میں زیادہ ہو تو تکوین جلد ہوگی یعنی جنینین نر بنے گا اور کم ہونے کی حالت میں اس کی تکمیل بدیر ہوگی یعنی جنینین مادہ ہوگا۔

اسی آخری اور حتمی نظریہ کے بعد یہ بات صاف ہوجاتی ہے کہ حمل کے چوتھے ماہ جنینین کے نر و مادہ ہونے کا فیصلہ ہوجاتا ہے اور جس عورت کے ہاں ہمیشہ لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں گویا اس کے رحم میں حرارت و رطوبت غریزی کی ہمیشہ کمی رہتی ہے جس کی وجہ سے اس کے ہاں حمل مادہ ہی ہوتا ہے اب اگر حمل قرار پاتے ہی یعنی حمل کے پہلے' دوسرے یا تیسرے ماہ بچہ دانی میں اس کمی کو پورا کردیا جائے تو یہ حمل نرینہ ہوسکتا ہے اور اسی مقصد کیلئے مندرجہ ذیل مجرب نہایت مفید علاج پیش کیا جاتا ہے جس کے باقاعدہ استعمال سے یقیناً لڑکا پیدا ہوگا چاہے اس سے پہلے کتنی ہی لڑکیاں کیوں نہ پیدا ہوچکی ہوں اس کے علاوہ اس معجون کا خاص فائدہ یہ ہے کہ اس کے استعمال سے حاملہ اکثر امراض سے محفوظ رہتی ہے۔ حمل کی حفاظت ہوتی ہے' بچہ پیدا ہونے کے بعد بچہ جملہ امراض سے محفوظ رہتا ہے۔ طاقتور اور خوبصورت ہوتا ہے دانت آسانی سے نکالتا ہے اور بڑا ہوکر نہایت ہونہار ہوتا ہے نیز اسقاط حمل کی ماری عورتوں کیلئے آزمودہ نسخہ ہے اور اکثر امراض دماغی اور اعصابی سے محفوظ رہتا ہے وہ مجرب نسخہ یہ ہے:۔

مروارید ناسفتہ 9 ماشہ' عنبر اشہب 2 ماشہ' ورق چاندی' ورق سونا بیس بیس عدد' کہربا شمعی' کشتہ بیخ مرجان' صندل سفید' صندل سرخ' مازو سبز' طباشیر' دورنج عقربی' عود صلیب' ابریشم خام (بریان)' بیخ انجبار' گل ارمنی ہر ایک نو ماشہ' مغز پیٹھا' تخم خرفہ ہر ایک ڈیڑھ تولہ' شربت انگور 28 تولہ' شہد 18 تولہ' چینی 11 تولہ۔

پہلی دوا دو یہ کو روح کیوڑہ میں کھرل کرکے اور دوسری ادویات کو الگ الگ کوٹ چھان کر شربت و شہد اور چینی میں ملا کر معجون بنا کر آخر میں ورق ملالیں شروع حمل سے دو تین ماشہ یہ معجون ہمراہ دودھ یا عرق گلاب یا آب تازہ سے لگاتار تین ماہ استعمال کرائیں اور انتظار کریں انشاءاللہ ضرور بیٹا پیدا ہوگا۔

حیا کی قدر اسلام اور سائنس میں

پھول جیسے معصوم نرم ونازک بچے گھر کی رونق ہیں۔انھی کے دم سے گھر میں خوشیاں رقص کرتی ہیں۔ان کی معصوم باتوں پر پیار آتا ہے' ان کی کھلکھلاتی ہنسی سے دل خوش ہوجاتا ہے۔ بچے نہ ہوں تو گھر بھراپرا ہونے کے باوجود ویران نظر آتا ہے

جناب ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ سے پوچھا گیا کہ کیا آپ غیرت کرتے ہیں؟ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:''اللہ کی قسم بے شک میں غیرت مند ہوں اور اللہ تعالیٰ مجھ سے بھی زیادہ غیور ہے اور اللہ کی غیرت کا ایک حصہ یہ ہے کہ اس نے فحش (بے شرمی اور بے حیائی اور بدکاری) سے منع فرمایا ہے۔''(**احمد**)

ایک حدیث میں ہے:۔

مومن نہ تو طعنے دینے والا' نہ لعنت وملامت کرنے والا نہ فحش (یعنی بے شرم و بے حیاء و بدکار) اور نہ زبان دراز ہوتا ہے۔''

بچوں کے عریاں لباس کے مضراثرات

پھول جیسے معصوم نرم ونازک بچے گھر کی رونق ہیں۔انھی کے دم سے گھر میں خوشیاں رقص کرتی ہیں۔ ان کی معصوم باتوں پر پیار آتا ہے' ان کی کھلکھلاتی ہنسی سے دل خوش ہوجاتا ہے۔ بچے نہ ہوں تو گھر بھراپرا ہونے کے باوجود ویران نظر آتا ہے۔ایک معصوم چھوٹا بچہ پورے گھر کو اپنے ننھے منے وجود کے ساتھ مصروف رکھتا ہے لیکن زمانے کی بدلتی اقدار کے ساتھ ساتھ اب بچوں کے ملبوسات میں مغربی رنگ جھلکنے لگا ہے۔نوجوان بچیاں اسکرٹ اور بلاوز پہنتی ہیں جن کو دیکھ کر دوسرے لوگ ان کی طرف متوجہ ہوتے ہیں۔

اب ہمارا ماحول ایسا ہوگیا ہے کہ جو برہنگی یا نیم عریانی سے بھرا ہوا ہے۔ یہاں تک کہ تجارتی اشتہاروں میں بھی شہوانیت کی آمیزش لازمی ہوگئی ہے اور ہمارے تمدن میں جنس ایسی رچ بس گئی ہے کہ امریکی زندگی کے ہر بُنِ مو سے ٹپکنے لگتی ہے۔

اب آپ ایک شہوت پرست انسان کے طبعی ونفسیاتی حالات کا جائزہ لیجئے اور دیکھئے کہ وہ کس طرح کے مہلک اور تباہ کن جراثیم کی اپنے اندر پرورش کرتا رہتا ہے۔

شہوت پرستی کا پہلا اثر تو انسان کی جسمانی توانائی اور قوت پر پڑتا ہے قدرت نے انسان کو کچھ قوتیں عطا کی ہیں۔ یہ قوتیں لامحدود نہیں بلکہ محدود ہیں ان قوتوں کے مسرفانہ استعمال سے ان کی توانائیوں کا گھٹ جانا لازمی ہے۔

شہوانی قوت انسان کی توانائی کا بہت بڑا ذریعہ ہے۔ اتنا بڑا ذریعہ کہ اس سے بہت سے نئے وجود جنم پاسکتے ہیں۔ اگر کوئی شخص اپنی اس قوت کو ضائع کرتا ہے تو اپنے اندر سے اتنی بڑی قوت نکال پھینکتا ہے جو اس جیسی کئی ایک زندگیوں کا باعث بن سکتی تھی اس سے اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ غلط طریقے پر شہوت رانی انسان کی طبعی قوتوں کو کس قدر تباہ کرتی ہے چنانچہ اس کے نتیجے میں ہرطرح کا جسمانی اختلال آج تک یقینی سمجھا جاتا ہے۔

جنسیت آگ کا دریا ہے

ول ڈیورنٹ لکھتا ہے کہ جنسیت آگ کا دریا ہے ضروری ہے کہ اس کے کناروں پر بند باندھے جائیں اور مختلف پابندیاں لگا کر اس آگ کو ٹھنڈا کیا جائے۔

ایک اور مغربی مصنف کے مطابق آزادی کا مطلب مادر پدر آزادی ہرگز نہیں' آزادی کو مادر پدر آزادی سمجھ لینے سے جنسیت کی شیطانی اور تباہ کن قوتوں کو کھیل کھیلنے کا موقع ملتا ہے اور اگر جنسیت کو کھلا چھوڑ دیا جائے تو یہ قوموں کیلئے زوال اور تباہی کا باعث بنتی ہیں۔

فحاشی سے بچاؤ اور ڈاکٹر این فیٹن کی رپورٹ: ڈاکٹر این فیٹن پیشن گوئی کرتا ہے کہ یہ صرف عورت ہی ہے جو دنیا کی فواحش سے بچاسکتی ہے۔ گنہگارانہ زندگی بسر کرنے والی عورتیں مردوں کے عہد کی تاریخی یادگار ہیں۔ ان سے تہذیب اور انسانیت حیاء سوز تکلیف اٹھارہی ہے۔ یہ پیشہ انسانی ترقی کے راستے میں ایک سدراہ کا کام دے رہا ہے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

گنج کیلئے آسان ترین نسخہ

میرا ایک آزمودہ ہوا علاج جو کہ گنج کیلئے ہے وہ یہ ہے کہ جہاں سے بال اتر چکے ہوں وہاں صرف انڈے کا تیل لگائیں ہے تو مہنگا مگر اس کے استعمال سے شرطیہ نئے بال آجائیں گے اور سر کے بال بہتر بھی ہونا شروع ہوجائیں گے۔ چند دن نہیں بس چند ماہ کا استعمال ضرور کریں کیونکہ دو چار دن میں یہ مسئلہ حل نہیں ہوگا۔ خالی جلد جہاں پر بال نہیں بسم اللہ شریف ضرور پڑھیں۔ ہر کام' ہر دوا' ہر علاج کھانے' لگانے اور کام کرنے سے پہلے بسم اللہ شریف کو ضرور بضرور پڑھ لیا کریں' برکت بھی ہوگی اور شفاء بھی......!(**ط۔م۔گوجرانوالہ**)

روحانی کیفیت

ع،خ۔لاہور

میں نے سوچا جو ہونا ہے ہو جائے میں اللہ کے بندے کے پاس جارہا ہوں اور اب واپس نہیں جاؤں گا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! حضور ہم نہایت ادب واحترام سے آپ کی خدمت میں اپنی کیفیات عرض کرتے ہیں۔ ہماری شادی کو تقریباً دس سال کا عرصہ ہوا ہے لیکن پہلے دن سے لے کر اور آپ سے پہلی ملاقات تک ہم نے اپنی زندگی میں سکون نہیں دیکھا۔ حالانکہ ظاہری کوئی گھر میں پریشانی بھی نہیں تھی۔ بس پہلی ملاقات میں ہی اللہ کا کرم ہوگیا۔ شادی کے چند دنوں کے بعد ہی میری بیوی نیند میں ڈر کر روتی تھی۔ ہم نے عاملوں سے عمل کروایا لیکن کچھ فائدہ نہ ہوا۔حتیٰ کہ ہمارے درمیان سخت نفرت پیدا ہوگئی۔ جب سے آپ کے پاس آئے اور آپ کا عطا کیا ہوا وظیفہ پڑھنا شروع کیا تو دو تین سو بھی پڑھنا ہمارے لیے پہاڑ بن جاتا لیکن آپ کی نظر کرم سے ہم جلدی ہزاروں کی تعداد میں پڑھنے لگ گئے۔ وظیفہ کے دوران میری بیوی کے انگ انگ سے دردیں چیر کر نکلیں اور اس کے بعد اس طرح سکون ہوگیا جیسے موت کے بعد زندگی ملی ہو۔ جب پہلی دفعہ آپ کی دی ہوئی اگربتی گھر میں جلائی تو اس رات کو کوئی عورت میری بیوی کو خواب میں انتہائی بری شکل میں آکر مارنے کی کوشش کرتی ہے تو اس نے نیند میں مجھے آواز دی یہ عورت مجھے مار گئی پھر اسے دھکا دیا۔ تو وہ کہتی ہے کہ تم یہ کیا کررہے ہو' اس کے بعد ہمارے دروازے سے باہر نکل گئی۔ ابھی چند دن پہلے میری بیوی نے خواب دیکھا کہ میں اپنی بیٹی کے سر میں کنگھی کررہی ہوں اور کوئی چیز گرتی ہے اور بڑی ہوتی ہوئی کبوتر بن کر اڑ جاتی ہے۔ میرا پہلے درس میں آنے کو بالکل دل نہیں کرتا تھا دل میں یہ ڈر پیدا ہوگیا کہ اگر میں ادھر گیا تو میرے ساتھ کوئی حادثہ ہوجائے گا اور میں ایک دفعہ ڈرتے ڈرتے آیا جب دوسری جمعرات آئی تو پھر میں بہت زیادہ ڈر گیا اسی چکر میں جب میں گھر سے نکلا تو میرے دل میں یہ خیال پختہ ہوگیا کہ آج تو ضرور میرے ساتھ کچھ ہوگا۔ پھر میں نے سوچا جو ہونا ہے ہوجائے میں اللہ کے بندے کے پاس جارہا ہوں اور اب واپس نہیں جاؤں گا بس پھر اللہ نے ایسا سکون دیا کہ اب دل کہتا ہے کہ کہیں کوئی ایسا ذریعہ بن جائے کہ ہفتہ میں دو دو دفعہ درس نصیب ہوجائے۔

ٹوٹے گھروں کیلئے انمول تحائف

فرحت شاہین

شادی کے بعد دونوں افراد کو جہاں ایک دوسرے کے حقوق کا خیال رکھنا چاہیے وہاں ایک دوسرے کے جذبات واحساسات کی قدر بھی کرنی چاہیئے آپس میں صلاح ومشورے کے ساتھ معاملات کو طے کرنا چاہیے تاکہ مسائل دوسروں تک پہنچنے سے پہلے ہی حل ہو جائیں

''طلاق'' ہمارے معاشرے کا ایک ایسا ناپسندیدہ فعل ہے جس کی وجہ سے نہ صرف دو فریقین کے مابین ازدواجی رشتہ ختم ہو جاتا ہے بلکہ اس کے اثرات سے دوسرے افراد بھی متاثر ہوتے ہیں۔ اگر غور کیا جائے تو چند واقعات کے سوا واقعتاً دھوم دھام سے ہونے والی شادیوں کے المناک انجام کے پس پشت ہی حقیقت کارفرما ہوتی ہے۔ رشتہ ازدواج میں منسلک افراد کے درمیان ابتداً جھگڑوں اور پھر بعد میں علیحدگی کی نوبت تک آ جاتی ہے اس فعل کے پیچھے کچھ عوامل کا عمل دخل ہوتا ہے جن سے ایسی صورتحال پیدا ہو جاتی ہے کہ سوائے طلاق کے اور کوئی حل نہیں نکالا جاتا۔ جہاں تک کامیاب زندگی گزارنے کا تعلق ہے تو اس مقصد کیلئے صبر برداشت، معاملہ فہمی، ذہنی ہم آہنگی، عزت نفس کا تحفظ اور ایک دوسرے کے جذبات کا احترام ایسی خصوصیات ہیں کہ اگر دونوں فریقین اپنے اپنے اندر پیدا کر لیں تو کوئی وجہ نہیں کہ خوبصورت رشتوں پر تعمیر کیا گیا گھرانہ وجود میں نہ آسکے۔ طلاق کو اسلام میں بھی تمام جائز کاموں میں سے ناپسندیدہ قرار دیا گیا ہے شریعت کے مطابق صرف بحالت مجبوری میں اس کی اجازت دی گئی ہے۔ لیکن چھوٹی چھوٹی اور معمولی قسم کی باتوں میں سے اسے اختیار کرنے کا کوئی جواز نہیں بنتا۔ کیونکہ یہ صرف دو زندگیوں کا معاملہ نہیں ہوتا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ اور زندگیاں بھی منسلک ہوتی ہیں جن میں سے بچے سب سے اہم ہوتے ہیں ہر انسان میں جہاں خوبیاں ہوتی ہیں وہاں کچھ نہ کچھ خامیاں بھی ہوتی ہیں کیونکہ دنیا میں کوئی بھی انسان ایسا نہیں جس میں کوئی خامی نہ ہو۔ اس لیے میاں بیوی میں سے اگر دونوں باہمی عقل وفہم کے ساتھ ایک دوسرے کی خوبیوں کے ساتھ ساتھ خامیوں کو بھی قبول کر لیں اور معمولی معمولی باتوں کو نظرانداز کرنا ہی مناسب سمجھیں تو وہ بہتر زندگی گزار سکتے ہیں۔

طلاق کی نوبت کیوں آتی ہے؟ تو اس کی بہت سی وجوہات ہوسکتی ہیں۔ مثلاً عمر میں فرق، تعلیم کی کمی، خاندانی انا کا مسئلہ اور کبھی کبھار لڑکی کی منفی سوچ بھی ہوسکتی ہے۔ میاں بیوی میں عمروں کے واضح فرق ہونے سے لڑکی کو نئے ماحول میں ایڈجسٹ ہونے میں کافی دقت پیش آتی ہے کیونکہ وہ ذہنی ناپختگی کے باعث ماحول اور مسائل کو سمجھ نہیں پاتی جبکہ سسرال والوں کی یہ توقع ہوتی ہے کہ ان کی بہو ان کے مطلوبہ معیار پر پوری اترے اور بہو کا روایتی کردار ادا کرے لیکن جب وہ ان کے خیالات اور توقعات پر پوری نہیں اترتی تو آپس میں چپقلش اور باہمی رنجشیں جنم لیتی ہیں جن سے نوبت لڑائی جھگڑوں اور پھر طلاق تک پہنچ جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ایک اور وجہ تعلیم کی کمی بھی ہے۔ تعلیم سے انسان میں شعور اور آگہی پیدا ہوتی ہے اور ایک پڑھا لکھا انسان ان پڑھ کی نسبت بہتر انداز میں اپنے مسائل کا حل تلاش کر لیتا ہے کامیاب زندگی گزارنے کیلئے مرد اور عورت دونوں کا تعلیم یافتہ ہونا بہت ضروری ہے۔

اکثر طلاقیں لڑکے کے والدین کی ضد اور ہٹ دھرمی یا پھر لڑکی کے والدین کی انا کے باعث ہوتی ہیں، اکثر لڑکے کے والدین یہی چاہتے ہیں کہ بہو پر سب سے پہلے ان کا حق ہے اس لیے وہ سب سے پہلے ان کی خدمت کرے اور پھر بیٹے کی طرف توجہ دے اس سلسلے میں ساس، بہو یا بھاوج، نندوں کا جھگڑا شروع ہو جاتا ہے۔ اس مسئلے کا دوسرا کردار لڑکا بھی ہوتا ہے۔ بعض مرد اپنی شکی طبیعت کے باعث اپنی بیویوں میں خامیاں تلاش کرتے رہتے ہیں اور ان خامیوں کی بناء پر وہ انہیں طلاق جیسے عذاب سے دوچار کر دیتے ہیں اور مردوں کی ایک تعداد ایسی بھی ہے جو اپنی بیویوں میں اپنی توقعات کے مطابق خوبیاں نہ پا کر ان سے چھٹکارا حاصل کرنے کیلئے بہانے ڈھونڈتے رہتے ہیں اور موقع پا کر طلاق جیسا بڑا قدم اٹھانے سے بھی گریز نہیں کرتے۔ اس کے ساتھ ساتھ طلاق کی ایک کڑی عورت بھی ہوتی ہے اس کی منفی سوچ کے باعث بھی ان کا گھر برباد ہو کر رہ جاتا ہے کیونکہ اس کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ وہ سسرال میں راج کرے اور اس کی ہر بات کو اہمیت دی جائے اس کا شوہر صرف اسی کا ہو کر رہے۔ اس قسم کے خیالات کے باعث جھگڑوں کی ابتدا ہو جاتی ہے اور اس کا انجام آخر کار طلاق پر ہوتا ہے۔

طلاق کے اثرات زیادہ تر مرد کی بجائے عورت کی زندگی پر پڑتے ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ دوسرے افراد بھی متاثر ہوتے ہیں جن کا تعلق لڑکی کے خاندان سے ہوتا ہے طلاق شدہ عورت کو ہمارے معاشرے میں اچھا نہیں سمجھا جاتا اسے ناپسندیدگی کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے اگر چہ اس کا قصور ہو یا نہ ہو لیکن زیادہ تر قصوروار عورت کو ہی ٹھہرایا جاتا ہے جو کہ سراسر غلط ہے۔ اگر وہی طلاق شدہ عورت اپنے والدین کے گھر دوبارہ رہنا شروع کر دیتی ہے تو اس کی وہاں وہ عزت نہیں ہوتی جو کہ شادی سے پہلے ہوا کرتی تھی وہاں بھی اسے دبے دبے لفظوں میں کئی باتیں سننا پڑتی ہیں کیونکہ کوئی بھی والدین یہ پسند نہیں کرتے کہ ان کی بیٹی شادی کے بعد ان کے گھر میں دوبارہ رہے۔ اس کے علاوہ طلاق کے بعد اکثر عورتوں کو اپنے بچوں سے محروم بھی ہونا پڑتا ہے اگر اسے عدالت کے ذریعے بچے مل بھی جائیں تو پھر ان بچوں کی تعلیم وتربیت اور پرورش کے اخراجات برداشت کرنا مشکل ہوتا ہے محنت مزدوری کر کے بھی وہ اپنے بچوں کو بہتر مستقبل فراہم نہیں کر پاتی اور نتیجتاً بچے کم تعلیم حاصل کر پاتے ہیں اور پھر یہی بچے نہایت کم اجرت پر کوئی چھوٹے موٹے کام کرتے نظر آتے ہیں اس طرح ماں باپ کے غلط فیصلے کی بدولت ان کا پورا مستقبل داؤ پر لگ جاتا ہے جس کا احساس والدین کو شاید بعد میں ہوتا ہے۔

اگر چند ایک باتوں کو مدنظر رکھا جائے تو طلاق کی شرح میں کسی حد تک کمی کر کے افراد کو اس کے منفی اثرات سے محفوظ کیا جاسکتا ہے سب سے پہلی بات یہ کہ لڑکے کے والدین جب بھی بہو تلاش کرتے ہیں تو انہیں اپنے بیٹے کی خوبیوں، خامیوں اور ذہنی سوچ کو مدنظر رکھ کر رشتہ تلاش کرنا چاہیے اور ایسی لڑکی کا انتخاب کرنا چاہیے جو کہ ان کے بیٹے کے معیار کے مطابق ہو اس مقصد کیلئے ان کے مابین ذہنی ہم آہنگی کا ہونا نہایت ضروری ہے تاکہ دونوں فریقین کے مابین باآسانی سمجھوتہ ہوسکے اور اس کے ساتھ ساتھ لڑکے کے والدین کو چاہیے کہ وہ اپنی بہو کو اپنی بیٹیوں کی طرح سمجھیں کیونکہ وہ انہی کی خاطر اپنے والدین بہن بھائی سب کچھ چھوڑ کر آتی ہے اگر اس کی یہ کمی سسرال میں آ کر پوری ہو جائے تو پھر اس کے اور سسرال والوں کے درمیان خوب بنتی ہے اور گھر ایک جنت کی مانند بن سکتا ہے۔ لڑکی کو بھی اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ اپنے ساس سسر کو اپنے والدین کی طرح سمجھے اور ان کی عزت کرنا اس پر لازم ہے۔ ساتھ اپنے شوہر کا بھی خیال رکھے اور شوہر کے سلسلے میں اگر اسے اپنے آپ کو تھوڑا تبدیل بھی کرنا پڑے تو کرے کیونکہ شوہر کی خوشی کا خیال رکھنا بیوی کا فرض ہوتا ہے اگر اسے اپنے شوہر میں کوئی خامی نظر بھی آئے تو نظرانداز کر دے یا پھر اپنی عقلمندی سے اپنے شوہر کی خوبی میں تبدیل کر دے اسی طرح شوہر کو بھی چاہیے کہ وہ اپنی کمی کوتاہیوں اور خامیوں کو زیادہ اہمیت نہ دے بلکہ اس کی اچھائیوں پر نظر رکھے اگر اسی طرح شوہر بیوی آپس میں پیار ومحبت سے سمجھوتہ کر لیں تو ایسی کوئی بات نہیں کہ جھگڑوں کی ابتداء ہو اور معاملہ علیحدگی تک پہنچے۔

ملک حمید الرحمٰن' کوئٹہ

بے برکتی اور رزق کی کمی کے اسباب

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا روٹی کا ادب کرو۔ مقاصد حسنہ میں بعض علماء کا قول نقل کیا گیا ہے کہ گیہوں جب پاؤں میں آتا ہے کہ تو اس کے سبب قحط ہوجاتا ہے۔ خیانت کرنا: جس گھر میں خیانت ہو وہاں سے برکت اُٹھ جاتی ہے۔

گناہوں کی کثرت: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بے شک آدمی محروم ہوجاتا ہے رزق سے' گناہوں کے سبب جس کو وہ اختیار کرتا ہے۔''

ابن ماجہ میں عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ہم دس آدمی حضور اقدس ﷺ کی خدمت میں حاضر تھے' آپ ﷺ ہماری طرف متوجہ ہوکر ارشاد فرمانے لگے: پانچ چیزیں ہیں میں خدا کی پناہ چاہتا ہوں کہ تم ان کو پاؤ۔ جب کسی قوم میں بے حیائی کے افعال علی الاعلان ہونے لگیں' وہ طاعون میں مبتلا ہوں گے اور ایسی ایسی بیماریوں میں گرفتار ہوں گے جو ان کے بڑوں کے وقت میں نہیں ہوں گی اور جب کوئی قوم ناپنے تولنے میں کمی کرے گی قحط اور تنگی اور ظلم حکام میں مبتلا ہوں گے اور نہیں بند کیا کسی قوم نے زکوٰۃ کو مگر بند کیا جائے گا باران رحمت ان سے اگر بہائم (چوپائے) نہ ہوتے تو کبھی ان پر بارش نہ ہوتی اور نہیں عہد شکنی کی کسی قوم نے مگر مسلط کریگا اللہ تعالیٰ ان کے دشمن کو غیر قوم سے' جبراً لے لیں ان سے ان کے اموال کو۔ **(جزاء الاعمال ۸)**

''اللہ تعالیٰ نے بنی اسرائیل سے کہا کہ جب میری اطاعت کی جاتی ہے میں راضی ہوتا ہوں اور جب راضی ہوتا ہوں برکت کرتا ہوں اور میری برکت کی کوئی انتہا نہیں اور جب میری اطاعت نہیں ہوتی غضب ناک ہوتا ہوں اور لعنت کرتا ہوں اور میری لعنت کا اثر سات پشت تک پہنچتا ہے۔''

یہ مطلب نہیں کہ سات پشت پر لعنت ہوتی ہے بلکہ مطلب یہ ہے کہ اس کے نیک ہونے سے اولاد کو برکت ملتی ہے وہ نہ ملے گی۔

باوجود سخت احتیاج کے غلے کو روکنا

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص مسلمانوں پر ان کے کھانے کو چالیس دن تک (باوجود سخت احتیاج کے) روکے رکھے' فروخت نہ کرے حق تعالیٰ شانہٗ اس کو کوڑھ کے مرض اور افلاس میں مبتلا کرتا ہے۔ (مشکوٰۃ)

بغیر ضرورت کے لوگوں سے بھیک مانگنا

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص سوال کا دروازہ کھولتا ہے اس پر حق تعالیٰ شانہٗ فقر کا دروازہ کھول دیتا ہے۔

البتہ ضرورت کے موقع پر سوال کرنے کی ممانعت نہیں ہے۔

روٹی کی بے حرمتی: حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا روٹی کا ادب کرو۔ مقاصد حسنہ میں بعض علماء کا قول نقل کیا گیا ہے کہ گیہوں جب پاؤں میں آتا ہے کہ تو اس کے سبب قحط ہوجاتا ہے۔

خیانت کرنا: جس گھر میں خیانت ہو وہاں سے برکت اُٹھ جاتی ہے۔ **(طبرانی صغیر)**

حضرت سلیمان علیہ السلام نے فرمایا کہ جس گھر میں خیانت و چوری وزنا ہو اس گھر میں برکت نہیں ہوتی۔

بے برکتی والے عمل

نافع الخلائق میں ہے جو کوئی کنگھی کو کھڑا ہوکر کرے' قرضدار ہو اور جو کوئی کھانے کو سونگھے' برکت اس سے جاوے۔

ماں باپ کی بددعا: حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اپنی اولاد کو بددعا نہ دیا کرو جو کوئی اپنی اولاد کو مرنے کی بددعا دے گا' وہ محتاجی میں مبتلا کردیا جائے گا۔

کپڑے سے جھاڑو دینا: ابواللیث نے بستان میں لکھا ہے کہ جو شخص کپڑے سے جھاڑو دیا کرے تو آخر کو محتاج ہوجائیگا۔

ناپاکی سے تنگی کا خدشہ: جس شخص کو غسل کی حاجت ہو بغیر کلی کیے ہوئے کچھ نہ کھائے ورنہ محتاج ہوجانے کا ڈر ہے۔ **(نافع الخلائق)**

شراب' گانا اور تصویر

حدیث شریف میں ہے کہ جس گھر میں شراب ودف وتنبورہ ونرد ہو تو گھر والوں کی دعا قبول نہیں ہوتی اور رحمت کے فرشتے اس گھر میں نہیں آتے اور خدا تعالیٰ اس گھر سے برکت اٹھا لیتا ہے۔ (جس گھر میں تصویر یا کتا ہو اس گھر میں بھی رحمت کے فرشتے نہیں آتے۔)

قرآن کو بھول جانا: نقل ہے کہ ایک عالم کو روزی کی تنگی پیش آئی انہوں نے ایک دوست کو خواب میں دیکھا اور اپنے حال کی شکایت کی دوست نے کہا کہ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ تم نے قرآن مجید کی کوئی سورت یا کوئی آیت یاد کی تھی اور پھر اسے بھلا دیا ہے۔ عالم نے کہا سچ ہے دوست اس پر غصہ ہوا اور کہا پھر سے یاد کرو۔ عالم نے ویسا ہی کیا' روزی کی تنگی جاتی رہی۔

عدیل بابر' ملتان

ایک شعر سے دل کی دنیا بدل گئی

فرمایا دنیا سے روزہ رکھو اور آخرت سے افطار کرو اور موت کو عید سمجھو اور لوگوں سے اس طرح بھاگ جس طرح شیر سے بھاگتے ہیں۔

حضرت داؤد طائی رحمۃ اللہ علیہ

تیرا کونسا چہرہ تھا جو خاک نہ ملا اور کون سی آنکھ تھی جو زمین دفن نہیں ہوئی......

یہ شعر سنتے ہی آپ کے قلب پر ایک چوٹ لگی حالت غیر ہوگئی اور دنیا کی بے ثباتی کا نقش آپ کے قلب پر منقش ہوگیا۔

حضرت امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں پہنچے تو چہرے کا رنگ فق تھا انہوں نے حیران ہوکر پوچھا داؤد یہ کیا حالت ہے فرمایا یہ بات ہوئی اور میرا دل دنیا کی طرف سرد ہوگیا پھر بولے میرے اندر کوئی ایسی چیز پیدا ہوگئی ہے کہ کچھ سمجھ نہیں آتا۔ حضرت امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا بہتر ہے اب تم یاد الٰہی میں رہو اور دنیا والوں سے اعراض برتو' چنانچہ آپ خانہ نشیں ہوگئے اور دن رات عبادت الٰہی میں بسر کرنے لگے۔

حضرت داؤد طائی رحمۃ اللہ علیہ کے ارشادات عالیہ

فرمایا دنیا سے روزہ رکھو اور آخرت سے افطار کرو اور موت کو عید سمجھو اور لوگوں سے اس طرح بھاگ جس طرح کہ شیر سے بھاگتے ہیں۔

ایک شخص آپ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کی کہ مجھے کوئی نصیحت کیجئے فرمایا اپنی زبان کی پوری طرح حفاظت رکھ اور بے ضرورت بات نہ کہہ فرمایا تنہائی اختیار کرو اور اگر ممکن ہو تو لوگوں سے دل نہ لگا۔

ایک اور شخص نے آپ سے وصیت کی استدعا کی تو آپ نے فرمایا کہ تو جتنی سعی دنیا میں اپنا رتبہ بلند ہونے کیلئے کرتا ہے کم از کم اتنی سعی آخرت میں اپنا رتبہ بلند کرنے کیلئے بھی ضرور کر۔

فرمایا جو شخص دوسروں کو توبہ واطاعت کی ہدایت کرتا ہے اور خود اس ہدایت پر عمل نہیں کرتا اس کی مثال ایسی ہے کہ شکار تو خود کرے اور کباب دوسروں کو نصیب ہوں۔

حضرت جنید رحمۃ اللہ علیہ کی روایت کے مطابق آپ نے حجامت کی اجرت حجام کو ایک دینار عطا کی لوگوں نے اس پر اعتراض کیا اور کہنے لگے محض ایک حجامت کی اجرت میں حجام کو ایک دینار دینا اسراف ہے فرمایا: ہرگز یہ اسراف نہیں مروت ہے اور جس میں مروت نہیں اس کی عبادت اللہ قبول ہی نہیں کرتا۔؟؟؟؟؟؟

خوف کی کیفیت | جسم لرزتا ہے | امتحان میں کامیابی | عمر گزرتی جارہی ہے | صحت چاہیے!

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

عمر گزرتی جارہی ہے

میں اپنے رشتے کی طرف سے بے حد پریشان اور متفکر ہوں' ماسٹرز کیے ہوئے کئی سال ہوچکے ہیں لیکن ابھی تک کوئی رشتہ نہیں آیا ہے۔ میری تعلیم وکردار اور شکل وصورت میں بھی کوئی کمی نہیں ہے اور خاندان بھی اچھی شہرت کا حامل ہے لیکن پھر بھی کوئی رشتہ نہیں آتا۔ میری چھوٹی بہنوں کی شادیاں ہوچکی ہیں لیکن میری شادی کا دور دور تک کوئی امکان دکھائی نہیں دیتا۔ زیادہ فکر کی بات یہ ہے کہ عمر گزرتی جارہی ہے جس کی وجہ سے رشتوں کے حصول میں مزید پریشانیاں اور مسائل لاحق ہوجاتے ہیں۔ **(سونیا خان' جگہ نامعلوم)**

جواب: نماز فجر کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ اکیس بار سورۂ اخلاص اور نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ ایک سو اکیس بار اسم یَابَدِیۡعُ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔ مایوس نہ ہوں' انشاء اللہ فضل الٰہی شامل حال ہوگا' ان وظائف پر کم ازکم چار ماہ ضرور عمل کریں اور جن دنوں میں مجبوراً نہ پڑھ سکیں وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

[redacted]

میں صحت کے مسائل سے دوچار ہوں' یرقان اور ذیابیطس کے عوارض میں مبتلا ہوں' معاشی حالات الگ خراب ہیں' گھریلو معاملات اور کاروباری حالات میں برکت ختم ہوگئی ہے' بچوں نے پڑھائی پر توجہ دینا کم کردیا ہے ہر وقت ذہن پر ایک الجھن اور بوجھ رہتا ہے سکون نصیب نہیں ہے۔ **(عاصمہ' فیصل آباد)**

جواب: صبح وشام پانی پر سورۂ حشر کی آیت 22 سے 24 تک گیارہ گیارہ بار دم کرکے پی لیا کریں۔ جب بھی فارغ ہوں یَاحَفِیۡظُ یَاسَلَامُ کا ورد کیا کریں' نماز فجر کے بعد ایک تسبیح یَـاوَھَّـابُ کی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے خیر وبرکت کیلئے دعا کیا کریں۔ نماز فجر کے بعد ایک بار پانی پر یَـاوَدُودُ دم کرکے بچوں کو پلادیا کریں۔ استغفار کثرت سے کریں۔

[redacted]

گزشتہ ایک ماہ سے میرے دل ودماغ پر اچانک خوف کی ایک کیفیت طاری ہوگئی ہے یہ خوف بنیادی طور پر موت کا خوف ہے طرح طرح کے خیالات اس سے متعلق آنے لگتے ہیں ان خیالات نے سخت خوف زدہ کردیا ہے' تنہائی میں اس خوف کی شدت میں بہت اضافہ ہوجاتا ہے' اس خوف سے دل بیٹھنے لگتا ہے' شام ہوتے ہی اس خوف میں زیادہ اضافہ ہوجاتا ہے' کوئی اونچی آواز سے بھی بول دے تو دل کی حالت غیر ہوجاتی ہے' ذہن پر ایک دباؤ ہر وقت رہتا ہے سوتے وقت تو عجیب و غریب خیالات آنے لگتے ہیں اور گھبراہٹ ہونے لگتی ہے میری عمر اس وقت بائیس سال ہے۔ **(محمد طارق' چونیاں)**

جواب: روزانہ نماز فجر کے بعد پانی پر گیارہ بار یَـاوَدُودُ دم کرکے چالیس روز تک پئیں' بعد ازاں چند چھوہاروں پر ایک سو ایک بار یَـارَبُّ الـرَّحِیـم دَم کرکے کھالیا کریں۔ غذا میں نمک کی مقدار کم کریں۔

[redacted]

میں چھ سال سے ایک سرکاری ادارے میں ملازم ہوں' میری ترقی کا کیس محکمے کی کمیٹی نے منظور کرلیا ہے لیکن سات آٹھ ماہ سے اعلیٰ سطح پر رکا ہوا ہے' فائل ادھر سے ادھر جارہی ہے اس میں کوئی سقم نہیں ہے اور تمام کارروائی کے مطابق یہ منظور ہوجانا چاہیے لیکن پھر بھی معاملہ التوا میں پڑا ہوا ہے میں اور میرے دوسرے ساتھی اس التواء کی وجہ سے ذہنی طور پر بے اطمینانی کا شکار ہیں اگر ہمیں اپنا حق جلد مل جائے گا تو ہمیں معاشی فائدہ بھی ہوگا میرا ارادہ مزید آگے کورس کرنے کا ہے۔ ایک اور وضاحت یہ درکار ہے کہ آپ کے کالم میں شائع ہونے والے وظائف کو اپنے احوال کے مطابق پاکر کیا کوئی شخص ان وظائف پر عمل کرسکتا ہے' کیا اسے خصوصی اجازت درکار ہوگی؟ **(میاں افتخار حسین' وزیر آباد)**

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اکیس اکیس بار آیت الکرسی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے ترقی کی دعا کیا کریں۔ محنت اور استقامت سے کام لیں اور اللہ پر توکل کریں۔ انشاء اللہ آپ کیلئے اچھے حالات قدرت کی طرف سے پیدا مدد شامل حال ہوگی۔ کالم میں شائع ہونے والے تمام اوراد و وظائف کی عام اجازت ہوتی ہے اور ہر شخص اپنے حالات کے مطابق ان سے استفادہ کرسکتا ہے۔

[redacted]

میرے شوہر ایک بری عادت میں مبتلا ہیں اور روز بروز ان کی یہ عادت بڑھتی جارہی ہیں اور شدت میں اضافہ ہورہا ہے' میں نے اس سلسلے میں ان کو سمجھایا' لڑائی بھی کی لیکن ان پر کوئی اثر نہیں ہوتا' بدستور نشے کی عادت اور برے دوستوں کی صحبت کے رسیا ہیں۔ شادی کو دو سال ہوچکے ہیں اور ابھی تک اولاد بھی نہیں ہوئی ہے۔ **(فرحت' قصور)**

جواب: رات کو کسی بھی وقت اندھیرے میں بیٹھ کر ایک بار بسم اللہ شریف کے ساتھ سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 117 پڑھیں اور ہر بار بسم اللہ شریف کے ساتھ اس آیت مبارکہ کو گیارہ بار پڑھ کر شوہر کا تصور کرکے دم کردیں اور اللہ تعالیٰ سے دعا بھی کریں اس وظیفے پر کم ازکم نوے دنوں تک عمل کریں اور جن دنوں میں نہ کرسکیں وہ دن شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

[redacted]

میں کالج میں پڑھتا ہوں' مجھے بولنے میں دشواری کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور لکنت کا شکار ہوجاتا ہوں' خاص طور پر استاد کے سامنے بولتے ہوئے تو شدید دشواری ہوجاتی ہے۔ گفتگو کرتے وقت دل بہت گھبراتا ہے' جسم لرزنے لگتا ہے اسی لیے لوگوں کا سامنا کرنے سے گریز کرتا ہوں کوئی کام کرنے کا ارادہ کرتا ہوں لیکن کچھ وقت گزرنے کے بعد ارادہ ریت کی دیوار ثابت ہوتا ہے اور بالکل بھی یہ حالت نہیں ہوتی کہ کام کی ابتدا کرسکوں' بچپن میں یہ حال نہ تھا' آٹھ دس برس کی عمر سے یہ مسئلہ شروع ہوا ہے۔ **(محمد عاطف' پاکپتن)**

جواب: رات کو اندھیرے میں بیٹھ کر ایک نقطے پر نگاہیں جما کر دل ہی دل میں یَـاحَیُّ یَـاقَیُّومُ اندازاً پندرہ منٹ تک

پڑھیں اور پھر سونے کیلئے لیٹ جائیں' آنکھیں بند کرلیں اور دل ہی دل میں خود کو مخاطب کرتے ہوئے یہ الفاظ پوری توجہ اور گہرائی سے ادا کریں۔ ''میری لکنت ختم ہوگئی' مجھے بولنے میں دشواری نہیں ہوتی۔'' یہ الفاظ دہراتے دہراتے سو جائیں۔ انشاءاللہ کچھ عرصے میں آپ اپنی کمزوری پر قابو پالیں گے۔

[redacted]

میرا چھوٹا سا کاروبار ہے' شروع شروع میں کام بہت اچھا چلا لیکن پھر اچانک کام رک گیا اور حالات خراب ہوگئے' یوں لگتا ہے جیسے کسی نے کاروبار کو بند کردیا ہے لوگ طرح طرح کی باتیں کرتے ہیں اور مشورے دے رہے ہیں میں سب باتیں سن سن کر پریشان ہوں لیکن کوئی فیصلہ نہیں کرسکتا۔ **(فیضان' حیدرآباد)**

جواب: نماز فجر کے بعد سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19 اکیس بار اور نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ ایک سو گیارہ بار یَا وَھَّابُ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اپنے حالات میں خیر و برکت اور سکون کی دعا کریں اور کم از کم چار ماہ ضرور اس وظیفے پر عمل کریں ساتھ میں حسب استطاعت ضرورت مندوں کی مالی امداد بھی کیا کریں۔

[redacted]

گزشتہ دوسالوں سے موسم سرما میں ہڈیوں میں شدید درد ہوجاتا ہے دوا کے استعمال سے وقتی افاقہ ہوتا ہے لیکن پھر یہ تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ **(عاصمہ' راولپنڈی)**

جواب: صبح و شام پانی پر ایک بار سورۂ اعلیٰ اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر پی لیا کریں۔ دن رات میں کئی بار سورۂ حشر کی آیت نمبر 23 پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے سارے جسم پر پھیر لیا کریں۔ انشاءاللہ آپ کو صحت مل جائیگی۔

امتحان میں کامیابی

حال ہی میں میرے انٹر کے امتحانات ہوئے ہیں میں پڑھائی بہت دل لگا کر کرتا ہوں۔ میرا حافظہ بھی بہت اچھا ہے لیکن پھر بھی فرسٹ ایئر میں اچھی تیاری کے باوجود میرے نمبر کم آئے تھے۔ اب میں چاہتا ہوں کہ اس مرتبہ میں اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤں۔ **(ن۔ف۔لاہور)**

جواب: شام کے وقت یا عشاء کی نماز کے بعد تین سو مرتبہ اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پانی پر دم کرکے پی لیں۔ یہ عمل نتیجہ آنے تک جاری رکھیں۔

[redacted]

میرے ابو کو غصہ بہت آتا ہے میں بہن بھائیوں میں سے بڑی ہوں' ابو کے غصے سے گھر کا ہر فرد پریشان ہے۔ گھر کے چھوٹے بہن بھائی ابو سے دور دور رہنے لگے ہیں۔ امی پر بھی ابو کا بس نہیں چلتا کہ غصہ میں کیا کر جائیں۔ امی کے ساتھ لڑائی جھگڑا کرتے رہتے ہیں۔ ابو کی اس عادت سے نجات کیلئے کوئی وظیفہ بتادیں۔ **(عائشہ ظفر' کراچی)**

جواب: غصہ ہیجانات کی ایک ایسی قسم ہے جس پر قابو پایا جاسکتا ہے' اسے ضبط کیا جاسکتا ہے۔ اسی لیے غصے کو ضبط کرکے درگزر کرنے والے افراد کے بارے میں اللہ تعالیٰ نے پسندیدگی کا اظہار کیا ہے۔

اللہ کے محبوب رسول ﷺ سے ایک صحابی نے عرض کیا اللہ کے پیارے رسول ﷺ مجھے کوئی نصیحت کیجئے' تو حضور سرور کونین ﷺ نے فرمایا: غصہ مت کیا کرو' انہوں نے تین مرتبہ یہی سوال کیا اور حضور نبی کریم ﷺ نے ہر بار یہی فرمایا کہ غصہ مت کیا کر۔ **(بخاری' ترمذی' موطا امام مالک)**

عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورۂ آل عمران کی آیت نمبر 134 وَالْکٰظِمِیْنَ الْغَیْظَ وَالْعَافِیْنَ عَنِ النَّاسِ وَاللّٰہُ یُحِبُّ الْمُحْسِنِیْنَ۔ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد صاحب کا تصور کرکے دم کردیں اور دعا کریں۔ یہ علاج کم از کم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

صبح نہار منہ اکیس مرتبہ اسم الٰہی یَا وَدُوْدُ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی یا چائے پر دم کرکے پلا دیا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

میرا بھی دل لگ جائے

میری عمر 25 سال ہے' بی کام کیا ہوا ہے' میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میرا کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ والد صاحب اپنے کاروبار میں شامل کرنا چاہتے ہیں مگر مجھے اس کا شوق نہیں۔ ہفتوں مہینوں میں صرف دو چار دن کیلئے چلا جاتا ہوں۔ طبیعت میں سستی اور کاہلی حد درجہ ہے۔ صبح دس گیارہ بجے اٹھتا ہوں مگر نیند پھر بھی پورا دن سوار رہتی ہے۔ کوئی وظیفہ ایسا بتائیں کہ میری دلچسپی کی جاب مل جائے اور اس میں میرا دل بھی لگ جائے۔ **(عبدالرشید' لاہور)**

جواب: آپ سب سے پہلا کام تو یہ کریں کہ پانچوں وقت نماز باجماعت تکبیر تحریمہ کے ساتھ ادا کریں۔ خصوصاً فجر کی نماز۔ فجر کے فرائض اور دعا کے درمیان مسنون کلمات 33 مرتبہ سبحان اللہ' 33 مرتبہ الحمدللہ اور 34 مرتبہ اللہ اکبر پڑھ کر 101 مرتبہ یَا قَوِیُّ کا ورد کریں۔ چلتے پھرتے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کیا کریں۔ آئندہ کام یا جس کام کا بھی خیال آئے اسے ڈائری میں لکھتے رہیں اور تکمیل کے بعد کاٹ دیں۔ کسی ایکسرسائز کلب میں داخلہ لے لیں اور صبح کم از کم ایک گھنٹے تک ورزش کریں۔ خود پر کتنا ہی جبر کرنا پڑے چوبیس گھنٹے میں آٹھ گھنٹے سے زیادہ نہ سوئیں۔

[redacted]

میری چار بیٹیاں اور دو بیٹے ہیں۔ ان میں سے کسی کی بھی شادی نہیں ہو پارہی۔ کوئی ایسا وظیفہ بتادیجئے کہ یہ مسئلہ حل ہوجائے اور یہ بھی بتادیجئے کہ کہیں میرے بچوں پر کسی نے کچھ کروایا تو نہیں ہے؟ **(ام سلمیٰ' گجرات)**

جواب: بعد نماز عشاء یا رات کو سونے سے پہلے اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ سو مرتبہ سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 163 وَاِلٰـھُکُمْ اِلٰہٌ وَّاحِدٌ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِیْمُ۔ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بچوں کی اچھی جگہ شادی کیلئے دعا کریں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے مقدسہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کریں۔ اس عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ وظیفہ پڑھنے کے بعد کسی ضرورت کے تحت بات کی جاسکتی ہے۔

گویا حق ادا کردیا

ایک روایت میں آیا ہے کہ جو شخص اپنے والدین کی طرف سے حج کرے تو ان کو ایک حج کا ثواب ملتا ہے اور حج کرنے والے کو 9 حج کا ثواب ملتا ہے۔

علامہ عینی رحمۃ اللہ علیہ نے شرح بخاری میں ایک حدیث نقل کی ہے کہ جو شخص ایک دفعہ یہ دعا پڑھے اور اس کے بعد یہ کہے۔ ''یا اللہ! اس کا ثواب میرے ماں باپ کو پہنچادے'' تو اس نے والدین کا حق ادا کردیا۔ دعا یہ ہے:۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ' رَبِّ السَّمٰوٰتِ وَرَبِّ الْاَرْضِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَلَہُ الْکِبْرِیَآءُ فِی السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَھُوَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ لِلّٰہِ الْحَمْدُ رَبِّ السَّمٰوٰتِ وَرَبِّ الْاَرْضِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَلَہُ الْعَظْمَۃُ فِی السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَھُوَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ ھُوَ الْمَلِکُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ وَرَبُّ الْاَرْضِ وَرَبُّ الْعٰلَمِیْنَ وَلَہُ النُّوْرُ فِی السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَھُوَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ o **(عدین شمسی' لاہور)**

چوٹ کے درد اور کمزوری کیلئے

ابلے گرم دودھ میں کچا انڈا ڈال کر پھینٹ لیں اور وہ دودھ گرم گرم پی لیں' چوٹ کے درد اور کمزوری کیلئے بہت فائدہ مند ہے۔ **(محمد نعیم' اٹک)**

نصیر احمد، ایبٹ آباد

دمہ کا اور پیشاب میں خون کا سو فیصد علاج

کہتے ہیں بیس بائیس سال سے زائد کا عرصہ گزر چکا ہے۔ دوبارہ تکلیف نہیں ہوئی۔ اس کے علاوہ پہاڑوں پر چڑھتے ہوئے سانس بھی نہیں پھولتا۔ تھوڑا بہت اس عمر میں اگر سانس پھول بھی جائے تو عام آدمی کی طرح ہوتا ہے کوئی تکلیف نہیں ہوتی

دمہ کا سو فیصد علاج

کل 8 محرم الحرام کو میں حسب عادت عبدالجلیل صاحب زرگر کی دکان پر گیا' وہاں پہلے سے ایک سفید ریش بزرگ بیٹھے ہوئے گپ شپ زمانہ حال پر لگا رہے تھے۔ بزرگ ایک دیہات کے رہنے والے تھے میں نے ان کو کچھ رتن جوت اور بٹ پیچ لانے کی درخواست کی' میری کمر میں درد ہوتا ہے اور ہماری طرف اس کو دردوں کیلئے مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔ بزرگوں نے وعدہ فرمایا کہ وہ چند دنوں تک دوبارہ آئیں گے اور میری فرمائش پوری کردیں گے۔ میں نے ان سے ان چیزوں کے استعمال کا طریقہ پوچھا اور ساتھ یہ بھی کہا کہ ایسا کوئی دم یا جڑی بوٹی سے علاج بتائیں جو آپ نے زندگی میں کیا ہو اور ناکامی نہ ہوئی ہو۔ بزرگ بڑی معصومیت سے مسکرا کر فرمانے لگے کہ جب وہ جوان تھے سانس رکنے کی تکلیف میں مبتلا ہوگئے۔ انہوں نے پرواہ نہ کی۔ بیماری کی ابتدا میں نہ سمجھ سکے کہ آنے والے دنوں میں یہ کیا پریشانی پیدا کردے گی۔ فرمانے لگے کہ تھوڑی بہت ٹھنڈی اور تر چیزوں سے پرہیز کرنے لگا۔ قہوہ وغیرہ بھی پینا شروع کردیا' غربت کے باعث کسی ڈاکٹر کے پاس جانے کی ہمت نہ تھی۔ ایک دن دوپہر کی روٹی کھا کر لیٹ گئے اچانک ایسی تکلیف شروع ہوگئی کہ سانس اوپر کا اوپر اور نیچے کا نیچے ہونا شروع ہوگیا۔

بڑی مشکل سے سانس لینے لگے' فرمانے لگے کہ میں نے کلمہ پڑھنا شروع کردیا کہ زندگی ختم ہوتی نظر آرہی تھی' کچھ یقین نہ تھا کہ میری سانس کھلے گی اور میں بچ جاؤں گا۔ گھر والے اِدھر اُدھر سے پڑوسیوں کو بلا کر لائے۔ ایک عمر رسیدہ شخص نے کہا کہ کسی کے گھر میں گھیکوار ہے تو فوراً لاؤ۔ اگر گھر میں نہیں تو کسی دوسری جگہ سے لانے کا فوری بندوبست کرو۔ میں اس کو دوائی بنا کردوں گا۔ اللہ تعالیٰ صحت دے گا۔ ایک آدمی دوڑتا ہوا گیا اور گھیکوار آدھ سیر کے قریب لے آیا۔ بزرگ نے اس کے ٹکڑے کیے اور مٹی کی ہانڈی میں ڈال کر چولہے پر رکھ دیا۔ چولہے میں آگ تیز کردی۔ گھیکوار جل کر راکھ ہوگئی۔ انہوں نے دیسی گھی ایک پاؤ کے قریب مانگا جو ہمارے گھر میں موجود تھا۔ انہوں نے آگ آہستہ کرکے گھی ہانڈی میں ڈال کر پاس بیٹھ کر چمچ سے ہلانے لگے۔ دس بارہ منٹ بعد انہوں نے ہانڈی اتار لی اور دوائی ایک پیالہ میں ڈال دی۔ نیم گرم دو چمچ تھوڑا تھوڑا کرکے میرے منہ میں ڈال دیئے۔ دوائی کا اندر جانا تھا کہ سانس آہستہ آہستہ کھلنے لگی۔ پانچ دس منٹ بعد میں بالکل اٹھ کر بیٹھ گیا اور باتیں کرنے لگا۔ اس آدمی نے کہا کہ دو چمچ صبح' دوپہر اور دو رات کو کھا لیا کرو۔ میں نے ہدایت کے مطابق استعمال کرنا شروع کردیا۔ کہتے ہیں بیس بائیس سال سے زائد کا عرصہ گزر چکا ہے۔ دوبارہ تکلیف نہیں ہوئی۔ اس کے علاوہ پہاڑوں پر چڑھتے ہوئے سانس بھی نہیں پھولتا۔ تھوڑا بہت اس عمر میں اگر سانس پھول بھی جائے تو عام آدمی کی طرح ہوتا ہے کوئی تکلیف نہیں ہوتی۔

خونی دستوں کا سو فیصد مجرب علاج

چند دن پہلے کا واقعہ ہے کہ میں ایک دکان پر بیٹھا تھا موسم سرما میں پھلوں اور سبزیوں پر بات چیت ہورہی تھی۔ بارشیں نہ ہونے پر علاقائی سبزیوں میں کمی اور بیماریوں میں اضافہ وغیرہ کا ذکر ہورہا تھا۔ میرے جاننے والے فرمانے لگے کہ ہمارے علاقہ میں تمام پھلدار درختوں کے پتے گرجاتے ہیں۔ ایسا لگتا ہے کہ سوکھ گئے ہوں مگر اللہ کی شان دیکھیں کہ اس موسم میں ان درختوں کے ساتھ ایک چھوٹا سا پودا اگتا ہے جو کسی برف باری سے بھی خشک نہیں ہوتا۔ یہ پودا عموماً اخروٹ اور خوبانی کے درختوں پر اُگ جاتا ہے۔ اس پودے کا فائدہ یہ ہے کہ کسی انسان یا حیوان کو اگر خونی پیشاب جاری ہوجائے تو اس کی چند ٹہنیاں کوٹ کر گڑ میں ملا کر حیوان اور انسان کو تھوڑی سی کوٹ کر گڑ کا شربت بنا کر پلا دی جائے تو فوری آرام دیتی ہے۔ مجھے اس پودے کو دیکھنے کا شوق ہوا۔ میں نے ایک اور واقف سے پوچھا کہ آپ کی طرف ایسا پودا ہوتا ہے اس نے جواب دیا کہ ہمارے درختوں کے ساتھ عام لگا ہوتا ہے۔ میرے کہنے پر دوسرے دن ایک بڑا شاپنگ بیگ بھرا ہوا لے آیا۔ میں نے چند ٹہنیاں جس نے اس کے فوائد بیان کیے اس کو بھی دے دیں اور باقی کو خشک کرکے رکھنے کا ارادہ تھا تاکہ گرمیوں میں اس کا کوئی تجربہ کیا جاسکے۔ گرمیوں میں اکثر لوگوں کو خونی پیچش ہوجاتے ہیں لانے والے نے فرمایا کہ اس کو خشک نہ کریں اتنی تکلیف کرنے کی کیا ضرورت ہے۔ میں اگر زندہ رہا تو تازہ لا کردے دوں گا۔ میں نے وہ تمام بیگ ایک نالے میں پھینک دیا اور گھر چلا آیا۔ تین چار دن بعد میں پھر اسی دکان پر گیا۔ مجھے دیکھتے ہی وہ دکاندار نے ہنسنا شروع کردیا اور کہنے لگا کہ بیٹھیں آپ کو زبردست قصہ سناؤں۔ میں بیٹھ گیا اور وہ اس طرح بیان کرنے لگا کہ میں اسی دن جس دن تم نے بوٹی لا کر دی تھی میں دکان بند کرکے بوٹی کو ہاتھ میں پکڑے گھر جارہا تھا کہ راستے میں ایک رشتہ دار جو بہت پریشان لگ رہا تھا میں نے شام کے وقت یعنی مغرب کے وقت سخت سردی میں گھر سے نکلنے کی وجہ پوچھی تو کہنے لگا کہ بھائی میری بھینس بیمار ہے اس کو خونی پیشاب کی تکلیف ہے۔ کھاتی پیتی بھی کم ہے۔ حیوانات کے ڈاکٹروں سے ادویات لاتا رہا اس امید پر کہ ٹھیک ہوجائیگی۔ بچہ جننے میں دس پندرہ دن رہتے ہیں تین چار گھنٹوں سے بار بار خونی پیشاب کرتی ہے اور آوازیں نکالتی ہے' شہر کی طرف جارہا ہوں' ڈاکٹر کو جو اس نے مانگا دوں گا اور ساتھ لا کر اس کو کوئی ٹیکہ وغیرہ لگواؤں گا۔ اس آدمی نے اس کی بات سنتے ہی وہ بوٹی جو میں نے دی تھی اس کے حوالے کردی اور کہا کہ شہر میں جانا فضول ہے ڈاکٹر دکانیں بند کرکے گھر چلے گئے ہوں گے اور کسی قیمت پر تمہارے ساتھ اس سردی میں نہیں آئیں گے۔ یہ بوٹی ایک پاؤ گڑ میں کوٹ کر کھلا دو اور خدا پر بھروسہ کرو۔ انشاء اللہ تمہاری بھینس بالکل ٹھیک ہوجائیگی۔

اس آدمی نے وہ بوٹی لی اور دوڑتا ہوا گھر کی طرف روانہ ہوا۔ گھر جا کر اس نے بوٹی بھینس کو کھلائی صبح بھینس بالکل ٹھیک تھی۔ کہنے لگا کہ آج صبح وہ بھینس والا میری دکان پر شکریہ ادا کرنے آیا تھا جس کے جواب میں میں نے اسے کہا کہ مولا کریم نے ہر چیز کا بندوبست کیا ہوا ہوتا ہے۔ تمہاری پریشانی کا اس کو علم تھا تمہاری فریاد اس نے جب سنی فوری بندوبست کردیا۔

معدے کے تمام امراض کیلئے ایک خاندانی راز

بزرگ کہنے لگے حکیم صاحب آپ نے میرا اتنا بڑا کام کر دیا ہے میرے پاس ایک خاندانی راز ہے میں چاہتا ہوں کہ آپ کو دوں۔ جو آج تک میں نے کسی کو نہیں دیا۔ حتیٰ کہ میری سگی ممانی جس نے مجھے ماں کی جگہ پالا تھا ایک دفعہ اس نے پوچھا تو میں نے ٹال دیا اور اس کو نہ دیا۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! سالہا سال سے عبقری کے ان صفحات میں ہمیشہ دستور رہا ہے کہ ان مضامین کو یا ان الفاظ کو یا ان رازوں کو بیان کیا جائے جو اب تک مخلوق خدا کی نظروں سے اوجھل ہیں وہ راز زندگی کی حیات کیلئے' وہ راز صحت اور شفاء یابی کیلئے بہت اہم ہوتے ہیں۔ ایک طبی راز جو اس وقت آپ کی نذر ہے جسے میں تفصیل سے بیان کرنا چاہوں گا وہ یہ ہے کہ آپ طبیعت کی متلاہٹ' طبیعت کی بے چینی' صحت اور تندرستی کے گھمبیر مسائل کا شکار ہیں' میری مراد وہ لوگ ہیں جو معدہ' گیس' تبخیر' کھانا کھانے کے بعد بدہضمی اور ایسی دوائیں استعمال نہیں کرسکتے جو بدذائقہ ہوں بلکہ ایسے لوگ جو نازک مزاج لطیف مزاج ہوں ان کیلئے یہ نسخہ مجھے کہاں سے ملا؟ کیسے ملا؟ پہلے اس کی مختصر سی داستان عرض کرتا ہوں۔

یہ غالباً 1985ء کی بات ہے ایک بوڑھے بزرگ تھے جو غلہ منڈی میں دکان کے اوپر ایک مکان میں رہتے تھے ان کا بیٹا نافرمان تھا' شادی کی' بیوی کو چھوڑ کر چلا جاتا تھا وہ بوڑھے بزرگ میرے پاس اُس بیٹے کی اصلاح اور اس کی تبدیلی کیلئے آئے' کسی طرح اس کا مزاج' اس کی طبیعت بیوی کی طرف' گھر کی طرف' بچوں کی طرف مائل ہو۔ گھر سے باہر کی بے راہ روی چھوڑ دے' اس کی طبیعت اصلاح کی طرف متوجہ ہو۔ میں ان کی بات سن رہا تھا اور وہ مسلسل رو رہے تھے۔ سفید ڈاڑھی' پہنا ہوا سفید لباس اور پر گرتے ہوئے موتی جیسے آنسو۔ ایک عجیب دردناک منظر پیش کر رہے تھے ان کا ایک ہی بیٹا تھا۔ پاکستان بننے سے پہلے وہ دہلی کے قریب ایک گاؤں میں رہتے تھے پاکستان بننے کے بعد آئے انہیں گھر بار نہ ملا کسی نے غلہ منڈی میں اپنی دکان کے اوپر جگہ دیدی اور وہ رہنے لگے۔ محنت مزدوری کرکے بچوں کا پیٹ پالا' کچھ ہی عرصے کے بعد بیوی ساتھ چھوڑ گئی اور فوت ہوگئی۔ اب چشم و چراغ صرف ایک ہی بیٹا تھا اور اسی سے ساری امیدیں وابستہ تھیں لیکن بیٹا غلط راہوں پر چل پڑا' کسی نے مشورہ دیا کہ شادی کردیں اصلاح ہوجائے گی' شادی کردی لیکن اُس نے اپنی راہیں نہ چھوڑیں' میں نے انہیں تسلی دی کہ اللہ جل شانہٗ اس کے دل کی دنیا بدل دے گا اور اعمال قرآنی میں ایسی چیزیں جو دل کی دنیا کو واقعی ہی بدل دیتی ہیں۔ اس کیلئے انہیں میں نے بتایا کہ ہر نماز کے بعد انیس دفعہ سورۃ الھب پڑھیں اور سارا دن بیٹے کا تصور کرکے یَامُمِیۡتُ یَاقَابِضُ یَامَانِعُ یَاصَبُوۡرُ اُٹھتے بیٹھتے وضو بے وضو پڑھتے رہیں اور چالیس دن کے بعد پھر میرے پاس آئیں۔ چالیس دن کے بعد پھر تشریف لائے تو وہ مطمئن نظر آرہے تھے میں نے انہیں دیکھتے ہی پوچھا کیا حال ہے فرید کا؟ (جو ان کے بیٹے کا نام تھا) فرمانے لگے بہت بہتر' جو پہلے رات کو تین بجے' چار بجے آتا تھا اب دس بجے آنا شروع ہوگیا ہے۔ مار دھاڑ شور شرابہ' پٹائی اس نے چھوڑ دی ہے بلکہ اب تو پچھلے دنوں ایک بات کہہ رہا تھا کہ میں کوئی کاروبار' کہیں مزدوری یا نوکری کرنا چاہتا ہوں ابا جی آپ بہت بوڑھے ہوگئے ہیں۔ بوڑھے بزرگ فرمانے لگے اُس کے یہ الفاظ میرے لیے حیرت سے کم نہ تھے کہ وہ شخص جو آج تک ان لفظوں سے دور تھا جس نے آج تک مجھے باپ بھی نہیں سمجھا تھا اس نے یہ لفظ کیسے کہہ دیئے۔ فرمانے لگے بیوی کی طرف توجہ کرنے لگ گیا ہے' بچوں سے محبت کرتا ہے' اب دن کا بھی اکثر حصہ گھر گزارتا ہے میں نے انہیں مزید اس عمل کی تاکید کی' اور چالیس دن مزید پڑھنے کو دیئے' وہ چلے گئے۔ پھر چالیس دن کے بعد آئے خوشخبری سنائی کہ پہلے سے زیادہ بہتر ہے اور پہلے سے زیادہ اور اصلاح ہے اور میں نے ان سے عرض کیا کہ اگر سہولت ہوتو اس عمل کو کچھ عرصہ اپنا معمول بنالیں۔ اٹھتے ہوئے بوڑھے بزرگ کہنے لگے حکیم صاحب آپ نے میرا اتنا بڑا کام کردیا ہے میرے پاس ایک خاندانی راز ہے میں چاہتا ہوں کہ آپ کو دوں۔ جو آج تک میں نے کسی کو نہیں دیا۔ حتیٰ کہ میری سگی ممانی جس نے مجھے ماں کی جگہ پالا تھا ایک دفعہ اس نے پوچھا تو میں نے ٹال دیا اور اس کو نہ دیا۔ آج وہ راز آپ کو دے رہا ہوں' وہ راز کیا ہے؟ اُس راز کے سلسلے میں جو فوائد بتائے عبقری کے قارئین کو پہلے وہ فوائد بتاتا ہوں تو وہ بوڑھے بزرگ فرمانے لگے کہ اس کا سب سے پہلا فائدہ تو یہ ہے کہ سینے کی جلن' پیاس کی زیادتی' گرمی کی شدت' کھانا ہضم نہ ہونا یا ہضم ہوئے بغیر نکل جانا' دائمی قبض ہونا' اجابت کھل کر نہ آنا' ذہنی تفکرات' ذہنی دباؤ' بچوں کے دست' اجابت' بچوں کی الٹی' بچوں کا موٹا تازہ نہ ہونا' بھوک نہ لگنا' طلب غذا کی نہ ہونا' تھوڑا سا کھا کر چھوڑ دینا اور بڑوں

(باقی صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

جب کاروبار میں فائدہ ہو رہا ہو تو افسوس کی نہیں خوشی کی بات ہوتی ہے۔ شوہر گھر کا انتظام سنبھال لیں یہ بھی بری بات نہیں بلکہ آپ کو خوش ہونا چاہیے کہ ذمہ داری کم ہوئی۔ بچت کرنی اچھی بات ہے لیکن اتنی نہیں کہ تکلیف سے گزارا کیا جائے اور ضروریات کی تکمیل کیلئے بھی رقم خرچ نہ کی جائے

سب ہی چلے گئے......!

میں نے اپنی بھتیجی کو اولاد کی طرح سمجھا۔ مگر اب میں تنہا ہوں۔ ڈیپریشن کی مریضہ ہونے کی وجہ سے شوہر نے گھر چھوڑ دیا ہے۔ بچے بھی چلے گئے ہیں' بار بار بھائی کے گھر بھتیجی سے ملنے جاتی ہوں تو وہ لوگ مجھے اس سے ملنے نہیں دیتے' شوہر کا حکم بھی سخت ہے کہ میرے ہی بچے مجھ سے نہ ملیں۔ اس طرح میرے ذہن پر اور خراب اثر پڑتا ہے۔ میں بے ہوش ہوجاتی ہوں۔ اب صدمے برداشت کرنے کی ہمت نہیں رہی۔ علاج بھی ہو رہا ہے۔ (ا۔ر۔کراچی)

مشورہ: ایک ماں کو بچوں سے ملنے نہ دینا تو ظلم ہے۔ آپ اپنے خاندان کے بڑوں سے ملیں اور انہیں بتائیں کہ بھائی اور شوہر نے بچوں کو جدا کر دیا ہے۔ وہ آپ کو ان سے ملوانے کی کوئی صورت نکال سکتے ہیں۔ جس ڈاکٹر سے علاج ہو رہا ہے ان سے بھی تذکرہ کریں کہ وہ آپ کے رشتہ داروں کو اپنے کلینک میں بلوا کر سمجھائیں کہ بیماری کی حالت میں آپ کو اکیلا نہ چھوڑا جائے۔ بچے اور عزیز و اقارب کے ساتھ رہیں یا ملاقات کر لیا کریں۔ آپ بھی اپنے اہل خانہ کے ساتھ اچھی طرح پیش آئیں۔

خوف کی جسمانی علامات بھی ہیں

مجھے بلند عمارتوں سے خوف آتا ہے۔ میرے والد کا آفس نویں منزل پر واقع ہے۔ میں وہاں چلا تو جاتا ہوں لیکن اگر کھڑکی سے نیچے دیکھتا ہوں تو چکر آنے لگتے ہیں۔ کہیں یہ میرا مستقل خوف مجھے مشکلات میں نہ ڈال دے۔ **(فراز علی' اسلام آباد)**

مشورہ: آپ نے بلند عمارتوں سے خوف آنے کا ذکر کرتے ہوئے صرف چکر آنے کی بات کی ہے جبکہ خوف کی جسمانی علامات میں دل کا تیزی سے دھڑکنا' سانس معمول سے زیادہ تیز ہوجانا' رونگٹے کھڑے ہونا' جلد زرد ہوجانا' پسینہ آنا' ہاتھ پیر ٹھنڈے ہوجانا وغیرہ شامل ہیں۔ ضروری نہیں کہ خوف کی صورت میں یہ تمام علامات ہی ظاہر ہوں مگر چند ایک ظاہر ہوتی ہی ہیں۔ آپ کو بلندی سے نیچے دیکھتے ہوئے چکر آتے ہیں۔ ایسا اکثر ان لوگوں کے ساتھ ہوتا ہے جنہیں بار بار بلندی سے نیچے دیکھنے کا تجربہ نہ ہوا ہو جن لوگوں کے معمول میں یہ بات شامل ہوجاتی ہے ان کی نفسیاتی کیفیات بھی معمول کے مطابق رہتی ہیں۔

مجھے افسوس ہوتا ہے

میرے شوہر کاروبار کرتے ہیں کبھی بہت فائدہ اور کبھی نقصان ہوجاتا ہے۔ مجھے نقصان کا اندیشہ زیادہ رہتا ہے اس لیے جب حالات اچھے ہوتے ہیں تب بھی فکر میں اخراجات کم کرتی ہوں۔ بچے پریشان ہوتے ہیں۔ مجھے خود بھی تکلیف رہتی ہے یہ صورت حال دیکھ کر شوہر نے گھر کا زیادہ انتظام خود سنبھال لیا ہے اس کا بھی مجھے افسوس ہوتا ہے۔ **(امبر' جڑانوالہ)**

مشورہ: جب کاروبار میں فائدہ ہو رہا ہو تو افسوس کی نہیں خوشی کی بات ہوتی ہے۔ شوہر گھر کا انتظام سنبھال لیں یہ بھی بری بات نہیں بلکہ آپ کو خوش ہونا چاہیے کہ ذمہ داری کم ہوئی۔ بچت کرنی اچھی بات ہے لیکن اتنی نہیں کہ تکلیف سے گزارا کیا جائے اور ضروریات کی تکمیل کیلئے بھی رقم خرچ نہ کی جائے یا بہت ہی کم خرچ کیا جائے۔ مستقبل سے اچھی امید رکھتے ہوئے آج زندگی کا لطف اٹھائیں۔ آج جو نعمتیں حاصل ہیں ان پر شکر کریں' ہنستے مسکراتے ہوئے وقت گزارنا چاہیے اس طرح کہ ہمیشہ زندگی کے روشن پہلو پر نظر رہے۔

یکسوئی نہیں

میٹرک کا طالب علم ہوں کوئی کام یکسوئی سے نہیں کر پاتا۔ ذہن ادھر اُدھر بھٹکتا رہتا ہے۔ خیال آتا ہے کہ کوئی دیکھ رہا ہوگا یا میں پاگلوں والا کام تو نہیں کر رہا۔ غرض یہ کہ مجھے لگتا ہے میری کوئی شخصیت نہیں۔ کسی کو متاثر نہیں کر پاتا۔ کسی سے خلوص دل سے نہیں مل پاتا۔ ایسا لگتا ہے جیسے وہ میرے بارے میں غلط سوچ رہا ہے۔ قلبی اور ذہنی سکون حاصل نہیں ہو رہا۔ عمر اٹھارہ سال ہے۔ **(آصف' ملتان)**

مشورہ: ذہن بھٹکنے کی شکایت اکثر طالب علموں کو ہوتی ہے۔ اس کا سبب ذہنی یکسوئی کی کمی ہے۔ ایک حقیقت کو اچھی طرح سمجھ لیں وہ یہ کہ لوگوں کو آپ سے زیادہ اپنی پروا ہے اپنا احساس ہے اور آپ پاگل نہیں بلکہ ایک نارمل طالب علم ہیں تو کیوں کوئی آپ کو غلط سمجھے گا؟ لوگوں کے حوالے سے منفی سوچ کو اپنے ذہن سے نکال دیں گے تو بہت حد تک ذہنی سکون حاصل ہوجائے گا۔

اس کا خیال ذہن سے نہیں جاتا

گھر والے میری شادی پھوپی کی بیٹی سے کرنا چاہتے ہیں جو نیک سیرت' خوبصورت' حافظہ اور عالمہ بن رہی ہے۔ مجھ سے پردہ بھی کرتی ہے بچپن میں ملاقات ہوئی تھی۔ مجھے اس سے دلچسپی نہیں لیکن اس کے مذہبی رجحان سے متاثر ہوکر شادی کرنا چاہتا ہوں۔ آٹھ سال پہلے ایک لڑکی سے ملاقات ہوئی تھی جو بعد میں محبت میں بدل گئی۔ میں نے لڑکی سے کبھی اپنے جذبات کا اظہار نہیں کیا کہ کہیں وہ بدنام نہ ہوجائے کسی کو بھی نہیں معلوم کہ میں اس سے بے حد محبت کرتا ہوں۔ روزگار کی خاطر گھر سے بہت دور ہوں' یہاں بھی اس کا خیال ذہن سے نہیں جاتا۔ **(ج۔حیات' اسلام آباد)**

مشورہ: فی الحال تو دونوں میں سے کسی بھی لڑکی سے ملاقات نہیں ہو رہی جس سے شادی ہونے والی ہے جب اس کا خیال ذہن میں جگہ بنالے گا تو آپ اپنی پرانی محبت کو بھول جائیں گے۔ یہ اچھی بات ہے کہ والدین نے ایک نیک سیرت اور دین دار لڑکی کو آپ کیلئے پسند کیا اور آپ کو بھی وہ متاثر کر گئی۔ خوشیاں تو آپ کی منتظر ہیں۔ مضبوط قوت ارادی سے کام لے کر ذہن میں آنے والے ہر اس خیال کو جھٹک دیں جس کا نہ کوئی آغاز تھا نہ انجام ہے۔

آیئے آپ کو عامل کامل بنائیں

حکیم مہتاب حسین دہلوی

کھانے پینے میں کسی قسم کا پرہیز نہیں ہے۔سوائے حرام اشیاء کے۔ پھر آپ صبح نو بجے سے گیارہ بجے تک ایک وقت مقرر کرلیں یہ وقت تقریباً ایک گھنٹہ آپ کے عمل میں لگے گا اور چالیس دن تک یہ عمل وقت مقررہ پر ہی کریں۔ پہلے دو دو رکعت کرکے 4 نوافل نماز چاشت ادا کریں

قرآن کریم کی سورتوں پر مشتمل اس عمل سے آپ کو کسی قسم کا خوف، ڈر یا نقصان نہیں پہنچے گا بلکہ آپ کی دنیا میں ایک سروری کیفیت آکر آپ کے دین و دنیا اور آخرت سنور جائے گی۔ آئیں! میں آپ کو عامل بننے کا طریقہ بتاؤں۔ عامل مجموعہ ہے عملیات کا جس کی تعریف اس طرح کی جاسکتی ہے جو شخص ایک کام کیلئے مسلسل عمل سے گزر رہا ہو۔ وہ اس کام کا عامل کہلاتا ہے۔ میں آپ کو مرض کی شناخت نہیں پہچان مرض کا عامل بننے کا چلہ یعنی یہ عمل چالیس دن کا ہے۔ اس کام کو شروع کرنے کیلئے ہفتہ کے دنوں میں سے جمعہ کا دن تمام دنوں سے افضل ہے لہٰذا آپ اپنا یہ عمل جمعہ کے دن سے اس طرح شروع کریں کہ آپ چالیس دنوں کی نماز فرض باجماعت تکبیر اولیٰ کے ساتھ پڑھنے کی نیت کریں کہ فجر کی نماز شروع ہونے سے دو چار منٹ پہلے صف میں کھڑے ہوں اور پوری (اقامت الصلوٰۃ) آپ اور امام کے اللہ اکبر کہنے کے ساتھ ہی آپ بھی اللہ اکبر کہہ کر نیت باندھ لیں اور دونوں رکعتیں پوری ہونے کے بعد سلام پھیرنے کے بعد آپ استغفار، کلمہ طیبہ، آیت الکرسی، تسبیحات فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا، دعا کے بعد آپ مسجد میں بیٹھے رہیں اور اس دوران کلمہ سوئم کے پہلے حصہ کا ورد زیادہ کریں۔ ایک تسبیح درود شریف کی اور ایک تسبیح استغفار پڑھیں اور پھر نماز اشراق ادا کرکے اپنے گھر جائیں اور ناشتہ وغیرہ کریں اور کاروبار زندگی میں مصروف ہوجائیں آپ جو کاروبار بھی کررہے ہوں اس میں بے ایمانی کا عنصر موجود نہ ہو۔

کھانے پینے میں کسی قسم کا پرہیز نہیں ہے۔سوائے حرام اشیاء کے۔ پھر آپ صبح نو بجے سے گیارہ بجے تک ایک وقت مقرر کرلیں یہ وقت تقریباً ایک گھنٹہ آپ کے عمل میں لگے گا اور چالیس دن تک یہ عمل وقت مقررہ پر ہی کریں۔ پہلے دو دو رکعت کرکے 4 نوافل نماز چاشت ادا کریں۔ پھر چار رکعت نماز نفل کی نیت کریں اور ثناء، تعوذ اور تسمیہ کے بعد سورۃ الفاتحہ یعنی الحمد شریف پوری آمین تک اس کے بعد آیۃ الکرسی دس دفعہ سورۃ الکافرون دس دفعہ، سورۃ الاخلاص دس دفعہ، سورۃ الفلق دس دفعہ، سورۃ الناس دس دفعہ پڑھنے کے بعد پہلے دو دو رکعت کرکے چار نوافل نماز چاشت ادا کریں۔ پھر چار رکعت نماز نفل کی نیت کریں اور ثناء تعوذ اور تسمیہ کے بعد سورۃ الفاتحہ یعنی الحمد شریف پوری یعنی آمین تک ایک دفعہ اس کے بعد آیۃ الکرسی دس دفعہ سورۃ الکافرون دس دفعہ، سورۃ الاخلاص دس دفعہ، سورۃ الفلق دس دفعہ، سورۃ الناس دس دفعہ پڑھ کر رکوع کریں اور پھر دونوں سجدوں کے بعد دوسری، تیسری اور چوتھی رکعت بھی پہلی رکعت کی طرح پڑھیں اور سلام کے بعد سر سجدہ میں رکھ کر تیسرے کلمہ کا پہلا حصہ ستر مرتبہ پڑھ کر سر سجدہ سے اٹھا کر ستر مرتبہ آیت کریمہ پڑھیں اور اپنے مقصد کیلئے دعا کریں۔

اس کے بعد جمعہ کے دن نماز جمعہ سے پہلے اور عام دنوں میں ظہر کی نماز سے پہلے پہلے چار رکعت نماز نفل صلوٰۃ التسبیح ادا کریں۔ مغرب کی نماز کے بعد چھ رکعت اوابین پڑھیں۔ پھر رات کو صبح یعنی فجر کی اذان سے کچھ وقت پہلے اٹھ کر نماز تہجد ادا کریں۔ اس تمام عمل کو چالیس دن تک خصوصی طور پر اور باقی زندگی میں نماز باجماعت تکبیر اولیٰ کے ساتھ ادا کرنے کی فکر کریں۔ چالیس دن کے اندر اندر آپ اپنے اندر مخصوص قسم کی تبدیلی اور خاص قسم کے اثرات محسوس کریں گے۔ اکثر خواب میں آپ ہوائی سفر وغیرہ کررہے ہوں گے یہ آپ کی کامیابی کی دلیل ہے۔

ہوشیار رہیں......!

بارہا یہ شکایات موصول ہورہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org_facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042)-37552384, 37597605۔ **نوٹ:** عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی معالجے کیلئے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

تبخیر معدہ لاعلاج نہیں

بھوک کا کم ہونا اس امر کا واضح اعلان ہے کہ نظام ہضم کے کسی عضو میں بلغم اور رطوبت کا اجتماع ہوگیا ہے جس سے عضو مذکور میں سستی پیدا ہوگئی ہے

خون کی پیدائش غذا کی مرہون منت ہے۔ غذا اگر بھوک کے بغیر کھائی جائے تو خمیر و تعفن میں اضافہ ہوکر معدہ کے گوناگوں عوارض جنم لیتے ہیں۔ اسی طرح بلا حاجت کھائی ہوئی لطیف سے لطیف غذا بھی جسم انسانی کے فائدے کے بجائے مضرت رسانی کا سبب ہوا کرتی ہے اسی لیے بہتر علاج کیلئے مریض کو جب تک صحیح بھوک پیدا نہ ہو، غذا سے مکمل پرہیز کرائیں۔ غذا پر اس پابندی سے مریض کے جسم سے خمیر اور عفونت کا خاتمہ ہوجاتا ہے اور وہ کامل شفاء سے ہمکنار ہوسکتا ہے۔

بھوک کا کم ہونا اس امر کا واضح اعلان ہے کہ نظام ہضم کے کسی عضو میں بلغم اور رطوبت کا اجتماع ہوگیا ہے جس سے عضو مذکور میں سستی پیدا ہوگئی ہے جس کے نتیجے میں وہاں پر حرارت اور طاقت میں کمی واقع ہوگئی ہے۔ رطوبت فاسدہ اور بلغم کو دواؤں سے بھی ختم کیا جاسکتا ہے مگر زیادہ بہتر فاقہ سے صحیح بھوک بیدار کرنا ہے جو جسم سے فاسد مادوں کو از خود ختم کرنے کا موجب بنے گا۔ ہر غذا ایک صحت مند انسان میں اپنے کامل انہضام کیلئے چھ سے بارہ گھنٹے کا وقفہ چاہتی ہے بس جب تک غذا مکمل طور پر ہضم نہ ہوجائے۔ مزید غذا ہرگز نہیں لینی چاہیے موجودہ دور کے تبخیری عوارض اس سنہری اصول پر عمل نہ کرنے کے سبب ایک عالم کو پریشان کیے ہوئے ہیں۔

جو لوگ غذا پر مناسب پابندیوں کو برداشت کرتے ہیں۔ ان کی نہ صرف عمریں بہت لمبی ہوتی ہیں۔ ان کے طاقت اور شباب بھی زوال پذیر نہیں ہوتے۔ دوران خون کی بحالی، حرارت غریزی کی پیدائش، بلڈ شوگر، کولیسٹرول، یورک ایسڈ، بلڈ پریشر اور تبخیر معدہ سے نجات، جسم اور روح کی قوتوں کی بیداری، اختناق الرحم، مرگی، سل ودق حتیٰ کہ نزلہ، زکام، کھانسی کا خاتمہ صرف اور صرف جسم سے خمیر و تعفن کو ختم کرکے آسانی سے کیا جاسکتا ہے۔ **شدید بھوک پر کھائیں:** شدید بھوک سے معدہ میں پڑا ہوا خمیرہ جل جائیگا جس سے ہر قسم کے فضلات کا خاتمہ ہوجاتا ہے۔ شدید بھوک پر کھائی ہوئی غذا سے صالح خون پیدا ہوتا ہے جو جسم کا ذخیرہ قوت ہے۔ شدید بھوک پر کھائی ہوئی غذا سے انسان صدہا امراض معدہ وامعاء سے محفوظ رہتا ہے۔

معدے کے امراض اور ان کے شفاء بخش علاج کیلئے کتاب ''امراض معدہ علاج اور جدید سائنس'' کا مطالعہ ضرور کریں

کسان کا سوال' فقیر کا جواب

نور بلوچ

واپسی پر کسان سب سے پہلے آلوچے کے درخت کے پاس گیا اور اسے بتایا کہ اس کا پھل کیوں کڑوا ہوتا ہے درخت نے کسان سے کہا کہ خدا کیلئے جتنی جلدی ہو سکے یہ خزانہ کھود کر نکال لو اور اسے تم اپنے ساتھ لے جاؤ کسان نے ایسا ہی کیا۔

مجھے یقین ہے اس کو جو بھی پڑھے گا انشاء اللہ عزوجل وہ غریبوں سے نفرت نہیں کرے گا کیونکہ غریبی صرف اللہ عزوجل کی آزمائش ہے کہ کون کس حال میں اللہ عزوجل کو یاد کرتا ہے۔ کہانی کچھ اس طرح سے ہے کہ کسی زمانے میں دو کسان رہتے تھے۔ وہ دونوں سگے بھائی تھے چھوٹے بھائی کا نام سلطان تھا اور بڑے بھائی کا نام اکرام تھا۔ چھوٹا بھائی بہت غریب اور بڑا بھائی امیر تھا۔ لیکن بڑے بھائی نے کبھی بھی چھوٹے بھائی کی مدد نہ کی بلکہ وہ اس سے ہمیشہ یہی کہتا تھا کہ غریبی تمہاری قسمت میں لکھی ہوئی ہے اور تم ہمیشہ غریب ہی رہو گے اور غریب ہی مرو گے۔

ایک مرتبہ چھوٹے بھائی کے دل میں خیال آیا کہ کیوں نہ کسی دوسرے شہر میں چل کر اپنی حالت کو بہتر بنانے کی کوشش کی جائے ایک روز وہ اپنے گھر سے نکل گیا اور چلتے چلتے وہ ایک ایسی جگہ پہنچا جہاں کسی بادشاہ کا محل تعمیر ہو رہا تھا لیکن اس بادشاہ کے ساتھ ایک عجیب بات یہ ہو رہی تھی کہ جب محل ایک طرف سے مکمل ہو جاتا اور کاریگر یعنی کام کرنے والے دوسری طرف کام کرنے لگتے تو پہلی طرف کا حصہ خود بخود گر جاتا کسان یہ عجیب بات دیکھ کر کچھ دیر کیلئے وہیں کھڑا ہو گیا' دیکھتا رہا اتنے میں وہاں بادشاہ بھی آ گیا اس نے کسان سے پوچھا کہ تم کون ہو؟ اور کہاں سے آئے ہو اور کہاں جا رہے ہو؟ کسان نے کہا کہ میں ایک غریب کسان ہوں اور قسمت آزمائی کیلئے کسی دوسرے شہر میں جا رہا ہوں اس پر بادشاہ نے کہا کہ جب تم اپنی مراد کو پہنچ جاؤ تو مجھ کو ضرور یاد رکھنا اور کسی سے اس کی وجہ معلوم کر کے مجھے بتانا کہ میرا محل اس طرح بننے کے بعد آدھا کیوں گر جاتا ہے۔ کسان نے بادشاہ سے وعدہ کر لیا کہ وہ یہ بات معلوم کر کے اسے بتائے گا' جب کسان وہاں سے اپنے سفر پر آگے روانہ ہوا تو راستے میں ایک دریا آ گیا ابھی وہ دریا کو پار کرنے ہی لگا تھا کہ دریا میں سے ایک بڑا سا کچھوا باہر نکلا اور پوچھا کہ اے مسافر تم کون ہو اور کہاں جا رہے ہو؟ جب کسان نے اپنے سفر کا مقصد بتایا تو کچھوے نے کہا کہ جب تم اپنے مقصد میں کامیاب ہو جاؤ تو مجھے بھی یاد رکھنا میں دریا میں رہتا ہوں اس کے باوجود اندرونی طور پر جلتا رہتا ہوں۔ میرے سینے میں ہر وقت آگ لگی رہتی ہے کسی سے یہ دریافت کرنا کہ آخر اس کا سبب کیا ہے۔

کسان نے کچھوے سے بھی وعدہ کر لیا کہ وہ اس کے ہر وقت اندرونی طور پر جلتے رہنے کا سبب معلوم کر کے بتائے گا کچھوے نے اس کسان کو اپنی پیٹھ پر بٹھا کر دریا پار کروا دیا۔ چلتے چلتے کسان کو بھوک لگی۔ اس نے راستے میں ایک آلوچے کا درخت دیکھا اور اس نے کچے پکے آلوچے توڑ لیے اور بیٹھ کر کھانے لگا سارے کے سارے آلوچے کڑوے تھے۔ اس کسان نے سارے آلوچے پھینک دیئے اور غصے میں درخت کی طرف لپکا کہ اسے توڑ دے تا کہ اس طرح کوئی دوسرا آدمی دھوکے میں آلوچے نہ کھانے لگے جب وہ اس کی شاخیں توڑنے لگا تو آلوچے کا درخت فریاد کرتے ہوئے بولا کہ میں خود پریشان ہوں کہ میرا پھل اتنا کڑوا کیوں ہے جب تم اپنے مقصد میں کامیاب ہو جاؤ تو پھر کسی سے یہ ضرور دریافت کرنا کہ میرا پھل کڑوا کیوں ہوتا ہے۔ کسان نے درخت سے بھی وعدہ کر لیا کہ وہ ضرور معلوم کر کے اسے بتائے گا۔

ایک جنگل سے وہ گزر رہا تھا کہ اس نے درختوں کے جھنڈ میں گھاس پھوس کی ایک جھونپڑی دیکھی وہ آرام کرنے کے خیال سے جھونپڑی میں داخل ہوا تو اس نے دیکھا کہ ایک بوڑھا فقیر گہری نیند سو رہا ہے وہ فقیر بارہ سال تک مسلسل جاگتا تھا اور پھر بارہ سال تک سوتا رہتا تھا ابھی کسان کو وہاں چند منٹ ہی گزرے ہوں گے کہ فقیر نیند سے جاگ پڑا اور کسان سے کہنے لگا کہ تم نے نیند کے دوران میری حفاظت کی ہے میں تم سے بہت خوش ہوں۔ یہ بتاؤ کہ تم کون ہو اور کہاں جا رہے ہو۔ کسان نے اپنا مقصد بیان کیا۔ کسان کی بات سن کر فقیر نے اس کے سر پر ہاتھ پھیرا اور کہا کہ اب تم آگے مت جاؤ اور جس راستے سے آئے ہو اسی راستے سے واپس چلے جاؤ۔

کسان نے فقیر سے وہ سوالات پوچھے۔ پہلے سوال کے جواب میں فقیر نے کہا کہ بادشاہ کی ایک جوان بیٹی ہے جو شادی کے قابل ہو چکی ہے جب تک بادشاہ اپنی بیٹی کی شادی نہیں کرے گا۔ اس کا محل اسی طرح گرتا رہے گا۔ کچھوے کے سینے میں ہر وقت آگ سی کیوں لگی رہتی ہے اس کا جواب دیتے ہوئے فقیر نے کہا کہ کچھوے کو اللہ تعالیٰ نے دانش مندی کی دولت دی ہے مگر وہ خود غرض ہے۔ اسے اپنے سینے میں دبائے بیٹھا ہے اس سے کہو کہ وہ اپنی دانش مندی دوسروں میں تقسیم کر دے۔

آلوچے کے درخت کا پھل کڑوا ہوتا ہے؟ اس سوال کا جواب دیتے ہوئے فقیر نے کہا کہ آلوچے کے پیڑ کے نیچے جڑوں میں خزانہ دفن ہے اگر وہ خزانہ نکال لیا جائے تو اس میں میٹھے آلوچے لگیں گے۔ واپسی پر کسان سب سے پہلے آلوچے کے درخت کے پاس گیا اور اسے بتایا کہ اس کا پھل کیوں کڑوا ہوتا ہے درخت نے کسان سے کہا کہ خدا کیلئے جتنی جلدی ہو سکے یہ خزانہ کھود کر نکال لو اور اسے تم اپنے ساتھ لے جاؤ کسان نے ایسا ہی کیا۔

پھر وہ کچھوے کے پاس گیا اور اسے بتایا کہ وہ ہر وقت اندرونی طور پر کیوں جلتا رہتا ہے کچھوے نے اپنے جلتے رہنے کا سبب سن کر اپنی آدھی دانشمندی کسان کو دیدی۔ آخر میں وہ بادشاہ کے پاس پہنچا اور اسے بتایا کہ اس کا محل کیوں گرتا رہتا ہے بادشاہ نے اس کا سبب سن کر کسان سے پوچھا کہ تم میری بیٹی سے شادی کرو گے۔ بادشاہ نے کسان کی رضامندی پا کر اس سے اپنی بیٹی کی شادی کر دی۔ شادی کے کچھ سال کے بعد کسان نے اپنے بڑے بھائی کو اپنے پاس بلا لیا جب وہ دربار میں آیا تو چھوٹے بھائی کو دیکھ کر حیران ہو گیا۔ چھوٹے بھائی نے بڑے بھائی سے کہا کہ تم مفلسی کو میرا مقدر کہتے تھے کہ یہ کبھی دور نہیں ہو سکتی لیکن دیکھو اللہ نے میری قسمت بدل دی ہے۔

بڑا بھائی بہت شرمندہ ہوا اور سوچ رہا تھا کہ میں نے غریبی میں کبھی اس کی مدد نہ کی پتا نہیں میرے ساتھ کیا سلوک کرے گا۔ مگر چھوٹے بھائی نے اسے معاف کر دیا۔

بس آخر میں یہ لکھنا ہے کہ کوئی امیر کسی غریب کو حقیر نہ جانے کیونکہ اللہ تعالیٰ ہر امیر و غریب کو آزماتا ہے۔

بواسیر' جوڑوں کا درد' ٹینشن
قبض کیلئے لاجواب نسخہ

ھوالشافی: مرل (اپسند) ایک چھٹانک' باؤبڑنگ ایک چھٹانک' نمک لاہوری ایک چھٹانک۔ برابر وزن سفوف کر کے صبح اور عصر کے وقت نہار منہ ایک پیالہ دہی کیساتھ استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر دہی نہیں تو پانی کے ساتھ استعمال کر سکتے ہیں۔ **فوائد:** بواسیر بادی و خونی' کرم شکم' جوڑوں کا درد' ٹینشن' قبض کیلئے لاجواب ہے۔ یہ نسخہ تقریباً 300 آدمیوں پر استعمال کیا فوائد بے شمار اور سارے دوستوں کو بھی بتایا اور سب حکماء صاحبان کو بھی بتایا تو واقعی بے شمار فوائد ملے۔

روزگار کی کامیابی کیلئے

ایک مولانا صاحب نے یہ وظیفہ بتایا ہے۔ 11 بار اول و آخر درود شریف اور 121 بار درج ذیل کلمات پڑھے۔ یَاعَلِیْمُ یَاحَکِیْمُ یَارَؤُفُ یَاشَافِیُ یَاوَھَّابُ الحمدللہ پھر اس وظیفے کے کمالات دیکھیے۔

(حکیم عمران رضا قریشی نقشبندی' بنوں)

اصغر، جنگل خیل کوہاٹ

جنات کا بچوں کو قتل اور ظلم کی انتہا

گھر میں رکھے گھوڑے کو ٹٹولا تو دیکھا تقریباً نو نو انچ لمبے کانٹے اس کے بدن میں گاڑھ دیئے گئے تھے یہ عجیب قسم کے کانٹے تھے جو تقریباً دو سال تک میرے گھر پڑے رہے ایک دن میں اپنے بچوں کے ساتھ چھت پر تھا

میری بدبختی جب شروع ہوئی وہ سردیوں کی ایک سخت سرد رات تھی میں چونکہ گھوڑا گاڑی چلاتا ہوں ایک آدمی نے مجھے لکڑیاں دیں گھر لیجانے کیلئے اس کا گھر کے۔ڈی۔ پی کوہاٹ نمبر تین گیٹ سے نمبر تین کیمپ میں ہے۔ یہ غالباً تقریباً 9 ساڑھے نو بجے کا وقت تھا ٹریفک اس روڈ یعنی پشاور روڈ پر جسے پشاور پل بھی کہتے ہیں رواں دواں تھی لیکن چند دکانیں ابھی کھلی تھی اس کے ساتھ ایک قبرستان ہے جو کہ شیر یکے کے نام سے مشہور ہے میں جب اس قبرستان سے گزر رہا تھا تو اچانک مجھے لگا کہ گھوڑا گاڑی کے پہیوں کے نیچے کوئی چیز آ گئی ہے۔ جب میں پل کے قریب پہنچا تو میں نے دیکھا بہت سے لوگوں نے مجھے چاروں طرف سے گھیر لیا اور وہ لوگ لکڑیوں کو اٹھا اٹھا کر سڑک پر پھینک رہے ہیں کسی نے میرے گریبان میں ہاتھ ڈال کر مجھے گھسیٹا اور قبرستان لے گئے وہاں سب لوگ قطار باندھے کھڑے ہیں اور مجھے ایک بابا جی کے سامنے پیش کر دیا میرے پیٹ میں سخت درد تھا اور میرے منہ سے جھاگ بہنے لگی۔ اس بابا جی کو ان لوگوں نے بتایا کہ اس آدمی نے میرے بچے کو گھوڑا گاڑی کے نیچے کچل دیا ہے اور اب ہم انہیں قتل کرنا چاہتے ہیں۔

اس بابا جی نے کہا یہ کیس سڑک کا ہے اور اس میں اس کا کوئی قصور نہیں اس لیے میں تمہیں قتل کرنے کی اجازت نہیں دیتا اور یہ تم لوگ اچھی طرح سے جانتے ہو کہ یہ ہمارا قانون نہیں۔ اسی اثناء میں، میں اُن لوگوں سے بھاگ گیا۔ جب میں قبرستان کے آخری کونے تک آیا تو ایک بڑھیا نے مجھے پکڑ لیا اور سیدھا ان جنات کے گروہ میں پہنچا دیا اب انہوں نے میری خوب دھلائی کی۔ ان میں سے ایک نے کہا ہم انہیں کوہ قاف لے چلتے ہیں اور وہاں سے فیصلہ کراتے ہیں کہ وہ کیا کہتے ہیں؟ خیر وہ لوگ مجھے قبرستان سے لے گئے ان میں سے ایک نے مجھے زمین پر پٹخ دیا اور میں بیہوش ہو گیا جب ہوش آیا تو دیکھا کہ بہت سے لوگ میری چاروں طرف جمع ہیں وہاں نجانے ایک دوسرے بابا جی نے کیا فیصلہ دیا یہ لوگ مجھے تقریباً صبح کی اذان سے پہلے گھر لے آئے اور دھکے دے کر مجھے گھر میں ڈال دیا۔ صبح تقریباً گیارہ بجے میں بیدار ہوا تو گھر سے باہر نکلا تو دیکھا گھر کے قریب لوگ جمع ہیں اور میرا گھوڑا مرا ہوا ہے۔ شدت درد سے میرا بدن ٹوٹ رہا تھا لوگ قسم قسم کی باتیں پوچھ رہے تھے میں ان کو ہوں ہاں کر کے اپنے گھوڑے کو گھر کے اندر لے آیا۔ گھر میں رکھے گھوڑے کو ٹٹولا تو دیکھا تقریباً نو نو انچ لمبے کانٹے اس کے بدن میں گاڑھ دیئے گئے تھے یہ عجیب قسم کے کانٹے تھے جو تقریباً دو سال تک میرے گھر پڑے رہے ایک دن میں اپنے بچوں کے سات چھت پر تھا میرے دو بچے میرے ساتھ تھے کہ اچانک ایک چیل میں نے دیکھی وہ میرے بچے پر جھپٹی اور اسے پنجوں میں دبا کر چھت سے اوپر لے کر اس کی گردن مروڑ دی اور مجھے دیکھا اور واپس آ کر میری گود میں پھینک دیا اور چلی گئی۔ چند دنوں بعد میرے دوسرے بچے کو بھی کمرے میں گلا دبا کر میرے سامنے قتل کر دیا میں عاملوں کے پیچھے دوڑتا رہا، مگر بے سود، آیۃ الکرسی اور سورۂ جن غرض کوئی چیز نہیں چھوڑی اسی اثناء میں ان ظالموں نے میرے تین بچے میرے سامنے قتل کر دیئے اور میں دیکھتا رہا اور میرے چار گھوڑوں کو بھی قتل کر دیا۔

اب میں جو بھی کاروبار کرتا ہوں اس میں نقصان ہوتا ہے اب میں میری چھوٹی بچی اور بیوی رہ گئے ہیں اس دوران ایک ملا صاحب نے چند تعویذ بغیر روپوں کے دیئے تو گھر میں آویزاں کروں اور چند تعویذ گلے کیلئے بیوی اور بچی اور میرے دیئے اور اس کے بعد ان کا یہ آمدورفت کم ہونے لگی اور ختم ہو گئی لیکن آج بھی میں کاروبار وغیرہ نہیں کر سکتا کیونکہ اکثر نقصان ہوتا ہے۔ یہ کوئی جھوٹی کہانی نہیں نا ہی کسی کتاب کی کہانی ہے یہ میری سچی کہانی ہے۔ برائے مہربانی علامہ لاہوتی پراسراری سے کہیں کہ میرے حالات بدلنے کیلئے دعا کریں۔ حکیم صاحب میں اندر سے ٹوٹ چکا ہوں۔ میرا حوصلہ اور ہمت اندر ہی اندر کوئی جھکڑ رہا ہے اور میں بے بس ہوں۔ میرا دل تنگ رہتا ہے، نماز کیلئے دل کرتا ہے مگر وقت نماز میں نماز نہیں پڑھ پاتا۔ غصہ بھی آتا ہے اور رونا بھی۔ کسی کے ساتھ بھلائی کرتا ہوں تو وہ الٹ ہو جاتا ہے۔ شاید میں پاگل ہو جاؤں گا، ان لٹیروں عاملوں کی وجہ سے اور یقین بھی کھو چکا ہوں اور شاید ایمان بھی۔

شکر کیسے کریں......؟

پہلے یہ کہ دل میں اس نعمت کی قدر ہو، دوسرے یہ کہ زبان سے شکر کر رہے ہوں اور تیسرے، بدن سے نثار اور قربان ہو رہے ہوں

شکر کی اصل...... محبت، ذلت اور سرنگوئی کے ساتھ صاحب نعمت کی نعمت کا اعتراف کرنا ہے...... جس کو نعمت کا شعور نہ ہو وہ شکر نہیں ادا کر سکتا اور جس کو شعور ہو اور اعتراف نہ ہو تو گویا اس نے شکر ادا نہ کیا اور جو نعمت اور صاحب نعمت کا شعور رکھتا ہو اور پھر بھی انکار کر رہا ہو وہ کفر کے دائرہ میں داخل ہو گیا اور جسے نعمت اور منعم کا شعور بھی ہو اور اقرار و اعتراف بھی، مگر خضوع، محبت اور رضا اس کی جانب سے نہ ہو اس نے بھی شکر ادا نہ کیا جس کے اندر نعمت اور منعم کے شعور کے ساتھ خضوع، محبت اور رضا تو ہو لیکن نعمت کو اللہ کی مرضیات اور اطاعت میں نہ لگایا ہو تو اس نے بھی شکر ادا نہیں کیا...... غرض صحیح معنیٰ میں شکر کیلئے علم کے ساتھ منعم کی جانب میلان، محبت اور خضوع کا ہونا ضروری ہے۔ (علامہ ابن قیم جوزی از راہ سعادت)

اللہ کی کسی نعمت کا شکر یہ ہے کہ اس نعمت کو پھر معصیت کا ذریعہ نہ بننے دیا جائے۔ (حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ)

شکر کے تین جز ہیں...... پہلے یہ کہ دل میں اس نعمت کی قدر ہو، دوسرے یہ کہ زبان سے شکر کر رہے ہوں اور تیسرے، بدن سے نثار اور قربان ہو رہے ہوں...... جب نعمت کا پورا شکر ادا کیا جاتا ہے تو اس نعمت میں اللہ تعالیٰ زیادتی کرتے ہیں اور اگر اس کی ناقدری ہو رہی ہو تو گرفت بھی فرماتے ہیں۔ فرمایا: ''ہم اس نعمت پر جو اللہ کی طرف سے ہے تینوں اجزاء والا شکر ادا کریں تب شکر ادا ہو گا۔ آج ہم شکر کے صرف ایک جُز، زبان والے پر، قناعت کر لیتے ہیں۔ ہمیں بقیہ دونوں اجزا کیلئے متفکر ہونا اور کوشش کرنا بھی ہے۔ جب تک پورا بدن قربانی میں آگے نہیں بڑھے گا دل میں عظمت نہیں آئے گی۔ لہٰذا دین کا کام کرنے والوں میں شکر کی کیفیت کا بڑھانا ہے، جو اس قربانی میں بڑھتا رہے گا اس کی یہ نعمت بھی بڑھتی رہے گی۔ (مولانا انعام الحسن صاحب از دعوت کا فہم اور اس کی بصیرت)

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

جب مجھے عبقری ملا تو میں نے اس میں موجود روحانی محفل کے متعلق پڑھا اور اس سے فیض پانے والوں کے متعلق پڑھا اور دلی سکون کی نیت کر کے روحانی محفل کرنا شروع کر دی۔ آپ یقین کریں کہ صرف دو ماہ ہی روحانی محفل کی تھی کہ میرے دل کو جیسے سکون مل گیا۔ دل سے ساری بے چینی بے سکونی ختم ہو گئی۔ اب رات کو آرام سے سوتی ہوں اور مجھے تہجد بھی نصیب ہو رہی ہے۔ میں عبقری کا جتنا بھی شکریہ ادا کروں کم ہے۔ (سویرا فاطمہ، لاہور)

مظلوم کی خاموشی اور قدرت کا انتقام

اس کی بدزبانی نے اسے کہیں کا نہ چھوڑا۔ تین بیٹیوں میں سے ایک شادی شدہ بیٹی فوت ہوگئی ایک بیٹی کے بچے نہیں ہیں اور داماد نے چار شادیاں کی ہیں۔ ہر بہو سے جا ہے جتنا مرضی پیار کرے وہ خوش نہیں ہوتی

ساس مکافات کی زد میں

(پروفیسر شیر محمد شاہ)

ہم نے اپنے ایک عزیز کی شادی اپنے ہی شہر میں کی۔ اس کے سسرال والوں نے مجبور کیا کہ وہ اپنے گھر والوں سے مکمل علیحدگی اختیار کرلے۔ چنانچہ اس نادان نے گھر کے درمیان دیوار کھینچ لی اور گھر والوں سے میل جول ختم کرلیا حتیٰ کہ وہ اپنی بیمار ماں سے بھی ملنا گوارا نہ کرتا۔

اس کا فوری خمیازہ اسے یہ بھگتنا پڑا کہ اس کے گھر میں چوری ہوگئی اور وہ پچاس ہزار کے زیورات سے محروم ہوگیا۔ اب سسرال والوں نے اس کے مزید کان بھرے کہ یہ چوری تمہارے والدین نے کرائی ہے وہی پڑوس میں رہتے ہیں اور جانتے ہیں کہ تم لوگ کب گھر پر نہیں ہوتے۔

ہمارے عزیز نے اس بہکاوے پر بھی آنکھیں بند کرکے یقین کرلیا اور اپنے گھر والوں سے رابطہ اس حد تک کم کردیا کہ عید کے موقع پر بھی وہ گھر نہ گیا۔ اس کی بیمار والدہ نے اس رویے کا گہرا اثر لیا' اس کی بیماری مزید شدت اختیار کرگئی اور وہ اسی حالت میں ایک روز دم توڑ گئی۔

اب کرنا خدا کا یہ ہوا کہ میرے اس عزیز کے برادر نسبتی نے جو لاہور میں وکالت کرتا تھا اور اب بھی وہیں مقیم ہے والدین کی اجازت اور مشورے کے بغیر لاہور ہی میں شادی کرلی اور ماں کو اس وقت پتا چلا جب اس کے ہاں بیٹی پیدا ہوئی اور اسے مجبور ہوکر گھر والوں کا تعاون حاصل کرنا پڑا۔ اس پر ماں نے ناراضگی کا اظہار کیا تو اس کی بیوی نے اسے پاکپتن جانے اور والدین سے معمولی تعلق قائم رکھنے سے بھی روک دیا اور اس نے بے حس ہونے کا غیر معمولی مظاہرہ کرتے ہوئے اپنے والدین کے ہاں آنا جانا بالکل چھوڑ دیا۔

تب وقت نے اپنے آپ کو دہرادیا' مکافات کا الٰہی قانون حرکت میں آگیا اور میرے عزیز کی ساس اپنے بیٹے کے سنگدلانہ رویے کے نتیجے میں بیمار ہوگئی اور اسی علالت نے اسے قبر کی آغوش میں پہنچادیا۔ اہم بات یہ ہے کہ یہی وہ خاتون تھی جس نے اپنے داماد کو مجبور کیا تھا کہ وہ اپنے والدین سے مکمل قطع تعلق کرلے۔

بدزبانی کا نتیجہ

(عابدہ مہ جبین' چمن بلوچستان)

یہ واقعہ مجھے میری دادی مرحومہ نے سنایا۔ کہتی ہیں جولائی کی سخت گرمیاں تھیں گندم کی فصل پک چکی تھی کسی نے اپنے فصل کی کٹائی مکمل کی تھی اور کسی نے شروع کی تھی۔ گاؤں کی تمام خواتین پانی بھرنے کے واسطے گاؤں کے نلکے کے ساتھ موجود تھیں۔ یہ اس علاقے کا واحد نلکا تھا سب اپنی باری پر آکر پانی بھرتی تھیں کسی سے اس کی باری چھیننا معیوب سمجھا جاتا تھا۔ امیر اور غریب کا کوئی فرق نہیں کیا جاتا تھا۔ گاؤں میں ایک مولوی صاحب اور اس کی بیوہ بہو بھی رہتے تھے۔ سب لوگ مولوی صاحب کی بہت عزت کرتے تھے۔ دادی نے مجھے بتایا کہ ایک دن ہم سب خواتین کی موجودگی میں مولوی صاحب کی بہو اپنی باری پر پانی بھرنے آگئی کہ اچانک ایک امیر گھرانے کی بہونے آکر اس کے برتن ادھر ادھر پھینک دیئے اور خود پانی بھرنے لگے۔ مولوی صاحب کی بہونے اسے کہا چھوٹی دلہن تم ناانصافی کررہی ہو۔ وہ بدتمیز عورت لڑنے پر اتر آئی اور کہا اری کم بخت! تم کس کیلئے پانی لے کر جاؤ گی' تمہارے نہ تو بچے ہیں اور نہ شوہر...... میں تو اپنے شوہر کیلئے پانی لے کر جارہی ہوں تاکہ دوپہر کو وہ جب ٹرک لے کر گھر آئے تو اس پانی سے نہا دھو کر اپنی تھکن دور کرسکے۔ اس بات کا سننا تھا کہ مولوی صاحب کی بہو روتی ہوئی اپنے گھر چلی گئی اور گھر جاکر سارا قصہ اپنے سسر (یعنی مولوی صاحب کو سنایا) کہ آج ملک کی چھوٹی بھابی نے مجھے بیوہ ہونے کا طعنہ دیا اور مولوی صاحب سے روکر پوچھنے لگی بتایئے بابا میری بدنصیبی میں میرا کیا قصور ہے؟ بہو کی فریاد سن کر مولوی صاحب کی بھی ہچکی بندھ گئی اور اپنی بہو کو حوصلہ دیتے ہوئے کہا بس کرو بیٹی جس رب نے ہمیں بے سہارا کیا ہے وہی رب اسے بھی بے سہارا کرے تاکہ وہ ہمیشہ کیلئے غرور سے توبہ کرے اور پھر کسی بھی دکھی دل سے اور دکھی انسان سے ایسا سلوک نہ کرے۔

اللہ تعالیٰ کی شان دیکھئے اسی روز دوپہر کو یہ خبر پورے گاؤں میں پہنچی کہ چھوٹی دلہن کا شوہر ایکسیڈنٹ میں مرگیا ہے۔ اس طرح وہ مغرور عورت ایک ہی دن میں سہاگن سے بیوہ ہوگئی۔ نہ امیر ہونا اس کے کام آیا اور نہ خوبصورت جوانی...... اس طرح ایک مغرور عورت نے خود اپنی زبان سے اپنی بربادی کا سامان کیا۔ آج چھوٹی دلہن اپنے بیٹے کے خوف سے کوئی دل کی بات بھی نہیں کہہ سکتی اور جب کسی کے گھر جاتی ہے تو لوگ اسے دیکھ کر اپنی چیزیں چھپاتے ہیں کہ نظر نہ لگادے اور اس حوالے سے پورے علاقے کے لوگ اس سے خوف کھاتے ہیں۔

اس کی بدزبانی نے اسے کہیں کا نہ چھوڑا۔ تین بیٹیوں میں سے ایک شادی شدہ بیٹی فوت ہوگئی ایک بیٹی کے بچے نہیں ہیں اور داماد نے چار شادیاں کی ہیں۔ ہر بہو سے چاہے جتنا مرضی پیار کرے وہ خوش نہیں ہوتی۔ اس کا سب سے چھوٹا بیٹا اس کو چھوڑ کر شہر چلا گیا۔ بس اللہ ہم سب کو غرور سے بچنے کی توفیق دے۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

فروری کے جوابات

1۔ سدرہ بہن! آپ تلی ہوئی' میدے کی بنی ہوئی اور بیکری کی تمام اشیاء سے پرہیز کریں' سبزیاں زیادہ سے زیادہ استعمال کریں خصوصاً بند گوبھی سلاد کے طور پر یا اس کا جوس نکال کر صبح و شام ایک کپ پئیں۔ چالیس دن کم از کم اس آسان اور سادہ نسخے پر عمل کریں۔ آپ کو موٹاپے اور چھائیوں میں واضح فرق محسوس ہوگا۔ **(محمد خالد' کراچی)**

☆ آپ یکدم کھانا پینا مت چھوڑیں بلکہ سنت طریقے سے کھانا کھائیں یعنی بھوک ابھی باقی ہو تو کھانا چھوڑ دیں۔ کھانے سے دو گھنٹے پہلے دو تین گلاس پانی پی لیں۔ کھانے کے دوران اور کھانے کے بعد کم از کم دو گھنٹے ہرگز پانی مت پئیں۔ اس سے آپ کا معدہ بھی ٹھیک ہوگا اور جسم کی فالتو چربی بھی کم ہوگی۔ ایک چھوٹا سا ٹوٹکہ بتاتی ہوں آدھا کپ ٹماٹر کا جوس لیکر اس میں آدھا لیموں کا رس اور پیاز کا عرق ایک چمچ لیکر مکس کر کے روزانہ نہار منہ کچھ عرصہ پابندی سے پئیں۔ بہت فائدہ ہوگا۔ مجھے اپنی دعاؤں میں ضرور یاد رکھئے گا۔ **(بنت احمد' لاہور)**

2۔ آپ لیدر کا بنا ہوا آرام دہ جوتا استعمال کریں ہر وضو کے بعد تین گھونٹ پانی اس بیماری سے شفاء یابی کی نیت کر کے مستقل مزاجی سے پئیں۔ یاد رہے جہاں سے وضو کیا ہے خواہ وہ کسی برتن میں ہو یا کسی نلکے سے وہیں سے تین گھونٹ پانی پئیں۔ حیرت انگیز رزلٹ ملے گا۔ **(فائزہ حسن' راولپنڈی)**

3۔ آپ رات کو سات عدد بادام کی گریاں پانی میں بھگو دیں صبح نماز فجر کے بعد ایک ایک گری چھیلتے جائیں اور ہر گری پر ایک ایک بار سورۃ الانشراح پڑھتے جائیں۔ اس کے بعد تین بار رَبِّ زِدْنِیْ عِلْمًا پڑھ کر یہ گریاں کھالیں۔ اس کے بعد ایک گھنٹہ کچھ نہ کھائیں۔ 90 دن یہ عمل پابندی سے کریں۔ **(حکیم شاکر مدنی' بھکر)**

4۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ آپ کا اندرونی نظام بگڑا ہوا ہے آپ ادارہ عبقری سے تین عدد پوشیدہ کورس لیکر پابندی سے استعمال کریں آپ کے تمام مسائل انشاء اللہ حل ہو جائینگے۔ **(ام ہانی' ساہیوال)**

مارچ کے سوالات

1۔ قارئین سے میرا سوال ہے کہ چہرے کے بال جو کہ موٹے ہوتے ہیں روئیں نہیں' ان کے مکمل خاتمے کیلئے کچھ تحریر کریں' کیونکہ آج کل یہ مسئلہ اتنا عام ہوتا جا رہا ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ خدارا ان معصوم بہنوں کیلئے بھی اس کا حل نکالیں جو شرم کی وجہ سے اور اس تکلیف کی وجہ سے چہرہ عورتوں کے سامنے بھی نہیں کھول سکتیں اور ایک خاص کرب کا شکار رہتی ہیں۔ میری تمام قارئین سے گزارش ہے کہ کوئی ایسی ٹھوس اور جامع علاج یا ٹوٹکہ بتائیں جو آزمایا جا چکا ہو۔

2۔ قارئین عبقری! میری چار بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے' بڑی بیٹی کی شادی کی مگر اس کے سسرال والے بہت اذیت پسند ہیں' میری بیٹی کو ذہنی اذیتیں دیتے رہتے ہیں اس کا میاں بھی اس کا ساتھ نہیں دیتا' میرا بیٹا پڑھا لکھا ہے مگر روزگار کا کوئی مستقل سلسلہ نہیں ہے' بچوں کی شادی کا مسئلہ حل نہیں ہو رہا کہیں بھی کوئی بات نہیں بنتی' کئی رشتے آتے ہیں لیکن کوئی بھی رشتہ پایہ تکمیل تک نہیں پہنچا۔ یہ پریشانی مستقل کھائے جا رہی ہے۔ مالی حالات بھی کمزور ہیں۔ اس کے علاوہ چھوٹی بیٹی مستقل بیمار رہتی ہے کوئی علاج فائدہ نہیں دیتا' سردرد' معدہ کی تکلیف' نظر بھی بہت زیادہ کمزور ہے۔ قارئین! مجھے کوئی وظیفہ یا علاج بتائیں آپ کی بہت شکر گزار رہوں گی۔ (بانو' فیصل آباد)

3۔ محترم قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے گال اندر کی طرف پچک گئے ہیں۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر دانے نکلتے ہیں جو کہ میں انہیں چھوڑ کر ختم کر دیتا ہوں لیکن قارئین دو تین دن بعد پھر نکل آتے ہیں۔ قارئین کوئی اچھا سا نسخہ بتایئے۔ **(محمد ارشد' بہاولپور)**

4۔ میں ایک بینک میں ملازمت کرتا ہوں' پچھلے ایک ماہ سے میرے کانوں میں عجیب قسم کی آوازیں آنا شروع ہوگئی ہیں' کوئی مجھے گالیاں نکالتا ہے میرا نام لیکر' کوئی مجھے آفس جانے سے روکتا ہے' مجھے سخت پریشانی ہے' سارا دن آفس میں ان آوازوں کے متعلق سوچتا رہتا ہوں مہربانی فرما کر مجھے اس کا کچھ حل بتائیں۔ **(انور سلطان' ڈسکہ)**

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 22

حضرت ابو مسعود انصاری رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: جس نے نماز پڑھی اور مجھ پر اور میرے اہل بیت پر درود نہ پڑھا اس کی نماز قبول نہ ہوگی۔ حضرت ابو مسعود انصاری رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں اگر میں نماز پڑھوں اور اس میں حضور نبی اکرم ﷺ پر درود پاک نہ پڑھوں تو میں نہیں سمجھتا کہ میری نماز کامل ہوگی۔ **(دار قطنی' بیہقی)**

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ کوئی بھی شخص حضرت حسن بن علی اور حضرت فاطمہ الزہراء رضی اللہ عنہا سے بڑھ کر حضور ﷺ سے مشابہت رکھنے والا نہیں تھا۔ **(احمد)**

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا سے افضل ان کے بابا ﷺ کے علاوہ کوئی شخص نہیں پایا۔ **(طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ رسول کریم ﷺ نے سیدہ فاطمہ رضی اللہ عنہا سے فرمایا: ''میرے گھر والوں میں سے سب سے پہلے تو مجھ سے ملے گی۔'' **(احمد)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا: میں علم کا ترازو ہوں' علی اس کا پلڑا ہے' حسن اور حسین اس کی رسیاں ہیں' فاطمہ اس کا دستہ ہے اور میرے بعد ائمہ اطہار (اُس ترازو کی) کی عمودی سلاخ ہیں' جس کے ذریعے ہمارے ساتھ محبت کرنے والوں اور بغض رکھنے والوں کے اعمال تولے جائیں گے۔'' **(امام دیلمی)**

ایک انصاری شخص ابو حمزہ سے روایت ہے کہ میں نے حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہٗ کو فرماتے ہوئے سنا کہ سب سے پہلے حضرت علی رضی اللہ عنہٗ ایمان لائے۔ **(ترمذی' احمد' حاکم)**

حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے غزوۂ تبوک کے موقع پر حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کو مدینہ میں چھوڑ دیا' حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! کیا آپ مجھے عورتوں اور بچوں میں پیچھے چھوڑ کر جا رہے ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: کیا تم اس بات پر راضی نہیں کہ میرے ساتھ تمہاری وہی نسبت ہو جو حضرت ہارون علیہ السلام کی حضرت موسیٰ علیہ السلام سے تھی البتہ میرے بعد کوئی نبی نہیں ہوگا۔ **(یہ حدیث متفق علیہ ہے)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

ٹھنڈا گرم پانی

خواب: میں نے دیکھا کہ کھیت میں فصل کو پانی دیا جا رہا ہوتا ہے۔ پانی کیاریوں کی صورت میں جا رہا ہے (جیسا کہ عام طور پر کھیتوں میں بنی ہوتی ہیں) وہاں موجود ایک آدمی کو میں کہتا ہوں کہ دوسرے کھیت کو بھی پانی دینا ہے۔ ہر بات میں اشارہ کر کے کہتا ہوں۔ مجھے ایسا لگتا ہے کہ وہ میرا کھیت ہے جسے میں پانی دینے کیلئے کہتا ہوں تو وہ شخص کہتا ہے کہ فلاں آدمی نے پانی پر بند لگایا ہوا ہے اگر بند کو توڑا تو وہ ناراض ہوگا۔ اتنے میں' میں بند کو اکھیڑنا شروع کرتا ہوں۔ وہ مٹی' اینٹ کی ملتی جلتی چیزوں سے بند بنا ہوتا ہے جیسا کہ عام کھیتوں میں بند بنا ہوتا ہے۔ میں اینٹ اور مٹی کو اٹھا کر پھینکتا ہوں اور جس کھیت کی طرف میں اشارہ کرتا ہوں پانی اس طرف جانے لگتا ہے پھر منظر بدلتا ہے اور میں دیکھتا ہوں کہ ایک ٹیوب ویل سے پانی بہت تیزی سے پریشر سے اوپر کی طرف نکلتا ہے۔ میں چہرہ آگے کر کے بغیر ہاتھ استعمال کیے منہ کھول کر پانی پیتا ہوں۔ پانی بہت ٹھنڈا اور مزیدار لگتا ہے۔ میں پھر دوسرا گھونٹ پیتا ہوں تو پانی پہلے جیسا نہیں ہوتا بلکہ اس کے دو ذائقے ہیں۔ دوسرا گرم یا نیم گرم محسوس ہوتا ہے۔ پھر میں تیسرا گھونٹ پیتا ہوں تو پہلے جیسا ذائقہ ہوتا ہے ٹھنڈا اور شیریں۔ پھر ہمارے محلّہ کا ایک آدمی وہ بھی بالٹی بھر لیتا ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(شاکر' گوجرانوالہ)**

تعبیر: ماشاءاللہ بہت مبارک خواب ہے۔ آپ کو بہت ترقی اور خوشحالی نصیب ہوگی اور آپ کی اولاد میں ایک بچہ دینی ترقیاں کرے گا اور دوسرا دنیاوی اعتبار سے نامور ہوگا اور آپ سے اور آپ کی اولاد سے خلق خدا کو بھی نفع پہنچے گا۔

صحت نصیب ہوگی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں کسی دریا کے قریب کھڑی ہوں جب میں غور سے دریا کے پانی کو دیکھتی ہوں تو مجھے ڈر لگتا ہے۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی (حقیقت میں' میں نے فجر کی نماز ادا کی اور تین بار سورۂ یٰسین شریف پڑھی اور پھر میں سوگئی) پھر میں خواب میں دیکھتی ہوں کہ میں دریا کے قریب بیٹھی ہوں میرے ساتھ میری بھابی ہیں اور ابو کھڑے ہوئے ہیں۔ اتنے میں ایک شخص آتا ہے اور وہ بادام مجھے دیتا ہے۔ میں کہتی ہوں چلو یہ کھا لیتی ہوں کیا معلوم اسی سے میری بیماری ختم ہوجائے مگر میں کھاتی نہیں ہوں۔ پھر منظر بدلتا ہے میں ایک کمرے میں ہوں اور ایک بزرگ سفید ٹوپی پہنے تخت پر بیٹھے ہیں اور ان کے ہونٹوں پر مسکراہٹ ہے۔ وہ میرے ہاتھوں کی لکیریں دیکھتے ہوئے بتاتے ہیں کہ تمہاری قسمت بہت اچھی ہے اور بھی بہت سی باتیں بتاتے ہیں جو مجھے یاد نہیں پھر میں ان سے کہتی ہوں ہاں مجھے معلوم ہے میری قسمت بہت اچھی ہے۔ اس کے بعد میں کھڑکی کھول کر کیا دیکھتی ہوں کہ دریا میں سیلاب آگیا ہے اور لوگ اپنی جان بچانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اس کے بعد میں دیکھتی ہوں کہ بارش ہو رہی ہے اور لوگ خوشی کا اظہار کر رہے ہیں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(پوشیدہ)**

تعبیر: ماشاءاللہ بہت مبارک خواب ہے اور آپ کو انشاءاللہ صحت نصیب ہوگی اس کے ساتھ آپ کی دلی مرادیں پوری ہونے کا بھی اشارہ ہے۔ آپ درود شریف کثرت سے پڑھا کریں اور شکرانے کے طور پر حسب توفیق مالی صدقہ دیں۔

خوبصورت لباس

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ میری مرحومہ بہن ہرے رنگ کا لباس اور دلہن کی طرح زیورات پہنے ہوئے ہے۔ وہ مجھے کبھی کوئی کپڑا دیتی ہے یا میں اسے کچھ کپڑے اور کوئی چیز دیتی ہوں۔ میں اکثر خواب میں دیکھتی ہوں کہ میں شیرخوار بچوں کو دودھ پلاتی ہوں۔ اسے گود میں لیے ہوئے ہوں (میری بیٹی بھی اکثر خواب میں دیکھتی ہے کہ وہ بچے کو گود میں اٹھا کر پیار کرتی ہے) میں اکثر یہ بھی دیکھتی ہوں کہ میرے پاس نئے نئے کپڑے اور سلے ہوئے سوٹ ہیں اور اکثر میں خواب میں اپنے شوہر کو کسی دوسری عورت کے ساتھ بھی دیکھتی ہوں۔ کبھی میں اپنے نئے گھر میں خود کو دیکھتی ہوں اور کبھی پرانے گھر میں جہاں ہم تقریباً 3 یا 4 سال پہلے رہتے تھے۔ (حقیقت میں میری بہن اور اس کی نومولود بچی کو فوت ہوئے تقریباً ایک سال ہونے والا ہے) **(ص، م۔ کوئٹہ)**

تعبیر: خواب کے مطابق آپ کی مرحومہ بہن مرنے کے بعد اچھی حالت میں ہیں اور جو کچھ آپ انہیں ایصال ثواب کر رہی ہیں وہ ان تک پہنچ رہا ہے اور ان کی دعائیں آپ کے حق میں آپ تک پہنچ رہی ہیں۔ دیگر خواب میں آپ کی اولاد کی بہتر تربیت کا بھی اشارہ ہے۔ نیز آپ کو دینی اور دنیاوی ترقیاں نصیب ہوں گی۔ آپ کے شوہر اگر اپنی دنیاوی مشغولیات میں سے کچھ وقت دینی کاموں کیلئے بھی نکال لیں تو انشاءاللہ اطمینان قلب بھی نصیب ہوگا۔

معاملات بہت اچھے رہیں گے

خواب: میں ایک باغ میں موجود ہوں جہاں بہت خوبصورت سبزہ' پہاڑ اور ایک چائے کے رنگ جیسی نہر ہے اور نہر کے دونوں طرف مٹی کے ٹیلے ہیں۔ باغ کے ایک طرف ایک لڑکی اور اس کی ماں موجود ہے (یہ اس کی ماں اور بہن ہیں جس لڑکے سے میں اپنی کزن کی شادی کرنا چاہتی ہوں) میں ان دونوں سے کہتی ہوں میری کزن سے اپنے بیٹے کی شادی کر دیں۔ یہ سن کر اس لڑکے کی ماں بہت خوش ہوتی ہے مگر لڑکی کو دیکھ کر یہ محسوس ہوتا ہے کہ وہ خوش نہیں ہوئی۔ میں اس لڑکے کے سے جا کر بات کرتی ہوں جو باغ کے دوسری طرف ہے اور ایک سفید رنگ کی بنچ پر بیٹھا ہے اور میں اس کے پاؤں میں بیٹھ جاتی ہوں اور اس سے کہتی ہوں میری کزن سے شادی کر لو اور اس حد تک کہتی ہوں کہ میں اس کے آگے اپنے ہاتھ بھی جوڑتی ہوں اور روتی بھی ہوں لیکن وہ مجھ سے کہتا ہے کہ میری بہن جو فیصلہ کرے گی وہ مجھ کو منظور ہوگا اسی حالت میں میں اسکی بہن کے پاس جاتی ہوں مگر وہ کہتی ہے مجھے تمہاری کزن پسند نہیں۔ میں اس کے بھی آگے ہاتھ جوڑتی ہوں اور کہتی ہوں کہ وہ لڑکی (کزن) بہت اچھی ہے' نیک اور شریف ہے وہ تہجد بھی پڑھتی ہے۔ یہ سن کر ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے وہ مان گئی ہے اور کہتی ہے ہم اس کے گھر ضرور جائیں گے۔ **(ایمان علی' لاہور)**

تعبیر: ماشاءاللہ مبارک خواب ہے اور آپ کی کزن کے حق میں یہاں رشتہ کرنا نہایت مبارک ہوگا۔ اگرچہ کہ کچھ مشکلات رشتہ طے ہونے میں ہوں گی لیکن بعد کے معاملات بہت اچھے رہیں گے۔ آپ کی کزن ہر نماز کے بعد 129 بار **یَالَطِیْفُ** پڑھا کریں۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ' کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ **(ادارہ)**

میری رہنمائی فرشتوں نے کی یا جنات نے

حکیم معراج الدین، اوکاڑہ

ساتھی مشورہ دینے لگے کہ راستہ بہت خطرناک ہے صبح آرام کر کے چلے جانا میں نے کہا کہ آج جمعرات کی شب ہے میں یہ سعادت حضرت شاہ جی کے پاس گزاروں گا۔ پھر ایک ساتھی تیار ہوا اس نے کہا کہ معراج الدین بڑی دور اوکاڑہ سے آیا ہے

یہ واقعہ آج بھی اسی طرح ذہن پر نقش ہے جیسے پیش آیا تھا میرا معمول تھا رمضان المبارک میں جمعرات کو عصر کے وقت حضرت شاہ صاحب کی خانقاہ شریف میں پہنچ جاتا حسب معمول اوکاڑہ سے لاہور پہنچا تو لاہور کی حدود میں داخل ہوا تو دو اجنبی ملے انہوں نے کھجوریں مجھے افطاری کیلئے دیں میں نے کہا کہ میں تو روزہ حضرت شاہ جی کی خانقاہ میں افطار کرونگا تو وہ مسکرا کر کہنے لگے اسے رکھ لو! تو میں نے جیب میں رکھ لیں جس وقت رکشہ میں خانقاہ شریف پہنچا تو وہاں تالا لگا ہوا تھا اور افطاری کا وقت قریب تھا وہاں پر تیز آندھی آئی میں نے قریب مسجد میں نے ان کھجوروں سے جو مجھے انہوں نے دی تھیں اس سے روزہ افطار کیا مجھے اب سمجھ آئی کہ وہ کیوں مسکرائے تھے۔ نماز کے بعد وہاں بچے کھیل رہے تھے انہوں نے بتایا کہ حضرت جی بڑی خانقاہ جو کہ لاہور کے قریب گاؤں میں تھی وہاں پر گئے ہوئے ہیں۔

وہاں پر رات کو جانا بڑا خطرناک تھا' کیونکہ اس وقت راوی پار باغات اور گاؤں بڑے پراسرار ہوتے تھے۔ اس لیے اس وقت رات کو وہاں جانے کو کوئی تیار نہیں تھا۔ میں اپنے ساتھیوں کے پاس پہنچا وہاں پر قریبی مسجد میں نماز عشاء تراویح پڑھی ساتھیوں سے ملا تو زیادہ ساتھی مشورہ دینے لگے کہ راستہ بہت خطرناک ہے صبح آرام کر کے چلے جانا میں نے کہا کہ آج جمعرات کی شب ہے میں یہ سعادت حضرت شاہ جی کے پاس گزاروں گا۔ پھر ایک ساتھی تیار ہوا اس نے کہا کہ معراج الدین بڑی دور اوکاڑہ سے آیا ہے اس لیے میں اللہ کا نام لے کر اس کو اپنی موٹر سائیکل پر لے جاتا ہوں۔ اس نے موٹی چادر اوڑھی کیونکہ ان دنوں شدید سردی تھی اور دھند بھی تھی رات 10 بجے کا وقت تھا اور جانا بھی راوی کے پار جنگلات میں تھا۔ اس وقت وہاں آبادی نہ تھی جس وقت ہم روانہ ہوئے شہر میں تو دھند نہ تھی راوی کے قریب شدید دھند شروع ہوئی جو راستے کا نقشہ ہمیں بتایا تھا ہم اس پر اس گاؤں میں داخل ہوئے تو وہاں پر کوئی پکا راستہ نہ تھا۔ فصلوں کے اندر سے باغات کے اندر کچے راستے تھے گاؤں کے اندر جا کر راستہ بھول گئے وہاں پر اب واپسی کا راستہ بھی پتہ نہیں تھا قریب کسی ڈیرہ دار نے موٹر سائیکل کی آواز پر فائر کھول دیا ہم گھبراہٹ میں کھڑے ہوئے اور مایوس ہوگئے کہ اب شاید زندہ واپس نہ ہی جاسکیں گے پھر اللہ پاک سے رو کر گڑگڑا کر درود پاک ابراہیمی پڑھتے ہوئے دعا کی کہ تیرے پیارے بندے کی صحبت میں آئے ہیں تو ہی مدد فرما حفاظت فرما تو کچھ منٹ بھی نہ گزرے تھے کہ اچانک موٹر سائیکل پر سوار دو آدمی جنہوں نے چادروں سے اپنے آپ کو اوڑھ رکھا تھا چہرے بھی نظر نہیں آرہے تھے تو انہوں نے اشارے سے کہا کہ ہمارے پیچھے آؤ ہم کیونکہ پہلے ہی عجیب کیفیت میں تھے تو زندگی کی آخری امید پر ان کے پیچھے چل پڑے آدھے گھنٹہ کے بعد الٹے سیدھے راستوں پر چلتے ہوئے ہم خانقاہ شریف جو کہ ابھی زیر تعمیر تھی۔ اس کے دروازے پر پہنچے وہاں پر ساتھی لکڑیاں جلا کر ذکر واذکار میں مشغول تھے تو انہوں نے اشارہ سے اندر مسجد میں جانے کو کہا تو ہم نے پیچھے دیکھا تو وہ موٹر سائیکل سوار غائب تھے اور موٹر سائیکل بھی نہ تھی یہ بات ذہن میں تھی اندر مسجد میں دعا ہو رہی تھی ہم دعا میں شامل ہوگئے اور خانقاہ شریف کے جو معمولات تھے اس میں مشغول ہوگئے حضرت شاہ صاحب صبح چاشت کے بعد خانقاہ شریف کے صحن میں مجلس فرما رہے تھے تو میں نے رات والا واقعہ عرض کیا تو حضرت شاہ جی مسکرائے اور فرمایا کہ (اشارہ کیا) بیٹھ جاؤ تم کو یہاں پہنچنا تھا تم پہنچ گئے تم ان آدمیوں کو اللہ کی غیبی مدد سمجھو وہ جو بھی تھے اللہ کی طرف سے تھے۔ میں خاموشی سے بیٹھ گیا یہ واقعہ آج بھی مجھے اسی طرح ذہن نشین ہے اللہ پاک حضرت شاہ صاحب پر بے انتہا رحمتیں نازل فرمائے ان کے درجات بلند فرمائے۔ (آمین)

مجھے شفاء کیسے ملی؟

بحوالہ صفحہ 198 کتاب مجھے شفاء کیسے ملی؟۔ غدود مثانہ (پراسٹیٹ) کیلئے ملٹھی' سونف' ہلدی کا ہموزن سفوف بنالیں۔ خوراک 2 ماشہ صبح' دوپہر' شام ایک پڑیا 40 روز مسلسل استعمال کی۔ دوا کے استعمال سے قبل الٹراساؤنڈ رپورٹ کے مطابق پراسٹیٹ کا وزن 6.2gm گرام تھا اب چالیس روز کے بعد الٹراساؤنڈ رپورٹ کے مطابق 5.2 گرام ہوگیا یعنی دس گرام کا فرق آیا ہے۔ **(جہانگیر عالم' پشاور)**

عبقری نے عینک اتروادی

مسز اسلم، فیصل آباد

میں نے کہالائیں میں ابھی پڑھ لیتی ہوں ابھی میں پڑھنے بیٹھی ہی تھی کہ مجھے اتنا زبردست لگا کہ سارا رسالہ پڑھ کے اٹھی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں نے عبقری پہلی دفعہ فروری 2009ء میں دیکھا اور پڑھا...... مجھے اتنا پسند آیا...... اتنا پسند آیا کہ اب میں ہر ماہ منگواتی ہوں۔

عبقری دراصل مجھے اس طرح ملا کہ میرے میاں کی دکان ہے اور ان کی دکان میں روزانہ اخبار فروش سائیکل پر اخبار دے کر جاتا ہے۔ ایک دن میرے میاں نے اس کی سائیکل میں عبقری رسالہ دیکھا اور اٹھایا ان کو اتنا اچھا لگا کہ انہوں نے فوری خرید لیا اور شام کو گھر لے آئے اور مجھے کہا یہ رسالہ بہت زبردست ہے تم بھی پڑھا کرو۔

میں نے کہالائیں میں ابھی پڑھ لیتی ہوں ابھی میں پڑھنے بیٹھی ہی تھی کہ مجھے اتنا زبردست لگا کہ سارا رسالہ پڑھ کے اٹھی۔ اب تو مجھے ہر ماہ اس رسالے کا شدت سے انتظار رہتا ہے۔

میں نے عبقری سے فیض کس طرح حاصل کیا؟ اس کا قصہ کچھ یوں ہے کہ عرصہ آٹھ سال سے میں نظر کی عینک لگا رہی تھی۔ 0.75 نمبر تھا۔ نزدیک اور دور کی دونوں نظریں کمزور تھیں۔ عبقری کے گزشتہ ایک شمارے میں آنکھوں کی ہر قسم کی تکلیف کیلئے یہ آیت پڑھی:

فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا م بَصِيرًا o

بس اب میں صبح وشام ہر وقت بس یہی آیت میری زبان پر رہتی۔ صرف ڈیڑھ ماہ ہی پڑھا تھا کہ مجھے عینک میں دھندلا دھندلا سا نظر آنا شروع ہوگیا۔ میں سمجھی کہ میری نظر پھر بڑھ گئی ہے۔

اسی پریشانی میں ڈاکٹر کے پاس گئی لیکن جب ڈاکٹر نے چیک کیا تو بتایا کہ آپ کی نظر تو بالکل ٹھیک ہو چکی ہے۔

محترم حکیم صاحب میرا یہ سننا تھا کہ میری خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ رہا میں اب ہر ایک کو اپنی عینک اترنے کا قصہ سناتی ہوں اور ساتھ یہ آیت بھی بتاتی ہوں۔

اگر عبقری مجھے نہ ملتا تو شاید ساری زندگی میں عینک کے ساتھ ہی گزارتی۔ جب سے عینک اتری ہے مجھے ایسے لگتا ہے جیسے مجھ پر سے بہت بڑا بوجھ اتر گیا ہے۔ میں خود کو بہت ہلکا پھلکا محسوس کرتی ہوں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات [redacted]

کالا جادو ہے

بیس سال سے میاں بیروزگار ہیں۔ بچوں کی مسلسل بیماریاں چل رہی ہیں۔ چیک اپ سے کچھ پتہ نہیں چلتا۔ کئی علماء سے پوچھا وہ کالا جادو بتاتے ہیں۔ دونوں بچے اے لیول کررہے ہیں، نماز بھی پڑھتے ہیں۔ ماحول دینی ہے۔ آپ کسی ایسے شخص کا بتایئے جو علاج کرسکے۔ آپ کی ممنون ہوں گی۔ **(ع۔خ۔انگلینڈ)**

مشورہ: بہن! یہاں پر جھوٹے اور لالچی عامل لوگ پیسے کا لالچ کرتے ہیں ہر ایک آپ سے پونڈز کا مطالبہ کریگا۔ بغیر روپے کے کوئی کسی کام میں ہاتھ نہیں ڈالتا۔ ویسے بھی خدا کے حکم سے جو کام ہوجاتا ہے تو اسے یہ عامل اپنے عمل سے منسوب کرلیتے ہیں۔

قرآن پاک کی 33 آیات ایسی ہیں جو سحر اور جادو کیلئے پڑھی جاتی ہیں۔ منزل یا حرز اعظم کے نام سے مل جاتی ہیں۔ صبح و شام پڑھ کر پانی پر دم کرکے پینے سے اثر زائل ہوجاتا ہے۔ آپ وہاں کسی بزرگ سے پوچھ سکتی ہیں۔ نام نہاد عامل اور بزرگ تو یہاں بہت ہیں مگر ان کے ہدیے نذرانے ہزاروں میں ہوتے ہیں۔ آپ اللہ تعالیٰ کی ذات پر بھروسہ کیجئے۔ جو لوگ خدا تعالیٰ کی مخلوق کی بے لوث خدمت کرتے ہیں اور ایک پیسہ لینا گوارا نہیں کرتے وہی بہتر ہوتے ہیں۔ آپ نے جن صاحب کے بارے میں لکھا ہے میں انہیں نہیں جانتی۔ صرف اتنا معلوم ہے کہ وہ بے تحاشہ روپے لیتے ہیں۔ آپ ان چکروں میں مت پڑیے اللہ تعالیٰ کرم کرنے والا ہے۔ آپ ساتھ دو انمول خزانے نیٹ سے ڈاؤن لوڈ کرکے مسلسل پڑھیں۔

چاہت کی پذیرائی نہ ملی

زندگی میں جب شدید گھٹن ہوجائے تو جی چاہتا ہے کہ کوئی تو ایسا ہو جس کے سامنے سارا غبار نکل جائے۔ یا کوئی ایسا ہو جو دیکھ کر یہ کہے:۔

یہ دھواں سا کہاں سے اٹھتا ہے

اپنے شوہر کو میں نے ٹوٹ کر چاہا۔ چاہت کی پذیرائی نہ دیکھ کر مجھے یہ احساس ہوا کہ شاید ان کو انجان بننے کی عادت ہے۔ میں نے پھر بھی گزارا کیا۔ میرے والدین شروع میں بہت مدد کرتے رہے۔ پھر چند سال مجھے والدین کے ساتھ رہنے کا اتفاق بھی ہوا۔ اس کے بعد علیحدہ ہوگئی، میرے بھائی نے کافی مدد کی۔ اللہ کا شکر ہے اب ہم آسودہ حال ہیں، بچے جوان ہیں۔ مگر میرے شوہر والدین کا نام سننا گوارا نہیں کرتے۔ ہر وقت کی لعن طعن ہے۔ میں زچ ہوکر رہ جاتی ہوں۔ مجھے پتا ہے والدین کے حالات درست ہوں تو وہ بہت کچھ کرسکتے ہیں۔ نہ ہوتے ہوئے بھی وہ خیال کرتے ہیں اور جب میں ان کے پاس رہی تو انہوں نے ہی سارا خرچہ اٹھایا۔ بچوں کی خواہشات پوری کیں۔ بڑوں سے اگر کوئی غلطی ہوجائے تو بزرگ سمجھ کر درگزر کرنا چاہیے۔ میرے شوہر میری ہر بات کو فوراً والدین تک لے جاتے ہیں اور پھر ان کی باتوں کے زہریلے تیر میرا کلیجہ چھلنی کردیتے ہیں۔ اب بتایئے کیا میں اپنے ماں باپ بھائیوں کو چھوڑ دوں؟ زندگی ہی میں ان کے بغیر صبر کرلوں مجھ سے اب برداشت نہیں ہوتا، مجھے بتایئے کیا کروں؟ **(م۔ا)**

مشورہ: بہن! آپ کا طویل خط میرے سامنے ہے۔ ایک بیٹی ہونے کے ناطے آپ پر جو گزرتی ہے، اس سے بخوبی آشنا ہوں۔ آپ کی طرح کے دو اور خط بھی میرے سامنے ہیں جن کے شوہر اعلیٰ عہدوں پر فائز ہیں، مگر وہ بیوی کے گھر والوں کا نام سننا پسند نہیں کرتے۔ ہر بات پر میکے کا طعنہ دیتے ہیں۔ بیوی کے گھر والوں سے شدید نفرت ہے، ملنا گوارا نہیں۔ رفتہ رفتہ سب سے تعلق ختم ہوتا جارہا ہے۔ حد یہ کہ خوشی غمی پر بھی نہیں جانے دیتے۔ طلاق کی دھمکی دیتے ہیں۔ اب آپ کا خط دیکھ کر مجھے ان کی یاد آگئی۔ میکے کی بہت محبت ہوتی ہے لیکن شادی کے بعد شوہر کا گھر ہی اپنا گھر ہوتا ہے اور سمجھدار بیٹیاں گھر کو بنانے کی کوشش کرتی ہیں۔ میں نے مانا آپ کے ساتھ کافی زیادتی ہوئی ہے۔ آپ کے جذبات اور احساسات کا خیال نہیں رکھا گیا لیکن آپ نے یک طرفہ محبت اور چاہت سے وقت گزار لیا۔ اب جوان بچے ہیں، مالی تنگی نہیں، کوئی بیماری نہیں۔ آپ کو تو خدا کا شکر ادا کرنا چاہیے۔ آپ اپنے گھر والوں کی کوئی بات شوہر کے سامنے نہ کریں، ماں باپ کو سارے حالات معلوم ہیں ان کے پاس دولت ہوتی تو وہ نچھاور کردیتے۔ ان کی محبت اپنی جگہ قائم رہے گی یہ رشتے کبھی نہیں ٹوٹتے۔ آپ کے دل میں والدین اور بھائیوں کیلئے جتنی محبت ہے وہ بھی جانتے ہیں۔ آپ ان کی فکر نہ کیجئے۔ بلکہ اپنے شوہر کی طرف توجہ کیجئے۔ انشاء اللہ ایک وقت ایسا آئیگا جب آپ کے شوہر آپ کی قدر کریں گے اور آپ کے گھر والوں کی عزت۔ نماز پڑھا کیجئے۔ اس سے دل کو سکون ملتا ہے۔ دعا کرنے سے دل کا بوجھ ہلکا ہوتا ہے۔ خدا کرے آپ کے شوہر کے سامنے بھرپور محبت کا اظہار دولت کے ساتھ کرسکیں۔ اپنے والدین کیلئے دعا مانگا کیجئے اللہ تعالیٰ ان کو سلامت رکھے ان کے دم سے ہی میکہ قائم ہے۔

[redacted]

حال ہی میں میرے ہاں بیٹا پیدا ہوا ہے۔ پیدائش سے پہلے مجھے خارش ہوتی رہی۔ اب پیٹ پر گہرے نشانات نظر آرہے ہیں، کیا یہ ٹھیک نہیں ہوں گے؟ **(ث۔آزادکشمیر)**

مشورہ: ث بی بی! آپ کو بیٹا مبارک ہو۔ حمل کے دوران پیٹ پر کھجانے سے نشان پڑجاتے ہیں۔ یہ خارش کی وجہ سے نہیں ہوتے۔ آپ کو آزادکشمیر سے کسٹر آئیل مل جائے تو آپ اس میں معمولی سا سرسوں کا تیل ملا کر لگایئے۔ دو تین ہفتے مسلسل لگانے سے یہ نشانات کم ہوجائیں گے۔

[redacted]

میری والدہ کے سر کے بال بہت گررہے ہیں اور سر میں شدید خارش ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ ان کی انگلیوں کے جوڑ درد کرتے ہیں۔ **(شمائلہ جلیل، ملتان)**

مشورہ: شمائلہ بی بی! آپ نے والدہ کے ہائی بلڈ پریشر کا ذکر بھی کیا ہے۔ تھوڑا دہی لے کر اس میں سرسوں کا تھوڑا سا تیل ملایئے۔ ایک کپ دہی میں ایک بڑا چمچ تیل کافی ہے۔ اسے پھینٹ کر دو گھنٹے کیلئے رکھ دیجئے۔ پھر اسے بالوں کی جڑوں میں لگایئے۔ دو گھنٹہ بعد سر دھو لیجئے، ہفتہ میں دو بار دہی لگایئے۔ آپ کی والدہ کا یہ مسئلہ حل ہوجائیگا۔

عبقری ادویات سے نقصان

عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس شکل میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ **حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔** **(ادارہ)**

سستی سبزی' سونے کے تول

مبشر علی، لاہور

یہ بنیادی طور پر پیشاب آور مخرج بلغم ہے' اس لیے گردوں کی سوزش میں جب پیشاب کم آرہا ہو' پیشاب لاتی ہے۔ اسی طرح بلغم نکالتی ہے۔ پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی کی تندرستی کی نگہداشت کرتی ہے۔ بلغم نکالنے کیساتھ ساتھ جھلیوں کو توانائی دیتی ہے

میتھی عام طور پر کاشت کی جاتی ہے' خودرو پودے کم ہوتے ہیں۔ گرم ممالک ہی نہیں بلکہ سرد ممالک میں بھی کثرت سے استعمال ہوتی ہے۔ تازہ میتھی اتنی خوشبودار نہیں ہوتی مگر جب اسے سکھایا جاتا ہے تو خوشبو آنے لگتی ہے۔ خوشبو کا تعلق کاشت کے علاقے سے بھی ہے۔ مثلاً پنجاب میں قصور کی میتھی اور وہ بھی ایک خاص علاقے کی دوسرے علاقوں کی نسبت زیادہ خوشبودار ہوتی ہے۔

قاسم بن عبدالرحمان رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''میتھی سے شفاء حاصل کرو' اس ضمن میں ایک اور حدیث بھی ملتی ہے ''میری امت اگر میتھی کے فوائد کو سمجھ لے تو وہ اسے سونے کے ہم وزن خریدنے سے بھی دریغ نہ کرے۔'' مکہ معظمہ کی فتح کے بعد حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہٗ بیمار ہوئے تو حارث بن کلدہ حکیم نے ان کے لیے فریقہ تیار کرنے کی ہدایت کی جس میں کھجور' جو کا دلیا اور میتھی پانی میں ابال کر مریض کو نہار منہ شہد ملا کر گرم گرم پلایا جائے۔ یہ نسخہ نبی کریم ﷺ کی خدمت میں پیش کیا گیا انہوں نے اسے پسند فرمایا اور مریض کو شفاء ہوگئی۔ محدثین نے لکھا ہے کہ کھجور کی جگہ انجیر بھی شامل کی جاسکتی ہے مگر دونوں کی شمولیت اس لیے ممکن نہیں کہ سرکار دوعالم ﷺ نے کھجور اور انجیر کو ایک ہی نسخے میں جمع کردینے کی ممانعت فرمائی ہے۔

محدثین کے مشاہدات: میتھی کا جوشاندہ حلق کی سوزش' ورم اور دکھن کیلئے بہت مفید ہے۔ سانس کی گھٹن کو کم کرتا ہے۔ کھانسی کی شدت دور ہوتی ہے اور معدے میں اگر جلن ہو تو جاتی رہتی ہے۔ میتھی کا یہ اثر بڑی اہمیت کا حامل ہے کیونکہ کھانسی کے علاج میں استعمال ہونے والی تمام دوائیں معدے میں سوزش پیدا کرتی ہیں اس لیے پرانی کھانسی کے تمام مریضوں کو معدے میں جلن اور بدہضمی کی شکایت رہتی ہے۔ طب نبوی ﷺ میں میتھی اور سفرجل ایسی منفرد دوائیں ہیں جو کھانسی کو ٹھیک کرنے کے ساتھ ساتھ معدے کی اصلاح بھی کرتی ہیں۔

میتھی سے ریاح خارج ہوتے ہیں' بواسیر کی شدت میں کمی آتی ہے اور پھیپھڑوں کی سوزش نہ صرف دور کرتی ہے بلکہ آئندہ کیلئے بھی بچاؤ کرتی ہے۔ اگر اس کے جوشاندے سے سردھوئیں تو سر کی خشکی کم کرتی ہے ایک اور روایت کے مدنظر میتھی کے ساتھ حب الرشاد کو شامل کیا گیا تو نہ صرف سکری کو فائدہ ہوا بلکہ بال گرنے بھی کم ہوگئے۔ میتھی کو پیس کر موم کے ساتھ ملا کر اگر سینے پر لیپ کیا جائے تو چھاتی کے درد میں مفید ہے۔

فوائد استعمال: یہ بنیادی طور پر پیشاب آور مخرج بلغم ہے' اس لیے گردوں کی سوزش میں جب پیشاب کم آرہا ہو' پیشاب لاتی ہے۔ اسی طرح بلغم نکالتی ہے۔ پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی کی تندرستی کی نگہداشت کرتی ہے۔ بلغم نکالنے کیساتھ ساتھ جھلیوں کو توانائی دیتی ہے۔ میتھی کے استعمال کے دو طریقے ہیں ایک طریقہ اس کے پتے اور شاخیں سکھا کر کام میں لانا ہے' دوسرا طریقہ میتھی کے بیج استعمال کرنا ہے۔ محقق بیجوں کو پتوں سے زیادہ مفید قرار دیتے ہیں۔

پانچ گرام چھوٹا چمچ پسی ہوئی میتھی اگر پانی کے ساتھ کھائی جائے تو اسہال اور پیچش میں مفید ہے۔ اگر اس پانی کو گرم کرکے اس میں شہد ملایا جائے تو پیشاب اور کھانسی کیلئے بھی مفید ہے۔ میتھی اشتہا آور ہے۔ اس لیے بھوک کی کمی اور کھٹی ڈکاروں کو دور کرتی ہے۔ اس کا مسلسل استعمال خنازیر کا بہترین علاج ہے چونکہ خنازیر غدودوں میں تپ دق کی قسم ہے اس مقصد کیلئے اگر اس کے ساتھ شہد اور روغن زیتون بھی شامل کرلیا جائے تو علاج جلد ہوگا اور مریض کی کمزوری ابتدا ہی سے دور ہوجائیگی۔

جدید تحقیق: یہ بات تجربات سے ثابت ہے کہ میتھی کاسر الریاح اور پیشاب آور ہے۔ جن عورتوں کو حیض کا خون بار بار آتا ہو' ان کیلئے مفید ہے۔ عورتوں کے دودھ کی مقدار میں اضافہ کرتی ہے۔ جسمانی کمزوری کو دور کرتی ہے۔ میتھی میں فولاد اور وٹامن بی اس کو خون کی کمی اور اعصابی کمزوری میں مفید بنادیتے ہیں۔

میتھی کے مسلسل استعمال سے بواسیر کا خون بند ہوجاتا ہے' اس نسخے کے ساتھ اگر انجیر شامل کرلی جائے تو افادیت میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ میتھی کھانے سے ذیابیطس کی شدت میں کمی آجاتی ہے۔ چند مریضوں کو یہ نسخہ دیا گیا۔ **نسخہ:** کلونجی ایک تولہ' تخم کاسنی آدھا تولہ' تخم میتھی آدھا تولہ۔ تناسب سے ملا کر ذیابیطس کی شدت کے دوران تین ماشے کی خوراک میں صبح وشام دیا گیا۔ چھ ماہ کے استعمال سے اکثر لوگوں کے پیشاب میں شکر کی مقدار برائے نام رہ گئی۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائیںگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

میری زندگی کے مشاہدات — میرے آزمودہ — سچے تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

باتوں سے خوشبو آئے

رضا کا مطلب: حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ رضا اپنے اختیار سے دستبردار ہونے کا نام ہے۔ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کے فیصلے پر سکون اور اطمینان اختیار کرنے کو رضا کہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کی رضا پر قلب کا مسرور ہوجانا رضا ہے۔ رضا یہ ہے کہ بندہ قلب کو اللہ تعالیٰ کے دائمی اختیار کی طرف متوجہ رکھے کیونکہ وہی بہتر جانتا ہے کہ اس نے جو کچھ نتائج اپنے بندے کیلئے منتخب فرمائے ہیں وہ اس کیلئے مفید ہیں اس لیے بندے کو ہر حال میں اپنے رب سے راضی رہنا چاہیے اپنی جدوجہد میں رضا کو حاکم بناؤ ایسا نہ ہو کہ رضا کو خود پر مسلط کرکے اس کی لذتوں اور حقیقتوں سے محروم ہوجاؤ۔

استغفار کی برکت: رسول اکرم ﷺ نے فرمایا جو بندہ استغفار کو لازم پکڑلے (یعنی اللہ سے مغفرت مانگتا رہے) تو اللہ اس کیلئے تنگی اور مشکل سے نکلنے اور رہائی پانے کا راستہ بنادے گا۔ اس کی ہر فکر پریشانی دور کرکے کشادگی اور اطمینان عطا فرمائے گا اور ان طریقوں سے رزق عطا کرے جو اس کے وہم و گمان میں بھی نہ ہوگا۔

جنت میں کون جائیگا؟: حضور اکرم ﷺ نے جنت کا ذکر فرمایا اور اس کی خوبیاں اور وسعت بیان کی۔ ایک صحابی جو مجلس میں حاضر تھے بے تابی سے بولے ''یارسول اللہ ﷺ جنت کس کو ملے گی؟'' آپ ﷺ نے فرمایا: جس نے خوش کلامی کی' بھوکوں کو کھانا کھلایا' اکثر روزے رکھے اور اس وقت نماز پڑھی جب دنیا سوتی ہے۔

زبان کی اہمیت: ایک شخص نے دوسرے آدمی سے پوچھا کہ تم نے ایک آدمی میں کتنے عیب دیکھے۔ جواب ملا اتنے جتنے گنتی نہیں ہوسکتے۔ لیکن ان میں کتنی ایسی خصلت ہے وہ اگر ہر ایک میں ہو تمام عیب چھپ جاتے ہیں ''**زبان کی حفاظت**''

خشیت الٰہی: حضرت علی رضی اللہ عنہٗ جب وضو کرتے تو ان کا چہرہ زرد پڑجاتا۔ اگر کوئی وجہ پوچھتا تو کہتے تجھے نہیں معلوم مجھے کس کے حضور کھڑے ہونا ہے۔ (**عظمیٰ عبدالستار میمن' سکھر**)

میرے آزمودہ نسخہ جات

حضرت صاحب آج کل ضعف باہ کا مرض بہت عام ہوگیا۔ ایک تو وہ لوگ ہیں جو غلط کاری سے شادی سے پہلے یا شادی کے بعد ملوث ہوجاتے ہیں اور دوسرے وہ لوگ جن کو پوشیدہ امراض کا پتہ ہی نہیں اور اپنے آپ کو ان امراض یا ضعف باہ کا مریض سمجھتے ہیں۔

حضرت صاحب میرا لکھنا ایسا ہے جیسے سورج کو چراغ دکھانا مگر آپ کا حکم بھی ہے اس لیے جو سمجھا' دیکھا اور کیا اور پھر اس کے کیا اثرات مرتب ہوئے اور کیا فائدہ ہوا اور جو مجرب ہے وہ تحریر کررہا ہوں۔

حکیم صاحب میں حکمت کو بہت پسند کرتا ہوں اور شروع سے ہی مجھے نسخے بنانے کا شوق ہے اور اب بھی ہے۔ چند اپنے نسخے پیش کررہا ہوں جو میں نے کافی مریضوں پر آزمائے ہیں اور بہت ہی مجرب اور تیر بہدف پائے ہیں۔

ذکاوت حس: ذکاوت حس کیلئے میں دھنیا اور مصری برابر وزن میں کوٹ پیس کر بڑے کیپسولوں میں بھر کر صبح نہار منہ دو کیپسول دیتا ہوں اور مریض کو بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔

جریان' ٹی بی سے نجات اور موٹا ہونے کیلئے خاص نسخہ

جریان کیلئے: جریان کے مریض کو جو نسخہ دیتا ہوں وہ حسب ذیل ہے۔ **ھوالشافی:** چھلکا اسپغول خالص ایک چھٹانک' ستاور ڈیڑھ چھٹانک' سنگجراحت ڈیڑھ چھٹانک' آدھ سیر شہد خالص۔ سب دوائیوں کو کوٹ پیس کر شہد میں ملا کر معجون بنالیں۔

ایک چمچ ثابت صبح نہار منہ دودھ کے ساتھ اللہ کے فضل و کرم سے مریض کو ہفتہ دس دن بعد آرام آجاتا ہے۔

محترم حکیم صاحب یہ جریان والی دوائی جو میں مریضوں کو دیتا ہوں اس کی عجیب و غریب خاصیت جو میرے سامنے آئی ہے اس کی تفصیل بھی آپ کو بتاتا ہوں۔

میری بڑی بہن جو کہ اب بیوہ ہے اس کے چار بچے ہوگئے تھے اور پانچویں بچے کی ولادت ہوئی اور پھر اس کے بعد اس کو ٹی بی کا مرض دوبارہ ہوگیا پہلے بھی تھا مگر اس بار حملہ بہت شدید تھا کہ بہن کو ٹی بی سینٹوریم میں داخل کرنا پڑا اور تقریباً چھ ماہ بہن وہاں رہی اور جب واپس گھر آئی تو بہن صرف ہڈیوں کا ڈھانچہ تھی اور سر پر سے بال بالکل گر رہے تھے گنجی ہوچکی تھی۔ والدہ نے مجھے کہا کہ تم لوگوں کو دوائیاں بنا کر دیتے ہو بہن کیلئے بھی کوئی دوائی بناؤ تاکہ اس کو آرام آئے اسکے چار بچے ہیں اور یہ اپنے بچوں کی دیکھ بھال کرسکے۔

حضرت صاحب میں نے بہن کیلئے گول لوکی اور گڑ کی شکر صبح نہار منہ کھانے کو پابندی سے کہا بہن نے تقریباً دو ماہ پابندی سے صبح نہار منہ گول لوکی کو چھوٹے چھوٹے قتلے کاٹ کر گڑ کی شکر کے ساتھ کھانا شروع کردیا۔ شروع میں کھایا نہیں جاتا تھا مگر میں نے کہا کہ زبردستی کھاؤ اور پھر کھانا شروع کردیا دو ماہ کے بعد بہن نے یہ چھوڑ دیا اور کہا کہ کوئی اور دوائی دو ان دنوں میں یہ جریان والا نسخہ اپنے دوست کیلئے بنا رہا تھا تو میں نے ایک آدھا کلو کی بوتل بنا کر بہن کو دے دی اور کہا کہ صبح نہار منہ چائے کا ایک چمچ بھر کر ابلے ہوئے ایک پاؤ دودھ کے ساتھ کھاؤ۔

بس حضرت صاحب اللہ تعالیٰ نے ایسا کرم فرمایا کہ آج اس بات کو دس سال کا عرصہ ہوگیا ہے' بہن کی بیماری جڑ سے ختم ہوگئی اور بہن یہ دوائی پابندی سے کھاتی تھی یہاں تک کہ ڈاکٹروں نے ٹیسٹ کروائے اور کہا کہ تمہارے پھیپھڑوں سے جراثیم تک ختم ہوگئے ہیں اور ڈاکٹروں نے دوائی بھی بند کردی۔ یہ دوائی کھانے کے بعد بہن پہلے سے زیادہ ماشاء اللہ صحت مند ہوگئی اور قوت مدافعت بھی زیادہ ہوگئی اور بہن کا سٹیمنا بھی زیادہ ہوگیا اور اب اس کا مقابلہ چلنے میں بھی نہیں کرسکتا وہ پہلے چلنے سے تھک جاتی تھی مگر اس دوائی نے اس کی تھکاوٹ بھی ختم کردی۔ اس دوائی کا یہ حیرت انگیز کمال چشم دید مجرب تجربہ میری زندگی میں ہوا۔

حضرت صاحب اس دوائی کا ایک اور فائدہ جو مجرب تجربہ شدہ ہے وہ یہ ہے کہ میرے بھانجے بہت کمزور تھے بچپن سے ماں کا دودھ نصیب نہیں ہوا اس لیے شروع سے ہی کمزور تھے اور کھانا کھا ہی نہیں سکتے تھے' بالکل کمزور دُبلے پتلے۔ پھر میں

نے یہی دوائی ان کو بنا کر دی۔ ماشاء اللہ کھانا کھانے لگے جسم گوشت سے بھرتا جارہا ہے اور کبھی کبھی شہد نہیں ہوتا تو نسخہ سفوف کی شکل میں صبح نہار منہ دودھ کے ساتھ دیتا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے بہت فائدہ فرمایا اور اب بھی بھانجے کہتے ہیں ماموں دوائی بنادو تو میں کہتا ہوں کہ پیسے جمع کرکے دو میں دوائی بنادوں گا۔

حضرت صاحب میرا ایک دوست ہے جاوید پٹھان پشاور کا رہنے والا ہے مگر اب رہائش کراچی میں ہے۔ جاوید چرس' چائے اور غیرفطری عادات کا عادی تھا اور بقول جاوید کے کہ چرس چائے اور بری عادات نے اس کو بالکل ناکارہ کردیا تھا اور بہت سے حکیموں سے علاج بھی کراتا رہا اور طلاء وغیرہ بھی استعمال کیے مگر فائدہ بالکل نہ ہوتا تھا بلکہ وہ یہ کہتا تھا کہ میرا سارا سسٹم جام ہوگیا ہے اور دوائی میرے لیے ایسی ہوجاتی ہے کہ جیسے مٹی کھائی ہے کسی قسم کا کوئی فرق وغیرہ نہیں پڑتا۔

محترم حکیم صاحب میں نے اپنے دوست جاوید کو آپ کی کتاب ''کلونجی کے کرشمات'' میں سے یہ نسخہ لیا ہے۔ **ھوالشافی:** عقرقرحا 50 گرام' کلونجی 50 گرام' تخم ریحان 50 گرام' مصری 50 گرام بنا کردیا اور تین ٹائم پانی یا دودھ کے ساتھ کھانے کو کہا۔ اللہ تعالیٰ نے اتنا کرم کیا کہ جاوید کا سارا سسٹم بہترین ہوگیا اور وہ حیران ہوگیا اور جاوید کا سارا کام بن گیا۔

اب جاوید کہتا ہے کہ بڑے بڑے نسخے کام نہ کرسکے مگر اس نسخہ سے اس کا سسٹم ٹھیک ہوگیا۔ آپ کا یہ نسخہ میں نے اور لوگوں کو بھی بنا کردیا ہے اور جس کو بھی دیا ہے سب نے تعریف کی ہے۔ ایک اور دوست کو بنا کردیا اس کو یہ شکایت تھی کہ میرا بیوی سے ملنے کو دل کرتا ہے مگر کمزوری کی وجہ سے مل نہیں سکتا حضرت صاحب میں نے آپ کا یہ نسخہ بنا کردیا الحمدللہ اس کا بھی کام بن گیا اور اب آپ کے ان نسخوں کی وجہ سے میں بھی حکیم مشہور ہوگیا ہوں۔

خارش کا نایاب نسخہ

حضرت صاحب آج سے بیس بائیس سال پہلے مجھے پورے جسم پر خارش ہوگئی تھی اور خارش اتنی شدید تھی کہ سارے جسم پر چھوٹے چھوٹے لال سرخ دانے ہوجاتے اور میں دھوپ میں باہر نہیں نکل سکتا تھا اور سردیوں میں بھی لحاف اوڑھتا جب گرم ہوجاتا تو پھر سارے جسم پر خارش ہوجاتی پھر میرے استاد محترم کے بڑے بھائی جو عالم باعمل ہیں ان کا نام مولانا شمس الرحمٰن صاحب ہے ان سے مجھے یہ نسخہ ملا جو میں نے بنا کر پیا اور الحمدللہ آج بیس بائیس سال ہوگئے مگر مجھے پھر یہ خارش کی بیماری نہیں ہوئی۔

یہ نسخہ میں نے بہت لاتعداد لوگوں کو دیا ہے اور سب کو بہت فائدہ ہوا ہے۔ نسخہ حسب ذیل ہے۔ **نسخہ:** ھوالشافی: کوڑ 50 گرام' گلوڑ 50 گرام' سناء مکی 50 گرام' چرائتہ 50 گرام۔ ان سب دوائیوں کو 6 سیر پانی میں بھگو کر پھر چولہے پر نرم آنچ پر پکاتے رہیں اور وقفہ وقفہ سے چمچ سے ہلاتے رہیں جب تین کلو پانی خشک ہوجائے اتار کر ٹھنڈا کرکے چھان کر بوتلوں میں بھر کر رکھ دیں۔ صرف صبح نہار منہ آدھی پیالی چائے والی۔ **پرہیز:** لال مرچ' گرم مصالحہ' بڑا گوشت۔ **(خالد محمود اعوان' کراچی)**

رب پر پختہ یقین کا نتیجہ

میری بیٹی سکول ٹیچر ہے ان کے سکول کے پاس ایک گھر ہے بچوں کو چھوڑنے ان کی دادی ہمراہ آئی تو کہنے لگی کہ یہ میرا پوتا ہے۔ باتوں باتوں میں انہوں نے اس پوتے کے ہونے کی جو تفصیل بتائی کہ ہمارے ہاں کزنز کی زیادہ تر شادیوں کا رواج ہے میری بہو بھی میری بھانجی ہے۔ اس کا بڑا بیٹا جو ہوا وہ بھی ابنارمل تھا دوسرے بھائی کی صرف دو بیٹیاں تھیں۔ جب تیسری دفعہ اللہ نے دینا چاہا تو سب پریشان تھے کہیں پھر بیٹی نہ ہوجائے لیکن میں نے ہر روز بلاناغہ سورۂ مریم اور سورۂ رحمٰن کا ورد جاری رکھا اور یہی دعا کی کہ یامولا کریم میرے بیٹے کو بیٹا عطا فرمانا۔ بات تو ساری یقین محکم کی ہے اور کلام اللہ برحق ہے کہ نجانے کتنے ڈاکٹرز سے الٹراساؤنڈ کروایا مختلف لیڈی ڈاکٹروں نے بتایا کہ بیٹی ہے آخر دم تک لیکن جس دن پیدائش ہوئی تو بیٹا ہوا۔ الٹراساؤنڈ غلط ثابت ہوئے اور بیٹا یہ سن کر میرے خوشی سے آنسو نہیں رکتے تھے اور فوراً سجدہ ریز ہوگئی میرے خاوند بھی رو کر کہنے لگے کہ یہ تیرا اپنے رب پر اور قرآن پر یقین کا نتیجہ ہے۔ **(نام نہیں ہے)**

جوڑوں کے درد کیلئے

میری عمر 60 سال ہے اور میں عرصہ 17 سال سے جوڑوں کے درد کا شکار ہوں' حرکت کرنا اور چلنا' پھرنا میرے لیے سخت مشکل تھا۔ میں نے اس کا بہت علاج کرایا مگر سوائے وقتی افاقہ کے کچھ نہ ہوا۔

میں 4 اپریل 2010ء میں آہستہ آہستہ چل رہا تھا کیونکہ پاؤں کے جوڑوں میں شدید درد ہو رہا تھا۔

وہاں ایک دکان کے باہر ڈاکٹر علوی صاحب بیٹھے ہوئے تھے انہوں نے مجھے اپنے پاس بلایا۔ میرے تمام حالات پوچھے۔ بیگ سے اپنا لیپ ٹاپ نکالا اور میرا مسئلہ اس میں پڑھا اور مجھے بتایا کہ امریکہ میں یہ نئی ریسرچ جوڑوں کے درد پر ہوئی ہے جس سے کافی لوگوں کو فائدہ ہو رہا ہے۔ مجھے کہا کہ آپ بھی یہ نسخہ آج ہی سے استعمال کرنا شروع کردیں۔

میں نے ان کا بہت شکریہ ادا کیا فوراً بازار سے دونوں چیزیں لے لیں اور گھر آکر استعمال کرنا شروع کردیا صرف تین دن کے استعمال سے جوڑوں کے درد میں فرق پڑنا شروع ہوگیا اور درد میں کافی کمی آنی شروع ہوگئی۔ آج یہ نسخہ استعمال کرتے ہوئے دو ماہ ہوچکے ہیں اور میرا مرض تقریباً 75 فیصد ٹھیک ہوگیا ہے۔ مجھے امید ہے انشاء اللہ ایک ڈیڑھ ماہ اور استعمال سے مجھے اس مرض سے مکمل شفاء یابی نصیب ہوجائے گی۔ اس نسخہ کے ساتھ جو بہن بھائی انگلش دوائیاں استعمال کررہے ہیں وہ یکدم نہ چھوڑیں بلکہ آہستہ آہستہ انہیں کم کرنا شروع کردیں۔ اب میں یہ نسخہ لکھتا ہوں۔ نسخہ نہایت آسان ہے۔ خالص شہد کم از کم آدھ کلو لے لیں' دارچینی جو ایک پاؤ لے کر اسے باریک گرائنڈ کرلیں' یعنی باریک کرلیں۔ دارچینی جو گرم مصالحہ میں استعمال ہوتی ہے۔ نہایت آسان نسخہ ہے۔ صبح نہار منہ دو چمچ چاول والے ایک گلاس گرم پانی میں ڈال لیں اور چھوٹا چمچ دارچینی اس میں ڈال لیں۔ آدھا لیموں کا رس بھی اس میں شامل کرلیں۔ ٹھنڈا ہونے پر پی لیں اور ناشتہ ایک گھنٹہ بعد کریں۔ یہی نسخہ ایک دفعہ شام کو بھی استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ جوڑوں کے درد سے نجات بھی مل جائیگی۔ **(اختر علی' واہ کینٹ)**

شہد سے امراض جلد کا مؤثر علاج

امراض جلد ایگزیما اور دیگر سکن انفیکشن کے علاج کیلئے برابر مقدار میں شہد اور سفوف دارچینی جلد کے بیمار حصہ پر لگانے سے شفاء نصیب ہوجاتی ہے۔ شہد ایک حصہ نیم گرم پانی دو حصے میں سفوف دارچینی ایک چھوٹا چمچ ملا کر پیسٹ تیار کرلیں۔ جسم کے خارش شدہ حصے پر اس سے آہستہ آہستہ مالش کریں۔ ایک یا دو منٹ کے اندر درد ختم ہوجائیگا۔

پانی سے پیچیدہ بیماریوں کا علاج

حسین رضوان، ملتان

میرے اصرار پر بتایا کہ میرے گردوں میں تکلیف ہے میں نے ان کو پانی کا طریقہ علاج بتایا۔ پھر تقریباً پندرہ دنوں کے بعد پھر ملے طبیعت کا حال پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ الحمدللہ میں پہلے سے کافی بہتر ہوں اور میرے گردے سے پتھری بھی نکل گئی ہے۔ یہ واقعہ سو فیصد سچا ہے۔

اللہ جل شانہ نے بے شمار نعمتیں پیدا کی ہیں ہر نعمت ایک سے بڑھ کر ایک ہے۔ انسان کو جب اس دنیا میں اللہ تعالیٰ نے بھیجا تو بھیجنے سے پہلے اس کیلئے تمام تر ضروریات پورا کرنے کیلئے وسائل کا بہترین انتظام کیا لیکن نعمتوں میں سب سے بڑی نعمت پانی کو ہی بنایا۔ باقی نعمتوں کو پانی کے ماتحت کردیا۔ اللہ تعالیٰ نے پانی کو زمین میں تو محفوظ کیا مگر اس کے خزانے اپنے پاس رکھے۔ یہ پانی اللہ تعالیٰ کے اختیار میں ہے جب وہ چاہتا ہے اور جہاں چاہتا ہے ضرورت کے مطابق اپنے حکم سے برساتا ہے۔ قرآن حکیم میں اللہ تعالیٰ جل شانہ فرماتے ہیں: ''ہم نے آسمان سے ایک اندازے کے مطابق پانی کو نازل (فرمایا) کیا اور زمین میں ٹھہرایا اور ہم اس کے لے جانے پر قادر ہیں'' (سورۃ المومنون پارہ 18 آیت نمبر 18)

اللہ تعالیٰ نے پانی کو آسمان سے برسایا، قدرتی بارش کے ذریعے، پھر سردیوں میں برف کی صورت میں جب پانی کی ضرورت کم ہوتی ہے بڑے بڑے گلیشیئرز بنا کر جمع کیا اور دریاؤں، نالوں، نہروں کی صورت میں موسم گرما میں ضرورت پڑنے پر اس کو زمین میں پھیلا دیا اور یوں سمندروں میں اس پانی کو جمع کیا۔ پانی کے ساتھ ہی تمام جانداروں کی زندگی کو بالواسطہ یا بلاواسطہ وابستہ کردیا یہاں تک کھیتوں کی سیرابی، فصلوں کی کاشت، باغات کی بڑھوتری، پھلوں، انسانوں جانوروں سب کی شادابی کیلئے پانی کو لازم جزو قرار کردیا پرند، چرند، انسان، حیوان، پھل، پھول، پودے سب کی زندگی کا دارومدار پانی پر ہے۔

انسان کھائے بغیر تو زندہ رہ سکتا ہے مگر پانی کے بغیر زندہ رہنا ناممکن ہے۔ انسانی جسم میں پانی کی شرح خون میں تقریباً 95% ہے۔ جس کا ہر عضو پانی کا محتاج ہے۔

پانی کی کمی انسان کو مختلف بیماریوں کا شکار کرتی ہے۔ گرمیوں کے موسم میں انسانی جسم پانی کا بہت سارا حصہ پسینہ اور فضلات کی صورت میں خارج ہوجاتا ہے اگر انسان پانی کا مناسب استعمال نہ کرے تو اس کے جسم کا درجہ حرارت بڑھنا شروع ہوجاتا ہے تو اسے چکر آنا اور جسم پر سرخ رنگ کے دھبوں کا ظاہر ہونا، چبھن والی بے چین کردینے والی خارش کا ہونا جیسے امراض شامل ہیں۔

آج آپ کو پانی سے علاج کے طریقے بتاتے ہیں۔ آج کل پانی کی کمی وجہ سے اور پانی پینے کا خیال نہ رکھنے کی وجہ سے گردوں کی بیماریاں اور اس سے متعلق شکایات سامنے آرہی ہیں میں نے پانی کو ان مسائل پر آزمایا ہے۔ الحمدللہ اللہ کے فضل سے بہت سارا فائدہ اٹھایا اور کامیابی بھی ہوئی چونکہ نیک اور اچھی بات بتانا صدقہ جاریہ ہے۔

پانی سے گردوں کی پتھری اور گردوں کے دیگر امراض سے افاقہ ایک ہفتے سے پندرہ دن کے اندر ممکن ہے مگر جو لوگ شک کرینگے یا وہمی ہونگے ان کیلئے ایسا کرنا ناممکن ہے۔ فی الوقت دو آدمیوں پر پانی سے علاج کا تجربہ کیا اور الحمدللہ دونوں ہی ایک ہفتے میں درست ہوگئے۔ پانی سے گردوں کی پتھری کا ختم ہونا ممکن ہوچکا ہے۔ میرے ایک دوست ہیں صادق صاحب مجھے ایک دن ملے تو ان کا رنگ پیلا تھا اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے میں نے ان سے وجہ پوچھی تو انہوں نے کہا طبیعت خراب ہے۔ میرے اصرار پر بتایا کہ میرے گردوں میں تکلیف ہے میں نے ان کو پانی کا طریقہ علاج بتایا۔ پھر تقریباً پندرہ دنوں کے بعد پھر ملے طبیعت کا حال پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ الحمدللہ میں پہلے سے کافی بہتر ہوں اور میرے گردے سے پتھری بھی نکل گئی ہے۔ یہ واقعہ سو فیصد سچا ہے۔

دوسرا واقعہ اپریل 2011ء بروز جمعۃ المبارک کو پیش آیا۔ ہمارے ہاں ایک روحانی محفل تھی محفل کے اختتام پر لنگر خانے گیا تو لنگر خانے کے امیر کو دیکھا تو ان کے چہرے پر تکلیف کے آثار تھے اور وہ اس حالت میں بھی کام کررہے تھے میں نے ان سے وجہ پوچھی تو بتایا کہ گردے میں تکلیف ہے علاج کروا رہا ہوں مگر افاقہ نہیں ہورہا۔ میں نے انہیں پانی سے علاج کا طریقہ بتایا الحمدللہ ایک ہفتے کے اندر تندرست ہوگئے۔ ایک ہفتہ گزرنے کے بعد جب جمعہ نماز ان کے ہاں پڑھی جمعہ کی نماز کے بعد بتایا کہ الحمدللہ تکلیف رفع ہوگئی آج صبح چھوٹے پیشاب کے ساتھ پتھری نکل گئی اور یوں اللہ کے فضل سے ایک اور کامیابی ملی۔

آیئے اس طریقہ علاج کو پرکھتے ہیں، یاد رکھیں! مستقل مزاجی ضروری ہے۔ **طریقہ علاج:** صبح سویرے اٹھیں، اٹھ کر وضو کریں اور نماز فجر ادا کریں، نماز فجر ادا کرنے کے بعد ذکر واذکار کریں۔ ☆ پانی کا گلاس 250 ملی لیٹر (ایک پاؤ) کا ہو۔ ☆ پانی کے تین سے چار گلاس خالی پیٹ پئیں اور گھڑی پر وقت نوٹ کریں جو لوگ آفس اور دوسرے امور سرانجام دیتے ہیں انہیں پانی وقت کے وقفے کو مدنظر رکھ کر پینا ہوگا۔ پانی پینے کے کم ازکم ڈیڑھ گھنٹہ یا دو گھنٹے بعد ناشتہ کریں۔ ناشتے کے بعد پانی بالکل بھی نہیں پینا۔ ویسے بھی کھانا کھانے کے بعد پانی پینا صحت کیلئے مضر ہے۔ پھر ڈیڑھ سے دو گھنٹے کچھ کھانا نہیں ہے۔ ڈیڑھ سے دو گھنٹے بعد پانی کے تین سے چار گلاس پانی پئیں۔ اگر دوپہر کا کھانا دو بجے ہے تو بارہ بجے لازماً پانی پینا شروع کردیں پھر کھانے کے بعد دوبارہ اتنا ہی وقفہ دینے کے بعد پانی پی لیں۔ اگر رات کے کھانے کا وقت آٹھ بجے ہے تو شام چھ بجے پانی پئیں۔ پھر کھانے کے بعد چہل قدمی کریں۔ رات کو بستر پر لیٹتے وقت پانی نہیں پینا۔ نیز پانی کسی جگ یا بوتل میں لیں جب پہلا گلاس پئیں تو اس پر گیارہ مرتبہ درود شریف تین مرتبہ سورۃ الفاتحہ گیارہ بار درود شریف پڑھیں بہتر یہ ہے کہ اس جگ یا بوتل میں پانی پر پڑھ لیں پھر پانی پئیں۔ انشاءاللہ یقینی فائدہ ہوگا۔

پانی کی کمی سے پیدا ہونیوالے مسائل: پانی سے بے شمار بیماریوں کا علاج ممکن ہے اکثر لوگوں کے گھٹنے کڑکتے ہیں اور ٹخنوں میں چٹخنے کی آوازیں ہوتی ہیں۔ ☆ اکثر لوگوں کو چلنے میں دقت ہوتی ہے گھٹنوں کے جوڑ جام ہوجاتے ہیں ان کیلئے پانی کا علاج بہتر ہے۔ ☆ اکثر لوگوں کو رکوع وسجود کرتے وقت اس تکلیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے کہ گھٹنوں اور ٹخنوں میں سے چٹخنے اور پٹاخوں جیسی آوازیں نکلتی ہیں ان کو چاہیے پانی کا علاج کریں وہ لوگ پانی کی کمی کا شکار ہیں۔ ☆ پیشاب کا جل کر آنا، پیلا، زرد ہونا بھی پانی کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ نیز نظام انہضام کا کمزور ہونا پانی کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ ☆ ہونٹوں پر خشکی ہو، ہونٹ پھٹنے لگیں یا خشک ہوجائیں یہ اس بات کی نشانی ہے کہ جسم میں پانی کی سپلائی کم ہے۔ پانی کی سپلائی بحال کریں۔

بعض لوگ شکایت کرتے ہیں قے آنے کو ہوتی ہے تو ایسے لوگوں سے التماس ہے کہ پانی ایک دم چار گلاس نہ پئیں۔ دو، دو منٹ کا وقفہ رکھیں۔ اس طریقہ علاج میں بعض لوگوں کو پیشاب بار بار آتا ہے اس سے پریشان مت ہوں یہ گردوں کی فعالی کا نظام ہے۔ پیشاب کی زیادتی کی شکایت شروع کے دنوں میں ہوگی جب مزاج بن جائیگا پھر ختم ہوجائیگا۔

قناعت سے سکون دل پائیں

مسز عظمیٰ احمد، راولپنڈی

میرا یہ ایمان ہے کہ اگر ہم اللہ کے دیئے ہوئے رزق پر قناعت کریں جیسا کہ اولیاء اور انبیاء کا شیوہ تھا تو اللہ تعالیٰ کبھی بھی ہمارے رزق سے برکت ختم نہیں ہونے دیگا اور ہمارے دلوں میں اطمینان اور سکون ڈال دے گا

کافی دنوں سے ایک سوال میرے دماغ میں گردش کررہا تھا کہ میں اسے کس کے ساتھ بانٹوں تقریباً ہر دوسرے تیسرے دن کوئی نہ کوئی خبر معاشی مسائل کے سلسلے میں آتی ہے۔

اصل میں بات یہ ہے کہ ہمارا اپنا ایمان اس ذات باری تعالیٰ پر کمزور ہوگیا ہے۔ ہم روزی کے چکر میں اس کو بھول بیٹھے ہیں جو وقت ہمیں نماز کے لیے دینا چاہیے وہ ہم اور اور کے چکر میں گزار دیتے ہیں حالانکہ اللہ کریم کا وعدہ ہے کہ جتنا رزق تمہارے حصے کا موجود ہے وہ تمہیں ضرور ملے گا۔ لیکن ہم عبادت نہیں کرتے اور رزق کے پیچھے بھاگتے ہیں اور دوسری بات یہ ہے کہ ہماری زندگیوں میں سے قناعت ختم ہوتی جارہی ہے جو چیز ہم اپنے کسی بہن، بھائی کے پاس دیکھتے ہیں تو بجائے خوش ہونے کے یا اسے اس کی اچھی چیز کے نصیب ہونے کی دعا دینے کی بجائے دل ہی دل میں جلنا کڑھنا شروع کردیتے ہیں اور ساتھ ہی یہ دعا بھی کرتے ہیں کہ اللہ یہ چیز یا تو ہمیں بھی دیدے نہیں تو اس سے بھی لے لے۔

میرا یہ ایمان ہے کہ اگر ہم اللہ کے دیئے ہوئے رزق پر قناعت کریں جیسا کہ اولیاء اور انبیاء کا شیوہ تھا تو اللہ تعالیٰ کبھی بھی ہمارے رزق سے برکت ختم نہیں ہونے دیگا اور ہمارے دلوں میں اطمینان اور سکون ڈال دے گا اور ہم بجائے پیسے کی دوڑ میں آگے اور آگے بھاگنے کی بجائے مزید وقت اس کی عبادت میں گزاریں گے کیونکہ بے شک دلوں کا اطمینان تو اس کے ذکر ہی سے ملتا ہے اور یہ واقعی میری آزمائی ہوئی باتیں ہیں۔ توکل اس کی ذات کو بے حد پسند ہے اور میرے اللہ کی شان ہے کہ آپ جتنا قناعت اور توکل کرتے ہیں وہ اتنا ہی نوازتا ہے اور جتنا آپ پیسے کے پیچھے بھاگتے ہیں اتنی ہی وہ چیز آپ سے دور بھاگتی ہے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں قناعت کی دولت سے مالا مال کردے اور ہماری روزی میں برکت ڈال دے اور ہمیں ناجائز ذرائع استعمال کرنے کی بجائے صرف اور صرف اس پر توکل کرنا نصیب فرمائے۔

شکر: ایک چیز اور وہ یہ کہ ہماری زندگی میں سے شکر کا بھی فقدان ہوگیا ہے ہم جب بھی بات کرتے ہیں یہی کہتے ہیں کہ گزارا بڑی مشکل سے ہورہا ہے کہاں پوری پڑتی ہے۔ کیا ہم دو لفظ شکر کے ادا نہیں کرسکتے کہ اس ذات پاک کا بڑا شکر ہے کہ اس نے اتنا عطا کیا ہے۔ چاہے تھوڑا ہی کیوں نہ ہو شکر کی نعمت کے ساتھ اسے قبول کرنا چاہیے وہ تو اتنا عظیم ہے کہ ہم اس کی نعمتوں کا جتنا شکر ادا کریں وہ اتنا ہی نوازتا ہے اور اگر اس کی دی ہوئی نعمتوں پر شکر کے بجائے رونا دھونا کرتے رہیں تو وہ پھر اسی حال میں رکھتا ہے۔ اگر ہم شکر اور توکل کا دامن تھام لیں تو وہ اتنا عطا کرے گا کہ جس کی کوئی حد نہیں اور ہمارے اپنے پیدا کردہ مسائل بھی ختم ہوجائیں گے۔

ہاضمہ چورن چٹنی

کشمش 5 تولہ، پودینہ خشک ایک تولہ، زیرہ سیاہ ایک تولہ، مرچ سیاہ ایک تولہ، مگھاں آدھا تولہ، تخم پیاز تین تولہ، دانہ الائچی کلاں دو تولہ، دھنیا خشک ایک تولہ، سنڈھ ایک تولہ، گودہ املی پانچ تولہ، نمک لاہوری دو تولہ، قند سیاہ چار تولہ، مرچ سرخ آدھا تولہ، تمام خشک چیزوں کو سفوف کرلیں۔ سرکہ تیز انگوری حسب ضرورت لے کر تمام سفوف ملا کر رکھ دیں اور بوقت ضرورت چمچہ دو چمچہ استعمال کریں ہر قسم کی بدہضمی کیلئے مفید ہے۔

کمزوری باہ و دل و دماغ مثانہ وغیرہ

کمزوری باہ دل و دماغ مثانہ وغیرہ میں مجرب ہے یہ گولیاں خون صالح پیدا کرکے وزن بڑھاتی ہیں اور جسم کو طاقتور بناتی ہیں یہ نسخہ بلغمی طبیعت والوں کیلئے اکسیر ہے

ایکسٹریکٹ بیلا ڈون 8 ماشے، ایکسٹریکٹ نکس ومیکا 14 ماشے کونین سلفاس 30 ماشے، سلفیٹ آف آئرن 2 ماشے۔ گولڈ کلورائیڈ وسوڈیم ایکسٹریکٹ جنسنگ ایک ڈرام۔ سب کو ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ صبح و شام کھانے کے بعد دودھ کے ہمراہ کھائیں۔ ایک ماہ استعمال کریں۔

نسوار نزلہ زکام: کنیر کے سفید پھول ایک تولہ، کچور ایک تولہ، نک چھکنی ایک تولہ، بالچھڑ ایک تولہ، اسطخو دوس ایک تولہ، کافور تین ماشہ سب ادویہ کو کوٹ چھان لیں اور نسوار کی طرح ناک میں دیں۔ مدتوں کا بگڑا ہوا نزلہ و زکام ٹھیک ہوجاتا ہے۔ سر درد کیلئے مفید ہے۔ **(ملک بشیر حسین، چکوال)**

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 25 مارچ بروز اتوار کو ہوگا)

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی اس کتاب کشف المحجوب کے اس باب کا نام معرفت و شریعت ہے۔ انسان کو امور الٰہی اور خدا کی معرفت کا ہونا ضروری ہے اور انسان پر مصلحت علم بھی فرض ہے جو انسان کی بوقت ضرورت اس کے کام آتا ہے۔ اس کا ظاہر و باطن دو قسم کا ہے ایک علم اصول، دوسرا علم فروغ، علم اصول کا ظاہر حکم شہادت ہے اور باطن معرفت الٰہی کی تحقیق اور علم فروغ کا ظاہر معاملات دینی کو عمل میں لانا ہے اور اس کا باطن نیت کا صحیح کرنا ہے یعنی نیک کام کرنے سے پہلے اپنے جذبے کو خالص اللہ کیلئے کرنا لیکن ان میں سے ہر علم کا وجود یا قیام دوسری قسم کے علم کے بغیر محال ہے۔ قرآن کریم میں حضرت خضر علیہ السلام اور حضرت موسیٰ علیہ السلام کا قصہ دراصل انہی علوم کی وضاحت ہے۔ یہ صرف ایک قصہ نہیں بلکہ سالکین اور راہ حق کے طابعین کیلئے اس میں بہت سے نکات ہیں۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کا اللہ پاک سے یہ عرض کرنا کہ کیا مجھ سے بھی کوئی بڑھ کر ہے اور باوجود نبی ﷺ ہونے کے اللہ کا ان کو حضرت خضر علیہ السلام سے ملاقات کیلئے بھیجنا یعنی علم کے حصول کی طلب اتنی عظمت کی چیز ہے کہ نبی ﷺ خود صاحب علم سے ملاقات کیلئے سفر کررہا ہے پھر حضرت شیث علیہ السلام جو کہ حضرت موسیٰ علیہ السلام کے خادم تھے سفر میں ان کا حضرت موسیٰ علیہ السلام کے ساتھ معاملہ اور ان کی باتیں ماننا اس میں سالکین حق کیلئے نصیحت اور نشان منزل ہے۔ پھر حضرت خضر علیہ السلام اور حضرت موسیٰ علیہ السلام کا سفر کیلئے روانہ ہونا۔

حضرت خضر علیہ السلام کا شرط لگانا کہ آپ سوال نہیں کریں گے اور حضرت موسیٰ علیہ السلام کا باوجود برگزیدہ ہونے کے ان کی بات تسلیم کرنا۔ یہ ظاہر ہوتا ہے کہ کسی درویش اللہ والے مرشد کے ساتھ جب راہ سلوک کی منازل طے کی جاتی ہیں تو اس کی باتوں کو خاموشی سے تسلیم کیا جاتا ہے اور زیادہ سوالات نہیں کیے جاتے اور اکثر اوقات زیادہ سوالات نقصان دہ ہوتے ہیں۔ اسی لیے حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اگر حضرت موسیٰ علیہ السلام خاموش رہتے تو اور بہت کچھ مشاہدات کرتے۔

ورزش سے پائیں صحت کی دولت

سید رشید الدین احمد

آج کے دور میں تحقیق و تجربات نے ثابت کر دیا ہے کہ صرف اچھی غذا سے کام نہیں بنتا' اچھی صحت کیلئے ورزش' غذا ہی کی طرح ضروری ہوتی ہے۔ باقاعدگی سے ورزش کرنے والے بھی تسلیم کرتے ہیں کہ ورزش کا ایک اہم مقصد بہتری کے احساس کا حصول ہوتا ہے

دنیا بھر میں صحت دوست افراد شعور صحت کی وجہ سے ورزش کے ذریعے سے صحت کی دولت پانے اور خود کو اس کے ذریعے سے محفوظ رکھنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ آج نت نئے کھیل اور ورزشیں عام ہو رہی ہیں لیکن ماضی میں بھی لوگ ورزش کی افادیت کے قائل تھے۔ جنوبی ہند کی اکثر پرانی مساجد میں مختلف وزن اور سائز کے تراشے ہوئے گیند یا گول پتھر مسجدوں کے صحن میں پڑے ہوتے تھے۔ نماز فجر کے بعد لوگ انہیں ادھر ادھر لڑھکا لیا کرتے تھے۔ یہ ورزش بالعموم بڑی عمر کے لوگ کرتے تھے۔ مقصد کسی طرح جسم کو حرکت دیکر عضلات کو تازہ دم کرنا ہوتا تھا۔

آج کے دور میں تحقیق و تجربات نے ثابت کر دیا ہے کہ صرف اچھی غذا سے کام نہیں بنتا' اچھی صحت کیلئے ورزش' غذا ہی کی طرح ضروری ہوتی ہے۔ باقاعدگی سے ورزش کرنے والے بھی تسلیم کرتے ہیں کہ ورزش کا ایک اہم مقصد بہتری کے احساس کا حصول ہوتا ہے۔ ورزش کرنے والے خود کو چست تازہ دم اور اچھا محسوس کرتے ہیں۔ اگرچہ ایسے لوگوں کی نظر میں ورزش کا یہی اہم مقصد ہوتا ہے۔ اچھی صحت اور جسمانی چستی ان کی نظر میں ثانوی حیثیت رکھتی ہے لیکن ورزش کے ذریعے اچھی صحت اور چستی حاصل کیے بغیر ورزش کے فائدوں کا اعتراف بھی ممکن نہیں ہوتا۔ ورزش کر کے ہی آپ ہی فائدہ محسوس کر سکتے ہیں۔

ورزش کا فائدہ: باقاعدہ ورزش سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ اس کی وجہ سے قلب و شرائن کے امراض' ہائی بلڈ پریشر' ذیابیطس' پستی (ڈیپریشن) اور فکر و پریشانی جیسے امراض دور رہتے ہیں۔ چڑچڑاپن' اعصابیت' وہم و بدگمانی جیسے منفی خیالات و احساسات سے تحفظ حاصل رہتا ہے۔ باقاعدگی سے ورزش کرنے والے بردبار' سلجھے مزاج اور برداشت و تحمل جیسے اوصاف کے مالک ہوتے ہیں۔

اس کے علاوہ ورزش کی وجہ سے ہڈیاں مضبوط رہتی ہیں بدن میں کیلشیم وغیرہ خوب جذب ہوتا ہے اس طرح خواتین کے علاوہ مرد بھی ہڈیوں کے گلاؤ (اوسٹیوپروسس) سے بچے رہتے ہیں اور ان کا وزن بھی اعتدال اور حد میں رہتا ہے اور ان کی عمریں بھی لمبی ہوتی ہیں۔

مختلف ورزشوں کے فائدے

ورزشوں کی چار بڑی اقسام ہوتی ہیں:۔

1۔ ہوازا (ائروبک) ورزشیں

2۔ حسن افزا (کیلس تھینک) ورزشیں

3۔ راحت و سکون بخش ورزشیں

4۔ ناہوائی (اینے روبک) ورزشیں

ہوازا ورزشیں

یعنی وہ ورزشیں جس میں آپ زیادہ گہرے سانس لے کر خون میں آکسیجن خوب شامل کرتے ہیں۔ ان میں واک' جوگنگ' پیراکی' رسی کودنا' گیند کے کھیل' ریکٹ کے کھیل جیسے بیڈمنٹن' باسکٹ بال' فٹ بال' اسکواش اور ٹینس شامل ہیں۔

ان میں عضلات کا زیادہ استعمال ہونے کی وجہ سے خاص طور پر جسم کے نچلے حصے کے عضلات زیادہ استعمال ہوتے ہیں۔ انہیں جس قدر تیزی سے کیا جائے' خون میں آکسیجن اتنی ہی زیادہ جذب ہوتی ہے۔ انہیں تیز تیز کرنے ہی سے فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ ان کی وجہ سے قلب کی حرکت میں 60 سے 85 فیصد اضافہ ہو جاتا ہے یعنی ورزش کرنے والے کو پسینہ آنے لگتا ہے' سانس گہرے ہو جاتے ہیں۔ البتہ ان ورزشوں کے دوران سانس پھولنا نہیں چاہیے ورنہ یہ مرض کی علامت ہوگی۔ یہ ورزشیں ایک وقت میں کم از کم 15 منٹ تک کرنا چاہئیں۔

یہ ورزشیں شریانوں' قلب اور پھیپھڑوں میں دوران خون کو بہتر بناتی ہیں اس طرح ان کی صحت بہتر رہتی ہے اور برداشت و سکت میں اضافہ ہو جاتا ہے جسے ہم عام اصطلاح میں "دم بنانا" کہتے ہیں۔ یہ ورزشیں ہر عمر اور صحت کا آدمی اپنی برداشت کے مطابق کر سکتا ہے۔ مالی اعتبار سے بھی ان پر کچھ خرچ نہیں ہوتا۔

فائدہ: ائروبک ورزشوں کا دوسرا اہم فائدہ ان میں وزن کم کرنے کی صلاحیت ہے' صحیح طور پر کرنے کی صورت میں یہ ورزشیں' نقصان پہنچائے' بغیر زائد وزن گھٹا دیتی ہیں' اسی لیے دوسری ورزشوں کے مقابلے میں ان کی سفارش زیادہ کی جاتی ہے۔ یہ سب کیلئے موزوں ہوتی ہیں یہاں تک کہ قلب اور سانس کی تکلیف کے مریض بھی انہیں مرض سے صحت یابی کے دوران کر سکتے ہیں یعنی ان کے ذریعے سے اپنی صحت بتدریج بہتر بنا سکتے ہیں اور ان کا سلسلہ باقاعدگی سے جاری رکھ کر بقیہ زندگی صحت و آرام کے ساتھ گزار سکتے ہیں۔

حسن افزا ورزشیں

بازوؤں کو حرکت دینا' پیر کے انگوٹھوں کا چھونا' جسم کو دائیں بائیں' آگے پیچھے بل دینا' جھکنا' مڑنا' ڈنٹر نکالنا' بیٹھکیں لگانا جیسی ورزشیں عضلات کو مضبوط بناتی اور جوڑوں اور عضلات کو بھی لچکدار رکھتی ہیں۔ یہ ورزشیں احتیاط اور اعتدال سے کرنے کی صورت میں یہ جسم میں قوت اور عضلات میں برداشت کی صلاحیت بڑھاتی ہیں۔ جوڑ اور عضلات کو نرم و لچکدار رکھنے کیلئے نیچے چھونے کی ورزش زیادہ کرنی چاہیے اور اس دوران تسلسل کے ساتھ گہرے سانس لینے کا سلسلہ بھی جاری رکھنا چاہیے اچھلنے کودنے کی ورزشوں کے مقابلے میں یہ زیادہ محفوظ اور مفید ثابت ہوتی ہے۔

مختلف کھیل: ان میں شامل کھیلوں سے جسم چست و توانا رہتا ہے' لیکن ہر کھیل سے جسم کے مختلف حصوں کو فائدہ پہنچتا ہے۔ **بیڈمنٹن:** یہ شٹل کاک سے مختلف کھیل ہوتا ہے جو ایک ہلکی گیند سے کھیلا جاتا ہے اس کے دوسیٹ کھیلنے سے کندھے' گھٹنے' ٹخنے اور پنڈلیوں کے عضلات اور بندھن بلکہ پورا جسم چست و توانا ہو سکتا ہے لیکن زیادہ زور پڑنے سے ان میں درد اور دکھن بھی ہو سکتی ہے۔ **باسکٹ بال:** ٹیم کی صورت میں کھیلے جانے والے اس کھیل سے بھی خاص طور صحتمند افراد کا جسم چست رہتا ہے لیکن اس میں ٹخنے زخمی ہو سکتے ہیں۔ **تن سازی:** یہ عضلات بنانے کیلئے بہت موزوں ورزشیں ہوتی ہیں ان ورزشوں سے جسمانی لچک اور ہوازائی کی صلاحیت بھی بڑھتی ہے اور مجموعی طور پر بدن چست و توانا رہتا ہے۔ **دیگر کھیل:** ان کے علاوہ فٹ بال' اسکواش' پیراکی' ٹیبل ٹینس' ہاکی' ٹینس' والی بال' کرکٹ ملک میں خاصے مقبول ہیں۔ خاص طور پر فٹ بال چونکہ بڑے زور اور طاقت سے کھیلا جاتا ہے نوجوانوں میں بہت مقبول ہے۔

امرود چند فوائد: جن لوگوں کو دل کا عارضہ ہو' دل تیز تیز دھڑکتا ہو' بلند فشار خون ہو تو امرود کھانے سے افاقہ ہو جاتا ہے۔ کچھ لوگوں کو بھوک نہیں لگتی' وہ کھانے کے بعد دو امرود کھالیں تو ان کی بھوک بڑھ جاتی ہے۔ اسی طرح جن کا نظام انہضام ٹھیک نہ ہو' قبض رہتا ہو' آنتوں میں خشکی ہو تو ناشتے میں پیٹ بھر کر امرود کھائیں۔ کالی مرچ اور ذرا سا نمک چھڑک سکتے ہیں۔ چند دن نہار منہ کھانے سے قبض دور ہو جائیگی۔ **(راحیلہ' لاہور)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 31

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

اب مجھے جناتی اولاد کی شادیوں کی فکر ہے میں پریشان اس وجہ سے ہوں کہ جناتی اولاد کی شادیوں کا کیا کروں؟ کیسے کروں؟ جنات میرا رشتہ لینے کو تیار نہیں وہ کہتے ہیں کہ ان کا باپ انسان ہے۔ یہ جن تو ہیں لیکن خالص جن نہیں میں بہت پریشان ہوں براہ کرم میری پریشانی کا ازالہ کریں مسلسل استخارے کے بعد آپ کا پتہ، آپ کا نام اور سو فیصد آپ کا حلیہ بتایا گیا۔ میں نے اس کی بات سنی تو مسکرا دیا میں نے کہا یہ کوئی مسئلہ نہیں۔

میں جنات سے عرض کروں گا وہ رشتوں کے معاملے میں آپ کا ساتھ دیں گے اور پھر کچھ عرصے کے بعد اللہ کے فضل سے اس کی اولاد کی شادیاں ہوگئیں ہاں میں نے اسے ایک چیز ضرور بتائی چونکہ جن جنات نے آپ کے رشتے ٹھکرائے تھے وہ کہیں آپ کی اولاد پر جادو نہ کردیں تو یَاقَھَّارُ کا وظیفہ خود بھی انسانی بیوی بھی، جن بیوی اور اس کے بچے سب پڑھتے بھی رہیں اور پیتے بھی رہیں۔ آج وہ اتنا خوش ہے اس کی بیوی مجھ سے ملنے آئی یعنی جن بیوی...... اس نے شکریہ ادا کیا ڈھیروں ہدیے لائے، گفٹ لائے جو میں نے غریبوں میں تقسیم کردیئے اور ضرورت مندوں کو دے دیئے۔

شادیوں کے کیس تو ویسے بہت آتے ہیں میری ابتدائی زندگی میں جب میرا جنات سے تعارف ابھی ابتدائی تھا میں ان چیزوں کو حقیقت سے بہت دور سمجھتا تھا اور حیرت بھی ہوتی تھی بلکہ بعض اوقات تو میں خود کو جھٹلا دیتا تھا کہ یہ حقیقت نہیں ہے جنات سے شادی کیسے ہوسکتی ہے؟ لیکن پھر مسلسل جنات سے دوستی کے بعد میرے ساتھ یہ حقیقت کھلنا شروع ہوئی کہ جنات سے شادیاں ہوسکتی ہیں۔ ابھی کچھ ہی عرصہ پہلے کی بات ہے کہ میرے پاس ایک صاحب آئے اور کہنے لگے کہ ہمیں تو ایک مسئلہ درپیش ہے میں نے پوچھا کیا تو کہنے لگے کہ مسئلہ یہ ہے کہ میرے بیٹے پر پہلے ابتدائی طور پر دورے پڑنا شروع ہوئے اور دورے بڑھتے گئے بڑھتے گئے۔ اس کا مستقل علاج کرایا، ڈاکٹروں اور نفسیاتی ڈاکٹروں کو دکھایا پھر کچھ عاملوں کو دکھایا۔ کسی کی سمجھ میں کوئی کیس بالکل نہ آیا۔ آخر کار ایک بزرگ کے پاس لے گئے تو انہوں نے اس جن کی حاضری کرائی تو وہ جن نہیں تھا جننی تھی۔ کہنے لگی میں مسلمان جننی ہوں، بیوہ ہوں، مجھے کسی ساتھی اور شوہر کی تلاش تھی آپ کا بیٹا نمازی ہے، ذاکر شاغل روزے دار ہے، مجھے یہ پسند آیا تو میں اس سے شادی کرنا چاہتی ہوں اور اس سے اپنے ازدواجی تعلقات قائم کرنا چاہتی ہوں لیکن چونکہ میں نے پانچ حج کیے اور مجھے پتہ ہے کہ ازدواجی زندگی کیلئے نکاح ضروری ہے اور اس لیے مجھے اجازت دیں میں آپ کے بیٹے سے نکاح کرنا چاہتی ہوں اس کے والدین کہنے لگے کہ ہم تو اجازت نہیں دیں گے اور نہ ہی ہماری برادری میں یہ نسلوں میں زندگی میں ایسی کوئی کہانی ہم نے سنی ہے۔

کہنے لگی کہ میں آپ کی منت کرتی ہوں کہ آپ اجازت دیں۔ آپ کہیں تو میں آپ کی برادری کے بڑوں کے پاس جاؤں گی اور انہیں مناؤں اور ان کی منت کروں گی، میں جنات کی مخلوقات میں سے ہوں میرے پاس طاقت بھی ہے اور زور بھی ہے لیکن میں یہ طاقت اور زور استعمال نہیں کرنا چاہتی۔ آپ مہربانی کریں میرا ساتھ دیں۔ اور میں ہر حال میں اس نوجوان کو اپنا شوہر بنانا چاہتی ہوں ہم نے انکار کردیا وہ چلی گئی۔ اب ہمارے بیٹے کے بقول کہ وہ کبھی کبھی آتی تھی پھر اس نے ہماری برادری کے بڑوں کے خواب میں آنا شروع کیا پہلے تو خواب سمجھتے رہے پھر ان بڑوں نے ہم سے رجوع کیا کہ اصل بات کیا ہے؟ تو ہم نے ان سے کہا کہ اصل تو حقیقت یہی ہے کہ وہ عورت جننی شادی کرنا چاہتی ہے۔ اب ہم اس کی شادی کی اجازت کیسے دیں کہ ہم نے بیٹے کو اس کی پھوپھی کے گھر اس کی لڑکی کے ساتھ بات طے کردی تھی برادری والے بھی حیران کہ یہ سلسلہ کیسے شروع ہوا، جادو کا زور کیا گیا لیکن وہ جن لڑکی کسی طرح بھی جانے کو تیار نہیں تھی۔

لڑکے کی ماں کہنے لگی کہ ایک دن ہمارے گھر میں ایک فقیر عورت نے سوال کیا وہ نقاب اور برقعے میں تھی اور گھر کے اندر آگئی ہم نے اس کا سوال پورا کیا کہنے لگی مجھے پانی پلائیں جب ہم نے اسے پانی پلانے کیلئے گلاس میں پانی دیا تو جب اس نے اپنا نقاب ہٹایا تو وہ جوان اور نہایت خوبصورت جوان ایک لڑکی تھی جس کے روپ نکھار اور حسن و جمال کو دیکھ کر ہم خود حیران رہ گئے۔ اس نے پانی پیا پانی پینے کی دعا پڑھی اور ہمیں دعائیں دینے لگی اور ٹھنڈا سانس بھر کر کہنے لگی کہ آپ مجھے اس گھر کی خدمت دیں گے؟ ہم کہنے لگے کہ نہیں ہمارے پاس پہلے کام کرنے والی ہے وہ خوبرو لڑکی کہنے لگی میں آپ کے گھر کی بہو بننا چاہتی ہوں ہم حیران ہوگئے۔ ہم نے کہا نہیں ہمارے لڑکے کی پہلے سے بات طے ہے۔

کہنے لگی نہیں اگر آپ مجھے اپنے گھر کی بہو بنالیں تو میں آپ کی بہت خدمت کروں گی۔ آپ کیلئے سارے کام کروں گی۔ حتیٰ کہ آپ کی بخشش کیلئے اعمال کروں گی، کروڑوں کی تعداد میں کلمہ، قرآن پڑھوں گی، میں قرآن کی حافظہ اور قاریہ ہوں، میں اکوڑہ خٹک کے مدرسے میں بہت عرصہ پڑھتی رہی ہوں۔ اور پھر کراچی کے ایک بڑے مدرسے میں پڑھتی رہی ہوں۔ پھر ایک معلّمہ سے میں نے قرأت اور تجوید سیکھی ہے پھر ایک اور بڑا مدرسہ جس کا میں نام نہیں لینا چاہتا سے میں نے عالمہ کا کورس کیا ہے آپ مجھے اپنی بہو بنالیں۔ ہم حیران ہوئے کہ تو کہاں کی رہنے والی ہے؟ کون ہے؟ تو فوراً کہنے لگی میں وہی ہوں جو آپ کی کئی عرصے سے منت کررہی تھی، ہم ایک دم ڈر گئے کہنی لگی آپ ڈریں نہیں آپ ڈریں گے تو میں یہاں سے چلی جاؤں گی ہم نے کہا چلی جا، وہ رونے لگی فریاد کرنے لگی کہ مجھے قبول کرلیں۔ آپ چاہے اپنے بیٹے کی شادی کہیں اور کرلیں لیکن میں زبردستی بھی اس سے شادی کرسکتی ہوں، اس سے اپنے ازدواجی تعلقات قائم کرسکتی ہوں لیکن میرا دین میری شریعت مجھے اس کی اجازت نہیں دیتا۔ آپ مجھے قبول کرلیں۔ لڑکی کی ماں کہنے لگی کہ وہ اتنا روئی...... اتنا روئی...... کہ ہمارا دل بھر آیا...... **(جاری ہے)**

علامہ لاہوتی پراسراری خاص نمبر

پچھلے ماہ قارئین سے **''جنات کا پیدائشی دوست''** کے دو صفحات کے حوالے سے رائے مانگی گئی جس کا قارئین نے بہت گرم جوشی سے مثبت رائے کا اظہار کیا۔ لیکن علامہ صاحب کے گوناگوں معمولات سے ایسا ممکن نہ ہوسکے گا لیکن قارئین کے بے پناہ اصرار اور طلب کو سامنے رکھتے ہوئے ان سے درخواست کی کہ قارئین کیلئے آپ اپنے ڈھیروں انوکھے پراسرار تجربات و مشاہدات روحانی راز انوکھے بھید کچھ زیادہ عطا فرمائیں۔ لہٰذا انشاء اللہ مئی میں **''جنات کا پیدائشی دوست''** خاص نمبر ہوگا۔

......ابھی سے اپنی کاپی بک کروائیں......

مل جل کر رہنا کیڑوں سے سیکھئے

شہد کی مکھی کے چھتے میں جہاں کارکنوں کی تعداد تیس ہزار تک ہوسکتی ہے لیکن تقسیم کار کیڑوں کی طرح لگی بندھی نہیں بلکہ زندگی کے مختلف ادوار میں چھتے کا ایک فرد جبلی طور پر مختلف فرائض منصبی بجا لاتا ہے۔ ملکہ عمر بھر افزائش نسل جاری رکھتی ہے

مل جل کر معاشی زندگی بسر کرنے والے کیڑوں کے کردار میں جبلت کی کارفرمائی زیادہ نمایاں ہے۔ چیونٹیوں کی جماعت کی بے شمار اقسام ہیں۔ بعض چیونٹیوں کے پاس پیسنے کے مضبوط جبڑے ہوتے ہیں۔ بعض لڑنے کیلئے تلواروں اور کلہاڑوں سے مسلح ہوتی ہیں اور بعض درختوں کے پتے کاٹنے کیلئے قینچیوں سے۔ یہ اوزار چیونٹیوں کو کہیں باہر سے فراہم نہیں ہوتے بلکہ یہ ان کے جسم کے حصے کے طور پر انہیں قدرت کی طرف سے ودیعت ہوتے ہیں اور ان کا استعمال بھی بغیر کسی باقاعدہ تعلیم کے وہ جبلی طور پر ہی سیکھتی ہیں۔

گرم ممالک میں چیونٹیوں کا ایک ایسا خاندان بھی ملتا ہے جو اناج اکٹھا کرکے بڑے سلیقے سے ذخیرہ کرتا ہے اس خاندان کے سپاہی کیڑے جو بہت مضبوط جبڑوں سے مسلح ہوتے ہیں اناج اپنے جبڑوں سے پیستے ہیں۔ کارکن کیڑے پسے ہوئے اناج کو خوب چبا کر ایک لئی سی بنا دیتے ہیں اور اسے کیک کی شکل میں ڈھال کر دھوپ میں سکھا لیتے ہیں کچھ چیونٹیاں دودھ حاصل کرنے کیلئے مویشی بھی پالتی ہیں۔

مکھیاں: سبز مکھیاں جو عام طور پر پودوں کے رس پر گزر کرتی ہیں۔ چیونٹیوں کے ہتھے چڑھ جاتی ہیں۔ یہ مکھیاں کھانے پینے کے معاملے میں بڑی اسراف پسند واقع ہوتی ہیں اور جتنی خوراک کھاتی ہیں ان سب کو کاملاً ہضم نہیں کرسکتیں۔

درختوں سے چوسا ہوا رس میٹھے قطرات کی صورت میں ان مکھیوں کے جسم سے رستا رہتا ہے۔ جسے مالک چیونٹیاں چاٹ لیتی ہیں۔ کچھ چیونٹیاں اپنی ان ''گایوں'' کو دوہتی بھی ہیں ان کے دوہنے کا طریقہ یہ ہوتا ہے کہ وہ مکھی کے پیٹ کو دباتی ہیں جس سے رس زیادہ رستا ہے بعض چیونٹیاں ان مکھیوں کے انڈوں سے بچے بھی خود نکلواتی ہیں موسم سرما میں وہ ان انڈوں کو دھوپ میں رکھ دیتی ہیں تاکہ حرارت سے ان سے بچے نکل آئیں جن کی وہ پرورش کرسکیں۔ چیونٹیاں درختوں کی جڑوں کے گرد مٹی کرید کر اپنی گایوں کیلئے چراگاہ اور اپنے بلوں سے ذرا ہٹ کر ان کے اصطبل بناتی ہیں۔ کیڑے مکوڑوں کی معاشرتی اور اجتماعی زندگی کا مطالعہ کرنے والے ماہرین نے حیوانی معاشرے کا جو نقشہ پیش کیا ہے وہ انسانی معاشرے سے اتنا زیادہ مشابہ ہے کہ ایک قاری حیرت زدہ ہوکر سوچنے لگتا ہے کہ انسان بڑی حد تک ایک کیڑا ہے اور ایک کیڑا کافی حد تک انسان ہے۔

مشاہدہ کیا گیا ہے کہ چیونٹیاں گھنٹوں سیر و تفریح اور دھوپ سینکنے میں صرف کردیتی ہیں۔ وہ انسانی بچوں کی طرح جھوٹ موٹ کی لڑائیاں لڑتی ہیں۔ انسان کے بعد زمین پر کامیاب ترین مخلوق کیڑے ہی ہیں۔ کیڑوں کے قبیلے دوسرے قبیلوں سے خوراک اور زمین حاصل کرنے اور انہیں غلام بنانے کی خاطر ان پر حملہ آور ہوتے ہیں اور بعض اوقات یہ حملے محض تعصب اور نفرت کی بنا پر ہوتے ہیں۔ **شہد کی مکھی:** کیڑوں کا بل اور شہد کی مکھی کا چھتہ بڑی حد تک ایک دوسرے سے مشابہ ہوتے ہیں۔ کارکن پورے قبیلے کیلئے کام کرتے ہیں۔ بیویریا کے ماہر حیوانات کارل فان فرش نے شہد کی مکھیوں کا نہایت ہی عمیق مطالعہ کیا ہے ان کے مشاہدات کا خلاصہ آئندہ سطور میں پیش کیا جارہا ہے۔ شہد کی مکھی کے چھتے میں جہاں کارکنوں کی تعداد تیس ہزار تک ہوسکتی ہے لیکن تقسیم کار کیڑوں کی طرح لگی بندھی نہیں بلکہ زندگی کے مختلف ادوار میں چھتے کا ایک فرد جبلی طور پر مختلف فرائض منصبی بجا لاتا ہے۔ ملکہ عمر بھر افزائش نسل جاری رکھتی ہے۔ نر مکھیاں (نکھٹو) ملکہ کے ساتھ اپنا فرض منصبی بجا لانے کے بعد بے کار ہوتے ہیں اس لیے مار دیئے جاتے ہیں یا خود موسم خزاں میں فاقوں مرجاتے ہیں۔ مخنث مادہ کارکنوں کی عمر تقریباً آٹھ ہفتوں پر محیط ہوتی ہے جس میں وہ تین روز بطور انڈے چھ روز بطور GRUB بارہ روز لاروے کی حیثیت سے اور پانچ ہفتے بطور پردار بالغ کے گزارتی ہیں۔ یہ مکھیاں پانچ ہفتے کی بالغ زندگی کے دوران تین مختلف ادوار میں سے گزرتی ہیں۔ بلوغت کے ابتدائی دس ایام میں یہ مکھیاں چھتے کے اندھیرے میں بچوں کی نگہداشت کرتی ہیں۔ دوسرے دور میں جو دسویں سے بیسویں دن تک پھیلا ہوتا ہے ان کارکن مکھیوں کی آنکھیں کام کرنا شروع کردیتی ہیں۔ اس اثنا میں یہ موم کے خانے بناتی اور انہیں صاف کرتی ہیں۔ اس کے بعد چھتے کے صدر دروازے پر محافظ کا کام سنبھال لیتی ہیں۔ ان کی زندگی کا تیسرا دور، جو اکیسویں دن سے موت تک محیط ہوتا ہے زیادہ تر پھولوں سے شہد اور برادہ حاصل کرنے میں صرف ہوجاتا ہے۔

دوستی اور دشمنی کا معیار

عبدالغفور نقشبندی، بنوں

پیار اور محبت کے چشمے خشک ہوچکے ہیں جس کی وجہ سے کینہ و نفاق زیادہ ہوگیا ہے

14 اگست 1947ء کو جب پاکستان بنا اور مہاجرین کا تبادلہ ہوا تو میں اس وقت سرگودھا سے چالیس میل دور اپنے آبائی گاؤں میں رہتا تھا۔ مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ جب انڈیا سے لٹے پٹے مہاجرین آئے تو بہت ہی بُری حالت تھی، بے سروسامانی کا عالم تھا۔ ہمارے شہر والوں نے دوستی اور مہمان نوازی کا وہ جذبہ دکھایا کہ آج سے چودہ سو سال پہلے قریش مکہ کی مدینہ ہجرت کی یاد تازہ کردی۔ سب کچھ مہاجرین کو دیدیا۔ لیکن آج جب ہم اس مادی دور کو دیکھتے ہیں تو محسوس ہوتا ہے کہ انسان کی محبت تو کیا خدا کی محبت بھی معدوم ہوتی جارہی ہے۔ پیار اور محبت کے چشمے خشک ہوچکے ہیں، جس کی وجہ سے کینہ و نفاق زیادہ ہوگیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ انسان میں حب دنیا، حب جاہ، حب ذات، شہرت و ناموری، خودغرضی و انانیت پسندی اور دوسروں پر بالادستی حاصل کرنے کے عذاب میں مبتلا ہوکر اللہ کے نور سے محروم ہوگیا ہے۔ ہمارے اندر بغض و عداوت کی آگ بھڑک اٹھی ہے جس نے ہمیں قطع تعلق اور نفرت جیسے مرض میں مبتلا کردیا ہے۔ اس کا علاج صرف اور صرف یہ ہے کہ ہم خدا کی رضا اور محبت کی راہ پر لگ جائیں جس کی تائید اللہ کے رسول ﷺ نے فرمائی۔ حدیث قدسی ہے۔ اللہ فرماتا ہے میری محبت واجب ہوگئی ہے ان کیلئے جو میری وجہ سے باہم محبت کرتے ہیں اور میری وجہ سے مل جل کر بیٹھتے اور میری وجہ سے ایک دوسرے کی زیارت کرتے ہیں اور میرے لیے مال خرچ کرتے ہیں۔ (موطا امام مالک)

حضرت عیسیٰ علیہ السلام پر وحی نازل ہوئی اگر تم زمین اور آسمان کی تمام عبادتیں بجالاؤ اور اس عبادت میں کسی کی دوستی اور دشمنی میرے لیے نہ ہو تو سب عبادتوں کا کوئی فائدہ نہیں۔ (کیمیاسعادت)

حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اللہ کیلئے کسی سے محبت کرنے کا سبق میں نے ایک حجام سے سیکھا۔ مکہ معظّمہ میں ایک حجام کے پاس گیا جو کسی خواجہ کی حجامت بنارہا تھا میں نے سلام کیا اور کہا کہ خدا کیلئے میرے بال بھی کاٹ دو۔ تو حجام نے خواجہ کو فارغ کرکے میرے بال کاٹ دیئے اس کے بعد کچھ رقم بھی دی اور کہا کہ اپنی ضرورت پوری کرو۔ کچھ دنوں کے بعد میرے پاس کہیں سے رقم آئی اور حجام کو دینے گیا تو حجام نے کہا کہ تم کو خدا سے شرم نہیں آئی۔ میں نے تو خدا کی محبت میں تمہاری حجامت بنائی تھی کوئی اس محبت کا معاوضہ نہیں دے سکتا۔

اس ماہ کا دکھی خط

کس کی نظر لگی میرے گھرانے کو

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

میں نے 1988ء میں اپنے دو بڑے بیٹوں کی شادی اپنی ماموں زاد بہن کی دو بیٹیوں سے کی تھی جو کہ تقریباً 7 ماہ بعد بغیر کسی وجہ سے ٹوٹ گئی تھی۔ پھر میں نے اپنے انہی دونوں بیٹوں کی شادیاں 1993ء میں سرگودھا میں کی تھی۔

حکیم صاحب اسی سال شادی کے پہلے مہینے میری 17 سالہ بیٹی سخت بیمار ہوگئی تھیں میں نے اپنی بیٹی کو اچھے سے اچھے ڈاکٹر کو دکھایا اسلام آباد کے پمز میں بھی داخل رہی پھر کچھ لوگوں نے کہا کہ یہ ڈاکٹروں کا کیس نہیں ہے کیونکہ بیماری میں بھی کوئی کمی واقعہ نہیں ہوئی تھی تو میں نے ایک قاری صاحب سے دم بھی کروایا جبکہ انہوں نے کہا کہ بیٹی پر تعویذات کروائے ہوئے ہیں اسی دوران گھر سے بھی دو تعویذات نکلے جو کہ ہم نے ضائع کر دیئے۔ قاری صاحب نے ہمیں گھر میں پڑھنے کیلئے کچھ سورتیں اور سورۂ بقرہ کی تلاوت چالیس روز تک کرنے کو بتائی جو ہم نے باقاعدگی سے پڑھی۔ مگر اللہ کو کچھ اور ہی منظور تھا اور میری بیٹی اللہ کو پیاری ہوگئی۔

کچھ عرصہ بعد ہی میری دوسری بیٹی بیمار پڑ گئی اس کو بھی تمام ڈاکٹروں کے پاس لیکر گئے مگر بیماری کم نہ ہوئے اسی دوران گھر سے دو تعویذات نکلے قریبی قاری صاحب کو دکھایا انہوں نے بتایا کہ یہ تعویذات اس بیٹی پر کروائے ہوئے ہیں۔ قاری صاحب نے بھی پڑھنے کیلئے اسی طرح کچھ سورتیں بتائیں جو پڑھنے کا موقع بھی نہ ملا اور میری یہ بیٹی بھی اللہ کو پیاری ہوگئی۔ اس دن سے لیکر آج تک میری بیوی شائستہ سخت بیمار رہنے لگی' ڈاکٹر کوئی خاص بیماری نہیں بتاتے صرف کمزوری بتاتے ہیں اور کچھ دوائی دے دیتے ہیں۔

اس کے بعد میں نے اپنی تیسری بیٹی کی شادی اپنے کزن کے بیٹے سے کی۔ جس کا نام ساجد ہے ساجد شادی کے دو سال بعد ہی کام کیلئے کراچی چلا گیا اور کچھ عرصہ بعد میری بیٹی کو بھی کراچی بلا لیا۔ پھر کچھ عرصہ بعد دونوں واپس اوکاڑہ آ گئے۔ اوکاڑہ آ کر ان کے کچھ مالی حالات خراب ہوئے تو میں نے ان کو اپنے پیسوں سے کاروبار کروا کے دیا شروع میں تو بہت اچھا رہا لیکن بعد میں ساجد کی کاروبار میں دلچسپی کم ہونے کی وجہ سے کاروبار کم ہوتا گیا اور ساجد نے میری بیٹی کو طرح طرح سے تنگ کرنا شروع کر دیا اور نوبت طلاق تک پہنچ گئی لیکن میرے اللہ نے اپنی کرم نوازی کی کہ معاملہ ٹھیک ہوگیا مگر تنگ کرنے کا سلسلہ ابھی بھی جاری ہے۔

میں نے اپنے ایک بیٹے کی شادی اپنے رشتہ داروں سے باہر لاہور میں کی تھی۔ میرے اس بیٹے کے پاس ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے لیکن میرا یہ بیٹا بھی اپنی بیوی سے اکثر لڑتا رہتا ہے کیونکہ اس کی بیوی بہت زیادہ زبان درازی کرتی تھی۔ ایک دن میرے بیٹے کے پیٹ میں کچھ درد محسوس ہوا ہم صبح سات بجے ڈاکٹر کے پاس لے گئے جہاں اس کو کچھ ٹیکے لگنے کے بعد درد میں کچھ کمی محسوس ہوئی اور ہم گھر لے آئے لیکن شام چار بجے درد کا سلسلہ پھر شروع ہوا اور میرا بیٹا ساری رات درد کی وجہ سے تڑپتا رہا ڈاکٹر جو بھی دوا دیتے درد میں کمی نہ آتی۔ سب ٹیسٹ بھی کروائے جو کہ ٹھیک آئے۔ تین چار دن ایسے ہی گزر گئے۔ ایک دن میں اپنے بیٹے کو لاہور کے ایک بڑے ہسپتال میں لے جانے والا تھا کہ میرے بیٹے نے خود کپڑے بدلے اور گاڑی میں جا کر بیٹھا کہ اتنے میں ظہر کی اذان کا پہلا اور دوسرا بول ہوا اور ساتھ ہی میرے بیٹے نے کلمہ پڑھنا شروع کر دیا ہم گھبرا کر بیٹے کو مقامی ہسپتال لیکر گئے وہاں پہنچتے ہی بیٹا بھی اللہ کو پیارا ہوگیا۔ مرنے کے دو دن بعد گھر سے تین تعویذ نکلے جو میں نے قاری صاحب کو دکھائے اور پھر ان کو بھی ضائع کر دیا۔

حکیم صاحب مجھے ایسا لگتا ہے کہ کسی نے میرے سینے کو جکڑ رکھا ہے جو مقناطیس کی طرح میرے سینے کو جکڑے ہوئے ہیں اور میں اپنی دونوں بازوں کو سر سے اوپر نہیں اٹھا سکتا میں نے تین ڈاکٹروں کو باری باری چیک کروایا اور چھ مہینے سے مسلسل دوائیں کھا رہا ہوں ڈاکٹر کہتے ہیں کہ بلڈ پریشر کی وجہ سے ایسا ہوتا ہے۔

حکیم صاحب میں نہیں جانتا کہ میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے کس کی نظر لگی میرے گھرانے کو' خوشیوں سے مہکتا گھرانہ دکھوں اور غموں کی سسکیوں میں ڈوبا جا رہا ہے کس حاسد کی نظر لگی ہے یا کون ظالم ہے جو میری دو جوان بیٹیوں اور ایک بیٹے کو تعویذات کی پلیٹ میں لیکر ہم سے دور کر چکا ہے۔

حکیم صاحب میں بڑی امید اور آس سے آپ کو اپنے دل کا دکھ اور درد لکھ رہا ہوں کیونکہ آپ درد دل رکھنے والے اور اللہ کے نیک بندے ہیں خدا کیلئے مجھ درد کے مارے کی مدد کرو اور مجھے ان حاسدوں اور ظالموں سے جو میرے گھر کی طرف نظر کیے ہوئے ہیں سے بچائیں......

(قارئین ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

پریشانیوں کا آخری علاج

آج کے دور میں ہر کوئی پریشان نظر آتا ہے' ہر گھر کی چھت اٹھا کر دیکھیں کوئی نہ کوئی ایک بندہ آپ کو اداس نظر آئیگا۔ پریشانیاں اسی وجہ سے ہیں کہ ہم نے اللہ کے احکامات کو چھوڑ دیا ہے۔ قرآن پاک سے دوستی توڑ دی ہے۔ آج بھی وقت ہے نماز پڑھیں' قرآن پاک سے دوستی رکھیں۔ اللہ کے احکامات کو مانیں بڑا سکون آئے گا۔ پریشانیاں ختم ہو جائیں گی انشاءاللہ ایک بزرگ نے مجھے ہر شر سے بچاؤ کیلئے دو عمل بتائے کر کے دیکھ لیں انشاءاللہ رزلٹ دو سو فیصد ملے گا۔ عمل نمبر ایک: نَصْرٌ مِّنَ اللّٰهِ وَفَتْحٌ قَرِیْبٌ۔ یہ آیت آپ کو عشاء کی نماز کے بعد اول و آخر درود شریف سو مرتبہ کر اپنے سینے پر دم کرنی ہے۔ **عمل نمبر 2:** سو مرتبہ یہی اوپر والی آیت پڑھ کر آنکھیں بند کرتے ہوئے پڑھیں اور شر پہنچانے والے کا تصور کر کے دم کریں۔ انشاءاللہ وہ مغلوب ہونگے اور آپ سے صلح کر لینگے۔ ایک اور عمل 21 مرتبہ سورۂ قریش پڑھنے کا ہے۔ پڑھ کے جس کام کیلئے بھی جائیں گے اللہ پاک وہ کام کر دیں گے سو فیصد آزمایا ہوا ہے۔ **(غلام مرتضیٰ' پنوں عاقل)**

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کا ورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حضرت صاحب السلام علیکم! میں نے مراقبہ میں دیکھا کہ آسمان سے سنہرے رنگ کا نور آرہا ہے کعبہ شریف پر اور وہ نور مجھ پر بھی آرہا ہے اور میرا دل کہہ رہا ہے اللہ اللہ اللہ پھر میں نے کعبہ شریف کا طواف کیا سات چکر لگائے اور آب زم زم بھی پیا' پھر وہی نور مجھے لے کر مدینہ شریف جاتا ہے اور راستے میں پہاڑ ہیں' پھر مسجد نبوی ﷺ کا دروازہ آجاتا ہے پھر میں اندر داخل ہوتی ہوں' میں مسجد نبوی ﷺ کے صحن میں ہوتی ہوں' وہاں پر حکیم صاحب بھی کھڑے ہوتے ہیں۔ پھر میں اندر جاتی ہوں' جالیوں کے پاس سلام عرض کرتی ہوں۔ آپ ﷺ کو اور حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کو اور حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کو سلام عرض کرتی ہوں' مسجد میں سرخ قالین ہوتے ہیں۔ منبر کے پاس سبز قالین ہوتا ہے۔ پھر میں مسجد کے صحن میں بیٹھ جاتی ہوں میں نے منبر رسول ﷺ بھی دیکھا تھا۔

حضرت جی! مجھے مراقبہ کرنے کا بہت زیادہ شوق تھا۔ حضرت جی! شروع شروع میں تو تصور بنانے میں مشکل تھی لیکن پھر آہستہ آہستہ تصور بننے لگا حکیم صاحب! آپ ہمارے لیے خصوصی دعا فرمائیے گا کہ اللہ پاک مجھے مستقل مزاجی سے مراقبہ کرنے کی توفیق عطا فرمائیں اور ہمیں اصل میں بھی اپنا گھر اور حضور ﷺ کے روضے کی حاضری نصیب فرمائیں۔ (ح' ر)

مراقبے سے ہر کام ہوجاتا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ہر ماہ نورانی مراقبہ ضرور کرتی ہوں۔ ماشاء اللہ میرے بہت سے کام بڑے ہی آسانی سے سرانجام پاتے ہیں۔ اس کے پڑھنے سے کام ہوتے چلے جاتے ہیں۔ اب مجھے ذہنی سکون مل گیا ہے۔ لیکن مراقبے کو کرنے کیلئے عقیدہ بہت ضروری امر ہے۔ میں جو کام سوچتی ہوں اور مراقبہ کرتی ہوں ساتھ یہ بھی عقیدہ ضرور ہوتا ہے کہ انشاء اللہ ضرور یہ کام ہوگا تو وہ کام ضرور ہوجاتا ہے۔ مراقبے کیلئے عقیدہ بہت ضروری ہے۔ (مصباح محمود' بہاولنگر)

مراقبے میں ٹوٹے تار دیکھے

میں نے مراقبے میں دیکھا کہ ایک سنہرے رنگ کا سمندر ہے اور میں اس کے اندر ہوں۔ پوچھنے پر پتا چلتا ہے کہ یہ اللہ کے نور اور رحمت کا سمندر ہے' پھر توجہ ٹوٹ گئی۔ دوبارہ توجہ بنی تو دیکھتا ہوں کہ آسمان کے سفر میں سے کوئی چیز نیچے گرتی ہے اور میں اس کے ساتھ ہوں۔ آواز آتی ہے کہ نظر صاف نہیں ہے اسی وجہ سے مزید مشاہدہ نہیں اور کٹی ہوئی تار دکھائی گئی اور توجہ ٹوٹ گئی۔ کافی دیر بعد دوبارہ توجہ بنی تو دیکھتا ہوں مواجع شریف کے سامنے ہوں اور دروازہ کھلا' اندر گیا تو کافی لوگ بیٹھے کھانا کھا رہے تھے اور تمام میری طرف دیکھ رہے ہیں۔ پوچھا کہ یہ کون لوگ ہیں تو بتایا گیا جنگ بدر کے شرکاء مسلمان ہیں۔ پھر توجہ ٹوٹی تو دوبارہ نہ بنی۔ مراقبہ کے دوران کئی دفعہ ٹوٹی ہوئی تار دکھائے جانے سے کافی پریشان ہوں کہ میری کوتاہیوں کی وجہ سے کہیں میرا تعلق تو نہیں کٹ جائے گا؟؟؟ (پ' لاہور)

دفتر عبقری کی بددیانتی اور بے ایمانی

اس سے پہلے بھی کئی بار یاددہانی کرائی گئی ہے کہ ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ امید ہے کہ آپ عبقری پر اعتماد کریں گے۔ ہم ایمانداری سے رسالہ مطلوبہ پتے پر ارسال کردیتے ہیں۔ آخر آپ عبقری کو بددیانت' بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟

گہری نیند کے راز

نیند اچھی صحت کا ایک لازمی حصہ ہے دن بھر کی بے آرامی اور تکان کو نیند جتنا بحال کرسکتی ہے اور کوئی چیز نہیں کرسکتی' جاننے کے باوجود ہر چھٹے آدمی کو مزمن بے خوابی کی تکلیف ہے بے خوابی سے دن کو نہ صرف غنودگی کے دورے پڑتے ہیں بلکہ تکان محسوس ہوتی ہے جن لوگوں کا کام ایسا ہوتا ہے کہ رات اور دن کو کام کی شفٹیں بدلتے رہتے ہیں ان کے مسائل زیادہ سنگین ہیں انہیں مرض قلب بدہضمی وغیرہ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ **گہری نیند:** خوش قسمتی سے خواب اور بے خوابی پر اچھی خاصی تحقیق ہوچکی ہے تحقیق کاروں نے مندرجہ ذیل نکات تجویز کئے ہیں۔ **بےفکری سے رہیں:** تناؤ اور فکر وتشویش میں نہ رہیں اعصاب پر فکر کو سوار نہ کریں بات بات پر سنجیدہ نہ ہوجائیں چیزوں کو برداشت کریں اگر آپ اس قسم کے آرام و سکون پر قابو پالیں تو آپ کو سوتے وقت کروٹیں نہیں بدلنی پڑیں گی۔ **آپ جلد سو جائیں گے:** نظام الاوقات کی پابندی کریں۔ کبھی دیر سے سونا کبھی جلدی سونا کبھی پہلے کھانا تناول کرنا کبھی دیر سے اس قسم کی بدنظمی اور بے ضابطی جو لگے بندھے نظام توڑ دیتی ہے نیند کے حق میں بہت بری ثابت ہوتی ہے ہمیشہ مقررہ وقت پر سوئیں اور مقررہ وقت پر اٹھیں خواہ چھٹی کا دن ہی کیوں نہ ہو اگر آرام کرنا مطلوب ہے تو پہلے غسل ناشتہ وغیرہ اپنے مقررہ وقت پر کرلیں پھر آرام کریں۔ **قیلولے کو مختصر رکھیں:** اگر آپ قیلولہ کرنے کے عادی ہیں تو اس کو مختصر رکھیں زیادہ سے زیادہ ایک گھنٹہ ورنہ رات کو نیند نہیں آئے گی قیلولہ بستر پر مناسب ہوتا ہے۔ **ورزش کریں:** جب گاڑیاں اور موٹر کاریں نہیں تھیں تو لوگ لمبے لمبے فاصلے طے کرتے گھر کے کام خود کرتے اس لئے دن بھر میں ان کی اتنی ورزش ہوجاتی کہ ادھر لیٹے ادھر خراٹے بھرنے لگے اب غریب آدمی بھی پیدل نہیں چلتے ایک سے دوسرے اسٹاپ تک بس سے سفر کرتے ہیں گھر کا کوئی کام نہیں کرتے اس آرام پسندی نے امیر وغریب سب کو کاہل بنادیا ہے اس کا علاج یہ ہے کہ آپ روزانہ ورزش کریں۔ **(اقتباس: فائل 1 عبقری)**

☆......عبقری کی سابقہ فائلیں......☆

گھریلو ناچاقیوں رزق کی تنگی' پریشانیوں سے نجات کیلئے اور صدیوں کے چھپے صدری رازوں اور طبی معلومات سے مکمل طور پر استفادہ کیلئے عبقری کے گزشتہ سالوں کے تمام رسالہ جات مجلد دیدہ زیب فائل کی صورت میں دستیاب ہیں۔ یہ رسالہ جات نسلوں کا روحانی' جسمانی' نفسیاتی معالج ثابت ہونگے۔

(قیمت فی جلد-/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

خوشبو سے روح کی تازگی' بدن کی تندرستی

انتخاب: بنت نوازش

عطر مشک: یہ خوشبو پاگل پن اور مراق کو ٹھیک کرتی ہے۔ دوران خون تیز کرتی ہے۔ فالج لقوہ میں مفید ہے۔ اعصابی کمزوری' مالیخولیا اور نسیان میں سونگھنا' کپڑوں میں لگانا مفید ہے۔ یہ مرگی' رعشہ' تشنج کو دور کرتی ہے۔ نمونیا میں استعمال کرنا اکسیر ہے۔

اگر کہا جائے کہ وجود سے ہے تصویر کائنات میں رنگ تو مجھے یقین ہے کہ اکثر لوگ مجھ سے اتفاق کریں گے۔ ذرا سوچیے تو اگر ہماری دنیا میں یہ پھول بوٹے اور ہریالی نہ ہوتی تو ہماری زندگی کتنی بے رونق اور بدنما ہوتی' یہی وجہ ہے کہ ہر انسان کی جمالیاتی حس کو ماپنے کا پیمانہ ہی بعض اوقات چمن آرائی کو سمجھا جاتا ہے۔ پھول ہماری معاشرت کا حصہ ہیں۔

پھولوں کے رنگوں کے ساتھ ساتھ ان پھولوں کی خوشبو بھی بہت ہی مفید ہے۔ قارئین! آج ہم آپ کیلئے ان پھولوں کی خوشبو سے بے شمار بیماریوں کا علاج لائے ہیں۔ پڑھیے اور فائدہ اٹھائیے۔

عطر گلاب: یہ مقوی دل و دماغ ہے۔ بے خوابی کو دور کرکے نیند لاتا ہے۔ بے ہوشی میں سنگھائیں فائدہ ہوتا ہے۔ ضعف بصارت' دماغ کی کمزوری' جنون' مالیخولیا' اختلاج قلب' نسیان' آنکھیں دکھتی ہوں' خارش ہو' ہذیان میں جادو اثر ہے۔

عطر خس: یہ ہسٹریا اور لیکوریا میں مفید ہے' لیکوریا میں گرم پانی کے ٹب میں ڈال کر بیٹھیں بیس منٹ تک۔

عطر موتیا: اس کی خوشبو خون کی گرمی کو دور کرتی ہے۔ بلڈ پریشر کو کم کرتی ہے۔ کن پیڑوں میں سنگھائیں یا لگائیں' اسی طرح بواسیر میں سونگھیں اور کپڑوں میں لگائیں۔

عطر نرگس: یہ اعصابی امراض میں استعمال کرنی چاہیے اعصابی تناؤ دور کرتی ہے' عورتوں میں لیکوریا کی بیماری میں سونگھنا اور لگانا فائدہ مند ہے۔ برص' جذام اور دردوں میں مفید ہے' عضلات درد میں مفید ہے یہ خواب آور ہے' نیند لاتی ہے' لیکوریا میں ٹب میں ڈال کر بیٹھنا چاہیے بیس منٹ تک۔

عطر کیوڑہ: یہ دل و دماغ کو فرحت دیتا ہے' ذہنی و قلبی ہیجان دور کرتا ہے' بلڈ پریشر کم کرکے سکون بخشتا ہے' مقوی اعضائے رئیسہ اور دل و ماغ کو فرحت بخشتا ہے' خنازیر میں سونگھنا' گلٹیوں پر لگانا مفید ہے اس کی خوشبو نیند لاتی ہے۔

عنبر: یہ تیز بخار کے سرسام میں سونگھنا پلانا مفید ہے۔ دماغی کمزوری دور کرتی ہے۔ مالیخولیا اور ذہنی پریشانیوں میں اس کی خوشبو مفید ہے مرگی میں سونگھنا فائدہ دیتا ہے۔ اسی طرح ہسٹریا میں سنگھانا مفید ہے۔ لیکوریا میں کھانا اور سونگھنا چاہیے اور ٹب میں ڈال کر بیس منٹ تک بیٹھنا چاہیے۔

عطر بیلا: اس کے سونگھنے سے دوران خون تیز ہوتا ہے رات کو نہ سونگھیں نیند نہیں آئے گی۔

عطر مشک: یہ خوشبو پاگل پن اور مراق کو ٹھیک کرتی ہے۔ دوران خون تیز کرتی ہے۔ فالج لقوہ میں مفید ہے۔ اعصابی کمزوری' مالیخولیا اور نسیان میں سونگھنا' کپڑوں میں لگانا مفید ہے۔ یہ مرگی' رعشہ' تشنج کو دور کرتی ہے۔ نمونیا میں استعمال کرنا اکسیر ہے۔

عطر مولسری: یہ عورتوں کی بیماریوں ایام کی کثرت' کمی اور درد میں سونگھنے اور کپڑوں میں لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ دوران خون ٹھیک کرتی ہے۔ بچہ دانی کی کمزوریوں میں سونگھنا مفید ہے۔ دوران حمل اسے سونگھتے رہنے سے حمل ضائع نہیں ہوتا۔ خوشی کے جذبات زیادہ ہوتے ہیں' حفاظت حمل کیلئے سونگھیں' غسل' کپڑوں پر لگائیں۔

عطر جوہی: ذیابیطس میں یہ خوشبو سونگھنا اور لگانا مفید ہے۔ ہر قسم کی بواسیر' گندر کو نافع ہے۔ بے خوابی دور کرکے سکون کی نیند لاتی ہے۔ پیشاب کی تکلیف اور درد گردہ مثانہ میں مفید ہے۔

عطر یاسمین: یہ خوشبو سونگھنا اور کپڑوں میں لگانا تپ محرقہ میں بہت مفید ہے۔ خنازیر گنٹھیا' جذام اور مردانہ بیماریوں میں سونگھنا بہت مفید ہے۔

عطر رات کی رانی: یہ خوشبو ذہنی تھکاوٹ' اعصابی تناؤ اور اختلاج قلب کو دور کرکے ذہنی و قلبی سکون پیدا کرتی ہے' جذبات انگیز ہے۔ اس کو سونگھنا اور کپڑوں میں لگانا بہت مفید ہے یہ خواب آور ہے۔

عطر کرنا' سنگترہ کا عطر: اسے بدہضمی' متلی' قے' اسہال' پیچش' ورم جگر اور معدہ کی تکلیف میں سونگھنا اور لگانا فائدہ دیتا ہے۔ سونگھنے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں' یرقان کو فائدہ دیتی ہے' اختلاج قلب میں مفید ہے۔

عطر چنبیلی: اس کی خوشبو سرسام کے مریضوں کو سونگھنا بہت مفید ہے' اگر کسی کو سکتہ ہو جائے تو سنگھائیں' اس کے سونگھنے سے بے خوابی دور ہو کر نیند آتی ہے۔

اب کچھ باتیں رنگوں کی............

رنگوں کے بغیر کائنات کا تصور نہیں کیا جاسکتا۔ رنگوں ہی سے ہماری زندگی میں رونق' دلکشی اور بہار ہے۔ رنگ ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں اور اپنے اندر خصوصی جاذبیت رکھتے ہیں۔ یہ زندگی کو رونق بخشتے ہیں۔ قدرتی مناظر' جن کو دیکھ کر خوشی اور سکون کا احساس ہوتا ہے وہ بھی دراصل رنگوں کے خوشگوار امتزاج کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ رنگوں کا طبیعت اور احساسات پر یقینی اثر ہوتا ہے۔ ٹھنڈے رنگ سکون اور خاموشی کا تاثر دیتے ہیں جبکہ گرم رنگ خوشی اور گرم جوشی کا احساس پیدا کرتے ہیں لیکن ان سے طبیعت جلد اکتا جاتی ہے۔ رنگ ہمارے لیے جذباتی علامت کی اہمیت بھی رکھتے ہیں۔ مثلاً خوشی کے موقع پر بھڑکیلے اور چمکدار رنگوں کا انتخاب کیا جاتا ہے جبکہ سنجیدگی کے اظہار کیلئے سفید' کالے' گرے یا سلیٹی رنگ کا استعمال ہوتا ہے۔ رنگ ٹھنڈک اور تپش کے تاثرات بھی رکھتے ہیں جس کی وجہ سے ہر رنگ ہر موسم میں استعمال نہیں کیا جاسکتا۔ مثلاً شوخ' سرخ اور نارنجی رنگ تپش کا احساس پیدا کرتے ہیں اس لیے انہیں ٹھنڈے موسم یعنی سردیوں میں زیادہ استعمال کیا جاتا ہے۔ گرم موسم میں ان کا استعمال الجھن اور بے چینی کا سبب بنتا ہے۔ آسمانی' ہلکا سبز اور کاسنی رنگ ٹھنڈے تاثرات پیدا کرتے ہیں اس لیے انہیں گرم موسم میں زیادہ استعمال کیا جاتا ہے۔ رنگ خواتین کیلئے نہایت اہمیت کے حامل ہیں' لہٰذا انہیں اپنی شخصیت عمر اور موسم کے مطابق ہی رنگوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔ رنگوں کا مناسب استعمال شخصیت کو زیادہ پرکشش اور سحرانگیز بنا سکتا ہے اور لاپرواہی سے رنگوں کا انتخاب کرلیا جائے تو یہ آپ کی شخصیت کو مجروح بھی کرسکتا ہے۔ رنگوں کا انتخاب آپ کی ذاتی شناخت سے علیحدہ نہیں ہونا چاہیے۔ اگر آپ رنگوں کی زبان سے واقف ہیں تو پھر آپ کیلئے ان کا صحیح استعمال بہت آسان ہے۔ لیکن اگر آپ رنگوں کی زبان نہیں سمجھتے تو یہ مضمون آپ کو اس سلسلے میں بہت مدد دیگا۔

چہرے کے دانوں کیلئے روحانی عمل

صَوَّرَكُمْ فَاَحْسَنَ صُوَرَكُمْ o 21 مرتبہ روزانہ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پی لیں۔ یہ عمل میں نے جس کسی کو بھی دیا ہے اللہ نے اس کو شفاء دی ہے۔ **(بیگم منظور' حویلی لکھا)**

مسافران آخرت

تسبیح خانہ کے مخلص خادم ہیڈ الیکٹریشن استاد محمد یونس کے چچا محمد حنیف انتقال کرگئے ہیں۔ ادارہ عبقری کے مخلص ساتھی انجینئر نوید اختر کی والدہ محترمہ وفات پاگئی ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی اپیل کی جاتی ہے۔

محمد ایوب' راولپنڈی

شوگر سے آگاہی اور شفایابی

اونٹنی کے دودھ میں قدرتی انسولین ہوتی ہے انڈیا اور روس میں شوگر کے مریضوں کو ایک کلو دودھ روزانہ پلاتے ہیں' مٹر کی پھلیاں مٹر نکالنے کے بعد ذرا ابال لیں اس میں بھی انسولین قدرتی ہوتی ہے وہ استعمال کریں

ذیابیطس اگرچہ آج کل ایک عام مرض ہے تاہم تاریخ میں اس کا تذکرہ فرعون کے زمانے میں ملتا ہے۔ اُس زمانے میں امیر لوگ جسمانی کام نہیں کرتے تھے ان کے ہاں مرغن غذاؤں کا استعمال زیادہ ہوتا تھا انہیں یہ عارضہ لاحق ہوجاتا تھا ذیابیطس کی دو اقسام قابل ذکر ہیں۔ **قسم الف:** یہ قسم موروثی ہے مریض کا لبلبہ انسولین بالکل نہیں بناتا اگر بناتا ہے تو بہت کم۔ ایسے مریضوں کا علاج صرف انسولین سے کیا جاتا ہے انسولین کی مدد سے جسم میں گلوکوز توانائی میں بدل جاتی ہے۔

قسم ب: اس قسم کا ذیابیطس 90 فیصد لوگوں کو ہے یہ بیماری چالیس سال کے اوپر کی عمر کے لوگوں میں ہوتی ہے پچاس سے ساٹھ سال کی عمر کے لوگوں میں زیادہ ہے۔ اس قسم کی ذیابیطس میں لبلبہ اگرچہ انسولین بناتا ہے لیکن عام جسم کو جتنی مقدار انسولین کی ضرورت ہوتی ہے اس مقدار میں نہیں بناتا اور جسم گلوکوز کو قبول نہیں کرتا جس کی وجہ سے خون میں شکر زیادہ ہوجاتی ہے جسم زیادہ شکر کو پیشاب کے ذریعے خارج کردیتا ہے چنانچہ مریض کو بار بار پیشاب آتا ہے۔

اسباب: جسمانی کام نہ کرنا' ورزش نہ کرنا' پیدل چلنے سے اجتناب' لگاتار کئی گھنٹے بیٹھے رہنا مثلاً تاجر حضرات یا دفتر میں کام کرنے والے لوگ' جو لوگ مرغن غذا کھاتے ہیں اور جسمانی کام نہیں کرتے وہ موٹاپے کا شکار ہوجاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم کا گندا مواد لبلبے کے پاس جمع ہوجاتا ہے اس لیے لبلبہ صحیح طور پر کام نہیں کرتا۔ چالیس یا اس سے اوپر کے مردوں اور خواتین میں مخصوص دھاتوں کی کمی بھی ذیابیطس کا باعث بنتی ہے' مخصوص دھاتوں میں جست کرومیم مینگنیز اور سلینیم قابل ذکر ہیں اس کا پتہ امریکن ڈاکٹروں نے 1967ء میں لگالیا تھا اگر یہ معدنی اجزا جسم میں باقاعدگی سے خوراک کے ذریعے لیے جائیں تو پھر یہ مرض نہیں ہوگا اگر ہے تو دور ہوجائے گا۔

پرانے زمانے میں لوگ چکی کا آٹا کھاتے تھے اس لیے انسانوں میں ان اجزاء کی کمی نہیں ہوتی تھی لیکن آج مشین یا مل کا آٹا میں 60 سے 70 فیصد معدنی اجزاء ضائع ہوجاتے ہیں اس لیے یہ مرض زیادہ ہوگیا ہے۔

زنک: لبلبہ کو صحت مند رکھتا ہے تاکہ مطلوبہ مقدار میں انسولین بنتی رہے یہ دھات سفید چنا' لوبیا' کلیجی' دودھ' مونگ پھلی' گائے کے گوشت' پیاز کے پتوں' امرود' گندم کے چھان میں پائی جاتی ہے۔

کرومیم: یہ دھات انسولین سے مل کر شکر کو جسم کے خلیوں میں داخل ہونے میں مدد دیتی ہے یعنی کرومیم کے بغیر انسولین کی کارکردگی درست نہیں رہتی۔ یہ دھات چنا' لونگ' بادام' باجرہ' پیاز کے پتوں اور آم کے پتوں میں پائی جاتی ہے۔

مینگنیز: یہ دھات بھی لبلبے کو صحت مند رکھنے میں مدد دیتی ہے یہ گندم لونگ' اخروٹ' ناریل' دال' مونگ اور پیاز کے پتوں میں پائی جاتی ہے۔

سلینیم: یہ دھات بھی شکر کو جسم میں جذب ہونے میں مدد دیتی ہے یہ جو' شلجم' لہسن' پیاز' سند گوبھی' تل کے بیج اور چنے میں پائی جاتی ہے۔

غیر متوازن خوراک: غیر متوازن خوراک اور غذا کے غلط جوڑ سے بھی ذیابیطس ہوجاتا ہے مثلاً ہمارا معدہ قدرتاً مختلف غذاؤں کو صحیح طور پر ہضم نہیں کرسکتا۔ پروٹین والی غذا گوشت' انڈا' دودھ کے ساتھ روٹی اور چاول کھانے سے زہریلے مادے پیدا ہوتے ہیں جو کہ آہستہ آہستہ ہمارا نظام ہضم اور خوراک کے جذب نظام کو خراب کرتے ہیں۔ زیادہ روٹی چاول کھانے سے لبلبے پر زیادہ بوجھ پڑتا ہے جس سے لبلبہ تھک کر کمزور ہوجاتا ہے اس لیے روٹی کم کھائیں اور کچی یا پکی سبزیاں زیادہ کھائیں۔ اینٹی بائیوٹک ادویات لبلبے اور جگر کو نقصان پہنچاتی ہیں۔ پریشانی بھی ہمارے جسم کو بہت متاثر کرتی ہے خاص کر نظام ہضم اور میٹا بولزم۔ جنسی کمزوری سے لبلبہ اور جگر کمزور ہوجاتے ہیں۔

ذیابیطس کی علامات: بار بار پیشاب آنا ☆ اچانک بھوک کا زیادہ ہونا ☆ پیشاب کا بار بار آنا' رات کو زیادہ پیشاب آنا چاہے پانی پیا ہو یا نہ پیا ہو۔ ☆ تھکاوٹ محسوس ہونا ☆ نظر میں چیزیں دھندلی دکھائی دیتی ہیں۔ ☆ ہاتھ یا پاؤں کا سن ہوجانا پاؤں میں درد یا سوئیاں چبھنا ☆ زخم کا دیر سے ٹھیک ہونا ☆ جنسی کمزوری ہونا ☆ وزن کم ہونا ☆ خشک ہونٹ اور منہ ☆ کان میں شائیں شائیں کی آوازیں ☆ دانت اور مسوڑھوں میں تکلیف ہونا ☆ خراب ہاضمہ ☆ قبض کا ہونا۔

ذیابیطس میں ہونی والی پیچیدگیاں: بلند خون کا دباؤ جس سے دل کے امراض ہوجاتے ہیں۔ ☆ ٹانگوں اور پنڈلیوں میں درد کی شکایت ☆ نظام ہاضمہ خراب ہوجاتا ہے ☆ بینائی کمزور ہوجاتی ہے اور بعض دفعہ بینائی ختم ہوجاتی ہے' موتیا جلدی آجاتا ہے۔ ☆ جسم میں کولیسٹرول اور زہریلے مادے پیدا ہوجاتے ہیں جس سے گردے خراب ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔

☆ پاؤں کی انگلیوں میں فنگس لگ جاتی ہے زیادہ خراب ہونے کی صورت میں انگلیاں اور پاؤں کٹوانے پڑجاتے ہیں ☆ مردوں میں جنسی کمزوری ہوجاتی ہے۔

اپنا علاج خود کیجئے!: ورزش یا سیر کی عادت ڈالیں کم از کم ایک گھنٹہ سیر کریں اس سے گلوکوز آپ کے جسم میں جذب ہوجائیگی لبلبے کو طاقت ور بنانے کیلئے یوگا کی ورزش مفید ہے۔

☆ نہار منہ لیموں یا ٹماٹر استعمال کریں اس سے شوگر کا لیول صحیح رہتا ہے' ادرک اور لہسن سے لبلبہ زیادہ انسولین پیدا کرتا' امرود کھانے سے شکر کم ہوجاتی ہے بعض لوگوں نے امرود کے پتوں کا قہوہ پیا اور شکر کم ہوگئی۔ کالی مرچ' مٹر اور مولی کا استعمال کریں۔ ریشہ دار غذا کا زیادہ استعمال کریں اس سے شوگر آہستہ بنتی ہے روٹی کیساتھ زیادہ کچی سبزیاں کھائیں۔ میتھی کے بیج یا کلفہ کے بیج' کریلہ' جامن تارا میرا کا سلاد کھانے سے شوگر کم ہوجاتی ہے۔ ☆ رات کے وقت پیاز کھانے سے رات کو بار بار پیشاب نہیں آتا۔ جوار کی روٹی کھانے سے مردوں کی جنسی کمزوری دور ہوجاتی ہے۔ اونٹنی کے دودھ میں قدرتی انسولین ہوتی ہے انڈیا اور روس میں شوگر کے مریضوں کو ایک کلو دودھ روزانہ پلاتے ہیں' مٹر کی پھلیاں مٹر نکالنے کے بعد ذرا ابال لیں اس میں بھی انسولین قدرتی ہوتی ہے وہ استعمال کریں۔ روزانہ آملے کا استعمال لبلبے کو تقویت دیتا ہے اور لبلبہ مطلوبہ انسولین بنانے کے قابل ہوجاتا ہے۔ ☆ ثابت گندم میں قدرت نے کافی مقدار میں دھاتیں رکھی ہیں۔ ثابت گندم کو نرم آگ پر پانی ڈال کر پکائیں اور نمک لگا کر کھائیں ان شاءاللہ ان دھاتوں کی کمی جسم میں پوری ہوجائیگی اور لبلبہ صحیح کام کرنا شروع کردیگا۔ ☆ دو اخروٹ اور تل ایک چمچ روزانہ کھائیں یہ بھی شوگر میں مفید ہے۔ کنوار گندل کا استعمال فائدہ مند ہے کیونکہ اس میں دھاتی اجزاء ہوتے ہیں یہ جگر اور معدے کو صحیح رکھتی ہے۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

حافظ محمد عمر عثمان' پتوکی۔ ع۔ ق' خانیوال۔ عامر حنیف' خانیوال۔ حکیم محمد سلیم سمرا' دنیاپور۔ ا۔ ج۔ لاہور۔ محمد عمران' شاہ کوٹ۔ ن۔ ا' لاہور۔ فیصل منصور' پاکپتن۔ ڈاکٹر حمید ملک' اٹک۔ ہ۔ ق' خانیوال۔ حافظ محمد عثمان' پتوکی۔ بلقیس بہاولپور۔ کلثوم' بہاولپور۔ ف۔ خ۔

درود شریف سے بچوں کو فرمانبردار بنائیں

[redacted]

اگر کسی دودھ پلانے والی عورت کے دودھ میں کمی ہوجائے تو وہ ایک کپ پانی پر باوضو حالت میں گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھ کر دم کرے اور پانی پی لے تو انشاء اللہ چند یوم کے اس عمل سے دودھ کی کمی ختم ہوجائے گی۔

اگر کوئی شیرخوار بچہ دودھ چھڑا دینے کے بعد ہر وقت روتا رہے اور کسی طرح اسے صبر نہ آئے تو ایسی صورت میں درود پاک گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کریں اور بچے کو پلا دیں۔ انشاء اللہ بچہ سکون محسوس کرے گا اور اس کی رونے کی عادت ختم ہوجائے گی۔ اللہ تعالیٰ اسے صبر عطا فرمائیں گے۔ (بہتر ہے کہ درود ابراہیمی پڑھیں)

[redacted]

جو کوئی اس بات کا خواہاں ہو کہ اس کا ایمان فضل الٰہی کے تحت باحفاظت رہے اور وہ برائیوں سے بچا رہے تو اس کیلئے ذیل کا عمل بے حد نافع اور اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ بعد از نماز فجر روزانہ درود پاک ذیل ایک سو گیارہ مرتبہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا مانگے انشاء اللہ اس کا ایمان باسلامت رہے گا۔ وہ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ کُلَّمَا ذَکَرَہُ الذَّاکِرُوْنَ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ کُلَّمَا غَفَلَ عَنْ ذِکْرِہِ الْغَافِلُوْنَ۔

[redacted]

کمزور دل افراد کیلئے درود شریف کا بکثرت ورد کرنا انتہائی مفید ہے۔ باوضو حالت میں بکثرت درود پڑھنے سے دل قوی ہوجاتا ہے۔ بزدلی اور خوف و ہراس جاتا رہتا ہے اور دل میں بہادری اور جرأت پیدا ہوجاتی ہے۔ (کوئی سا بھی درود شریف پڑھا جاسکتا ہے)

[redacted]

جو کسی ایسے مرض میں مبتلا ہو جس میں ڈاکٹروں نے جواب دے دیا ہو ایسے میں ذیل کا عمل بے حد مفید اور اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ ذیل کا درود پاک کثرت سے پڑھا کرے۔ اس سے نہ صرف یہ شکایت رفع ہوجائے گی بلکہ یہ تمام لاعلاج امراض کا شافی علاج بھی ہے۔ درود پاک یہ ہے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی رُوْحِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَلْبِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوْبِ وَ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی قَبْرِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُوْرِ۔

[redacted]

جو والدین یہ چاہتے ہیں کہ ان کے بچوں کی صحیح طریقہ سے تربیت ہو اور وہ نیک اور صالح بنیں۔ ان کے اندر دینی شعور پیدا ہو تو اس مقصد کیلئے ذیل کا عمل بے حد مفید اور نافع ہے۔ وہ والدین اس مقصد کے حصول کیلئے اپنے بچوں کو درود قدسی سکھائیں جس کے ورد سے بچے ہر گندے کام اور برائی سے بفضل باری تعالیٰ حفاظت میں رہیں گے درود قدسی یہ ہے:۔

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّآلِہٖ وَسَلَّمْ۔

[redacted]

جس پر قرضہ بے انتہا ہو اور اس کی ادائیگی کا کوئی بندوبست نظر نہ آتا ہو اس کیلئے لازم ہے کہ پاک وصاف ہو کر باوضو حالت میں بعد نماز عشاء کسی ایسی جگہ ننگے سر قبلہ رو کھڑا ہو جہاں اس پر کسی شے کا سایہ نہ پڑتا ہو۔ اول و آخر مندرجہ ذیل درود شریف ایک سو ایک مرتبہ اور درمیان میں یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابُ پانچ سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ پہاڑ کی مانند قرضہ بھی اکتالیس روز کے بلاناغہ عمل سے خزانہ غیب سے اتر جائے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ مَعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْکَرَمِ وَعَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ بَارِکْ وَسَلِّمْ۔

[redacted]

جس کو بھی نزلہ ہوگیا ہو وہ روزانہ صبح کو باوضو حالت میں اکتالیس بار درود شفاء پڑھ کر دوا پر دم کرے اور وہ دوا حسب ہدایت استعمال کرے۔ علاوہ ازیں اپنے اوپر دم بھی کرے انشاء اللہ شفاء کاملہ عطا ہوگی۔ درود شفاء یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَ دَوَائِھَا وَعَافِیَۃِ الْاَبْدَانِ وَشِفَائِھَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِیَائِھَا وَعَلٰی آلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ بِعَدَدِ کُلِّ ذَرَّۃٍ وَّخَلَائِق۔

[redacted]

حضرت ابوانیس صوفی برکت علی لدھیانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ:۔

بیماری نے کہا وہ جانے کی نہیں......شرمندہ ہوکر لوٹ گئی۔

ناداری نے کہا کہ وہ پلٹنے کی نہیں......خجل ہوکر بھاگ گئی۔

قضا نے کہا کہ وہ ٹلنے کی نہیں......ٹل گئی۔

کیوں......؟ کیونکہ میں کثرت سے یہ درود پاک پڑھتا ہوں:۔

سَیِّدِنَا کَرِیْمٌ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمْ۔

[redacted]

حضرت سفیان بن عینیہ رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ میں نے ستر سال سے زیادہ حضرات تابعین رحمہم اللہ کو دوران طواف یہ درود شریف پڑھتے سنا۔ وہ یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اَبِیْنَا اِبْرَاھِیْمَ۔

[redacted]

جمعہ کے دن ایک ہزار مرتبہ یہ درود شریف پڑھنے والے کو مرنے سے پہلے جنت میں اس کا ٹھکانہ دکھا دیا جائے گا۔ سبحان اللہ۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ عَلَیْہِ السَّلَامُ۔

اپنے مقاصد کے حل کیلئے یہ پڑھیں......

میری تمام قارئین سے گزارش ہے کہ جہاں آپ اپنے مقاصد کو حل کرنے کیلئے اتنے لمبے لمبے وظائف کرتے ہیں وہاں اگر آپ پورے دن میں صرف تھوڑی دیر کیلئے بیٹھ جائیں اور ایک ہزار مرتبہ استغفار پڑھ لیا کریں تو بہت بہتر ہوگا۔ ہمارے پیارے رسول اکرم ﷺ جن کے گناہ نہ تھے وہ بھی روزانہ استغفار کیا کرتے تھے تو ہم سب تو بہت گنہگار لوگ ہیں ہمیں تو روزانہ استغفار ضرور پڑھنا چاہیے۔ **(حمیرا صفدر، لاہور)**

رزق بقدر مقدر ملتا ہے

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ' پھلت)

اب ہمیں کارخانے کیلئے ایک ایماندار منیجر کی ضرورت ہے کئی لوگوں نے آپ کی تعریف کی ہم ابھی آپ کو دس ہزار روپے ماہانہ دیں گے اور بعد میں آپ کو کارخانہ میں شریک کرلیں گے اگر آپ تیار ہوں تو یہ دس ہزار روپے پہلے مہینہ کی تنخواہ پیشگی لے لیجئے' یہ کہہ کر دس ہزار روپے یونس بھائی کی طرف بڑھائے

گاؤں میں بڑا مکان فروخت کرکے دہلی میں پچاس گز کا مکان خرید امگر پھر بھی پانچ سال کی تین ہزار روپے ماہانہ کی قسطیں طے کرنا پڑیں' گزشتہ ماہ بیمار بوڑھی ماں کے علاج میں کافی خرچ ہوگیا' اس لیے پراپرٹی ڈیلر کو قسط نہ دی جاسکی' اگلے ماہ بھی اسی طرح گزرا پہلی تاریخ کو تنخواہ ملی تو اچانک پراپرٹی ڈیلر مل گیا اور سخت سست سنایا' مجبوراً اس بیچارے نے چھ کے چھ ہزار روپے جو مکمل تنخواہ تھی اس کی قسط جمع کرادی' آج کی تنخواہ دے کر مالک نے معذرت بھی کرلی کہ ہمارے یہاں کام نہیں رہا اب کسی دوسری جگہ کام دیکھ لینا مگر گھر والدہ کھانے پینے کے سامان کا انتظار کررہی ہوگی اس لیے وہ گھر جانے کے بجائے مسجد پہنچے دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھی' بہت دعا مانگی' بارالٰہی میں آپ پر ایمان لایا ہوں اور جب میں آپ کے علاوہ دردر کی پوجا کرتا تھا اس وقت میں کسی سے سوال نہیں کرتا تھا آپ خوب جانتے ہیں مجھے اپنے والد سے سوال کرتے ہوئے شرم آتی تھی اب میں آپ کے علاوہ کسی سے اپنی فریاد کیسے کرسکتا ہوں بہت دیر تک دعا مانگ کر گھر کی طرف واپس جانے کیلئے جوتے پہنے تو دیکھا کہ جوتوں کے برابر میں پانچ سو روپوں کا نوٹ پڑا ہے' جوتے سے اٹھایا اور خیال آیا کہ میرے اللہ نے میری سن لی' دل مطمئن ہوا کہ دو چار روز کے کھانے کا نظم ہوجائے گا' مسجد سے نکل کر کچھ دور دکان تھی خیال کیا کہ کچھ آٹا وغیرہ خریدلوں مگر اچانک خیال آیا کہ یہ پانچ سو روپے کسی کے گرے ہیں ان کا لینا میرے لیے جائز بھی ہے کہ نہیں واپس مسجد پہنچ کر امام صاحب سے جو ایک مفتی تھے معلوم کیا' مفتی صاحب نے کہا کہ یہ کسی کی کھوئی ہوئی رقم ہے آپ کو مسجد میں اعلان کرنا چاہیے آپ کیلئے یہ جائز نہیں۔ پانچ سو کا نوٹ مفتی صاحب کو دیا کہ براہ کرم آپ اس کا اعلان فرمادیں اور جس کا ہو اسے دیدیں۔ گھر واپس آکر اندر کمرے میں جاکر لیٹ گئے' والدہ معلوم کرتی رہیں بیٹا آج تنخواہ نہیں ملی۔ جواب دیا ہاں ماں ملی ہے ابھی سامان لاتا ہوں' چپکے سے بلک بلک کر روتا رہا' ساڑھے دس بجے رات کو دروازے پر کسی نے آواز دی' دروازہ کھولا ایک حاجی صاحب محلّہ کے ایک صاحب کے ساتھ تھے بولے آپ ہی یونس صاحب ہیں؟ انہوں نے کہا ہاں' حاجی صاحب نے کہا؟ میں آپ کو ایک ہفتہ سے تلاش کررہا ہوں اصل میں بات یہ ہے کہ میرے بیٹے نے ایک کڑھائی کا کارخانہ لگایا تھا وہ دبئی چلا گیا اور وہاں الیکٹرک کمپیوٹرائزڈ مشین لگالی ہے اب ہمیں کارخانے کیلئے ایک ایماندار منیجر کی ضرورت ہے کئی لوگوں نے آپ کی تعریف کی ہم ابھی آپ کو دس ہزار روپے ماہانہ دیں گے اور بعد میں آپ کو کارخانہ میں شریک کرلیں گے اگر آپ تیار ہوں تو یہ دس ہزار روپے پہلے مہینہ کی تنخواہ پیشگی لے لیجئے' یہ کہہ کر دس ہزار روپے یونس بھائی کی طرف بڑھائے ابتدا میں یونس بھائی نے تکلف میں منع بھی کیا مگر وہ انہوں نے یونس کی جیب میں ڈال دیئے۔ حاجی صاحب چلے گئے' یونس بھائی خوش خوش ہوٹل سے کھانا لائے اور اپنے اللہ کا شکر ادا کیا۔ میرے اللہ آپ کی رحمت کے قربان کہ پانچ سو شریعت کا حکم جان کر واپس کیے بیس گنا گھر پہنچ گئے۔ الحمدللہ اب یونس بھائی اس فیکٹری کے مالک ہیں اور اب ان کے پاس اللہ کا دیا ہوا بڑا مکان ہے۔ کتنی سچی بات ہے کہ رزق بقدر مقدر ملتا ہے آدمی اپنی ایمان داری پر جمارہے اور حرام سے بچارہے تو اللہ تعالیٰ حلال اور طیب کے دروازے کھول دیتے ہیں۔ قرآن کریم نے کیسی سچی بات فرمائی ہے: ''یعنی تمہارا رزق آسمانوں میں ہے' یعنی تمہاری دسترس سے باہر ہے صرف تمہیں اتنا اختیار ہے کہ اسے حلال کرلو یا حرام' ملتا اتنا ہی ہے جتنا آسمان سے آئے گا۔ کاش ہم سمجھ سکتے!!!

(بقیہ: تہجد سے جو چاہے لے لو(شرطیہ))

اور اتوار کو تمام دفتر بند ہوتے ہیں مگر اپنے دوست سے بضد رہا۔ میرے زور دینے پر اپنے دوست کے ساتھ ایجنٹ کے دفتر پہنچا۔ دفتر کے باہر چوکیدار نے ہمیں روک لیا میں نے چوکیدار سے کہا ہمیں دفتر میں جانا ہے تو وہ بولا کہ آج دفتر بند ہے۔ میں نے کہا کہ دفتر میں کوئی تو ہوگا مجھے اس سے ملنا ہے مگر چوکیدار بھی کوئی ضدی بندہ تھا اس نے ہمیں دفتر میں جانے نہیں دیا۔ میں واپس جانے ہی والا تھا کہ چوکیدار بولا اندر افتخار صاحب ہیں جاؤ اس سے مل لو۔ بس میں فوراً دفتر میں داخل ہوا اندر افتخار صاحب (کلرک) بیٹھے ہوئے تھے سلام وغیرہ کے بعد میں نے اپنے باہر جانے اور نوکری کے بارے میں پوچھا وہ بولے کہ ابھی تو مہینوں بعد تمہارا نمبر آئیگا کیونکہ تم سے پہلے کئی لوگ انتظار میں بیٹھے ہیں میرا دل ایک دم دھک سے رہ گیا کہ یاالٰہی! میں تو بڑی امید لے کر آیا تھا میں ٹوٹے ہوئے دل سے واپس ہونے لگا کہ اچانک افتخار صاحب بولے کہ بھائی تمہارا نام کیا ہے میں نے اپنا نام بتایا تو فوراً انہوں نے اپنے رجسٹر کو کھولا اور اس کے اندر سے پاسپورٹ اور فلائٹ کا ٹکٹ نکالا اور چہک کر بولے ارے یہ تو تمہارا پاسپورٹ اور ٹکٹ ہے میں تمہارا ہی تو انتظار کررہا ہوں۔ آج رات کی آپ کی فلائٹ ہے جرمنی کی۔ میں حیرت کے سمندر میں ڈوب گیا کہ میرے کام کا دور دور تک پتا نہیں تھا نہ ہی سوچ تھی اتوار کو آفس بند ہوتا ہے میں ہی ضد کرکے یہاں پر آیا اور ناممکن کام ممکن ہوگیا۔ بس یہ تہجد ہی کی برکت تھی کہ میرے پیارے رب نے میری فریاد سن لی اور میں کامیاب ہوگیا۔ اسی رات میں فلائٹ میں بیٹھ کر باہر روانہ ہوگیا اور اللہ نے میری قسمت کھول دی۔

(بقیہ: معدے کے تمام امراض کیلئے خاندانی راز)

کیلئے ایسے جو قے متلی سے بدحال ہوجاتی ہیں یا کسی چیز کو کھانے کو جی نہیں چاہتا' یا ایسے مصروف لوگ جو وقت بے وقت کھانا کھاتے ہیں پھر انہیں صحیح ہضم نہیں ہوتا' پیٹ بڑھ رہا ہے' جسم میں چربی بھر رہی ہے۔ وہ بزرگ فرمانے لگے کہ میں یہ گزشتہ ستر سال سے استعمال کرارہا ہو۔ یہ نسخہ میں نے جس کو بھی دیا اس نے تاریخ لکھی ہے اور مزید مانگ رہا ہے اب تو لوگ مجھ سے لے لے کر اپنے عزیزوں کو بیرون ملک بھیجتے ہیں سچ پوچھیں کہ بیٹے کی نافرمانی کے بعد میرے روزگار کا صرف ایک یہی ٹوٹکہ ہے جس سے میرے گھر کا دال دلیہ چل رہا ہے اور قلم کاغذ آگے کردیا۔ انہوں نے لکھا چینی باریک ایک ایک پاؤ پسی ہوئی' میٹھا سوڈا ایک چھٹانک اور ست پودینہ ایک تولہ' یعنی پورا ایک تولہ (12 گرام) چینی اور میٹھا سوڈا آپس میں ملائیں اور پھر ست پودینہ اس میں ملاکر خوب رگڑیں اتنا کہ چینی میٹھا سوڈا اور ست پودینہ آپس میں یکجان ہوجائیں۔ کسی ہوا بند ڈبے میں بوتل میں محفوظ رکھیں۔ زیادہ مقدار میں نہ بنائیں' نمی کے موسم میں جم جاتا ہے۔ بناتے رہیں' استعمال کرتے رہیں' آدھا چمچ کھانے کے بعد' دن میں تین دفعہ بھی لے سکتے ہیں' اگر طبیعت زیادہ خراب ہو تو باربار بھی لے سکتے ہیں۔ قارئین! بوڑھے بزرگ نے مجھے یہ نسخہ بتایا اور تشریف لے گئے۔ اس کے بعد کبھی کبھار ان سے ملاقات ہوتی رہتی ہے۔ اس دوا کا نام انہوں نے سفید پاؤڈر رکھا ہوا تھا۔ قارئین! میں نے اس دوا کو روزے داروں پر بہت آزمایا' گرمی کے روزوں میں' بندش میں جلن میں پیاس کی زیادتی کو ختم کرتا ہے' خاص طور پر افطاری کے بعد جو گھبراہٹ ہوتی ہے اس کے استعمال کرنے سے اس کو فوراً افاقہ ہوتا ہے۔ اگر صبح سحری کے بعد اس کو کھالیا جائے تو سارا دن پیاس' بھوک' شدت حدت اور نڈھالی سے روزے دار بچارہتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ دوا یعنی سفید پاؤڈر دل کی گھبراہٹ کیلئے دل کے وہ مریض جو بائی پاس کراچکے ہیں یا کرانے والے ہوں یا دل کے کسی بھی مرض میں مبتلا ہوں ان کیلئے بہت مؤثر ثابت ہوا ہے۔ دل کی گھبراہٹ کیلئے' اعصاب کے کھچاؤ کیلئے' طبیعت کی بے چینی اور نڈھالی کیلئے' ذہن کی اور طبیعت کی تراوٹ کیلئے بہت زیادہ مؤثر۔ ایک شخص میرے پاس ایسی حالت میں آئے کہ شاید یہ حالت بہت کم لوگوں میں پائی جاتی ہے۔ موصوف کو دو آدمی پکڑ کر لے آئے۔ ٹانگوں اور پاؤں میں خون تھا کوئی چیز کھا نہیں سکتے تھے جو بھی کھاتے تے قے الٹی ہوجاتی تھی' پٹھے اعصاب کھچے ہوئے' ہروقت غنودگی' معدے کا نظام بالکل متاثر' یہ کیفیت ہیضے کے بعد شروع ہوئی تھی۔ منہ پر ورم' جسم پر ورم' جسم کمزور' گھبراہٹ ایسی کہ کبھی گھر سے باہر نکل جاتے' کبھی اندر آجاتے' کبھی کس کروٹ' کسی پل چین نہیں آتا تھا' اس حالت کو دیکھتے ہوئے میں نے سفید پاؤڈر استعمال کرنے کیلئے دیا۔ چند ہی دنوں میں ایسی اچھی حالت ہوئی کہ ایک آدمی کے سہارے سے پھر میرے پاس آئے اور طبیعت میں پہلے سے بہت بہتری۔ میں نے انہیں مزید دو مہینے یہی دوائی یعنی سفید پاؤڈر استعمال کرنے کو دیا انہوں نے استعمال کرنا مزید شروع کیا اور وہ دو مہینے یا شاید ڈھائی مہینے تھے وہ بالکل تندرست ہوگئے۔ میں یہ تحفہ عبقری کے ان قارئین کی نظر کرنا چاہتا ہوں جو ہاضمے کی ہر دوا کھاکر مایوس ہوچکے ہیں۔ جو دل کی گھبراہٹ سے' جو طبیعت کی گھبراہٹ سے جو موسم گرما کی شدت سے گھبراتے ہیں لیکن ایک بات کی وضاحت کردوں یہ دوا ہر موسم میں مفید ہے۔ یہ صرف موسم گرما کیلئے مخصوص نہیں' جتنا فائدہ موسم گرما میں دیتی ہے اتنا ہی فائدہ موسم سرما میں دیتی ہے۔ اس کی تاثیر ایسی مؤثر اور لاجواب ہے کہ یہ ہر موسم میں بہت کارآمد اور بہت مفید ہے۔ قارئین! میں نے اسے ایک بار نہیں باربار اور سالہا سال سے آزمایا یقین جانیے یہ ایک تجارتی راز ہے جو کبھی کوئی نہیں دے گا لیکن اس تجارتی راز کو آج عبقری کے قارئین کیلئے تحفے کے طور پر پیش کررہا ہوں۔ یہ سدا بہار تحفہ ہے آپ بنائیں' نہایت آسان' لاجواب اور مؤثر دوا ہے۔ ایک صاحب مجھ سے کہنے لگے بڑی بڑی دوائیں کھائیں کوئی ایسی چٹکی ہے جس کے کھاتے ہی ایک بہترین ڈکار آئے طبیعت میں فرحت ہو جسم میں راحت ہو۔ میں نے سفید پاؤڈر ایک چٹکی دیا اور بلکہ ان کے منہ میں خود ڈال دیا اور میں نے ان سے کہا کہ چند لمحوں کے بعد دیکھیں۔ تھوڑی ہی دیر کے بعد کہنے لگے واقعی طبیعت ایک دم کھل گئی اور سارا بوجھ ہلکا ہوگیا۔ جسمانی بیماری محنت کرنے والے' اعصابی کھچاؤ کے شکار اس سے بہت فائدہ اٹھاسکتے ہیں۔ بچوں کے امراض' جوانوں کے امراض جن کے پیشاب کے بعد قطرے آتے ہیں' مثانے جگر کی گرمی ان کو میں نے بہت دیا ہے اور ایسے نوجوان جو سوتے وقت اکثر ناپاک ہوجاتے ہیں یا ایسی خواتین جن کو لیکوریا نے عاجز کردیا ہے ان میں تو حیرت انگیز اس کے رزلٹ ہیں کچھ عرصہ استعمال کرکے دیکھیں۔ میرے پاس ایسی خواتین آئیں جن کے چہرے پر داغ دھبے جھائیاں تھیں' اور لیکوریا نے انہیں عاجز کردیا تھا انہیں میں نے استعمال کرنے کو دیا اور بہت رزلٹ ملے بہت فائدہ ملا۔

خالص شہد کے متلاشی مایوس نہ ہوں !!!

''شہد'' کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتداء فرمان الٰہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الٰہی ہے فِیْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ''اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔ ''شہد'' کیمیائے صحت مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ دل و دماغ اور معدہ و جگر کو غضب کی تقویت بخش کر حرارت غزیری میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ ''شہد'' مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد با آسانی لیسدار بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فالج، لقوہ، استرخا میں بہت نافع ہے۔ نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ، آنکھوں کی کھجلی اور سفید موتیا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور جھریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ، مکھن، شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وعید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو دریائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ، مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح و شام میں غور و فکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز و اقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ و روپ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے فاسد مواد، تھوک و بلغم، کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے و مثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آیور ویدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے، حسن افزا ہے، بھوک لگاتا ہے، دل کے جملہ امراض کیلئے نافع ہے، آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جذام، جریان، جلن، کھانسی، خفقان، پیاس، فساد خون، پاگل پن، ہچکی، دمہ، پسلی کے درد، امراض چشم، قبض کیلئے انتہائی مفید ہے۔ شہد پھیپھڑوں کو تقویت دیتا ہے۔ حلق کی خشکی اور تنفس کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور دمہ کے مرکبات کا جزو اعظم ہے۔ شہد امراض زنانہ کیلئے نہایت مفید دوا ہے۔ اس کا حمول امراض رحم کیلئے مفید ہے۔ اس کے کھانے سے دودھ، پیشاب اور خون حیض خوب جاری ہو جاتے ہیں۔ یہ رحم کو تمام مواد فاسدہ سے صاف کرتا ہے۔ اگر تازہ زخم پر شہد کا پھاہا رکھ دیا جائے تو زخم بہت جلد بھر جاتے ہیں۔ تیز دھار ہتھیاروں کے زخم مندمل کرنے کیلئے شہد ایک عمدہ آزمودہ دوا ہے۔ جلی ہوئی جگہ پر شہد کا لیپ بڑا مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہٰذا دبلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ شہد کی ایک سلائی آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے۔ پانی کے گلاس میں لیموں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رنگت نکھر جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور تیزابیت کنٹرول میں رہتی ہے۔ شہد السر میں بھی مفید ہے۔ شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ بھگو کر سر پر رکھیں۔ تیل سر میں خوب جذب ہونے دیں، نصف گھنٹہ بعد شیمپو سے سر دھو لیں۔ اس کے علاوہ شہد فشل ماسک اور ہینڈ لوشن کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے اس سے جلد صاف اور ملائم ہو جاتی ہے۔

قیمت: 330 گرام 200 روپے۔ ایک کلو پیکنگ 600 روپے علاوہ ڈاک خرچ

کراماتی تیل...... مالش کا حیرت انگیز تیل جو بچوں بوڑھوں اور جوانوں کیلئے یکساں مفید

ہمارا بدن گوشت پوست اور ہڈیوں سے بنا ہوا ہے یہ قدرت کی عجیب کاریگری ہے۔ چلنا پھرنا اور زندگی کے معمولات کو سرانجام دینا ہی اصل زندگی ہے لیکن افسوس کہ آج ہماری اکثریت چلنے پھرنے سے معذور ہو رہی ہے ہر دوسرا شخص کسی نہ کسی درد میں مبتلا نظر آتا ہے۔ اصل میں درد بذات خود کوئی بیماری نہیں ہے بلکہ کسی نہ کسی بیماری کا ردعمل ہے جب سے فصلوں اور سبزیوں پر کیمیاوی کھادوں اور زہریلی ادویات کا استعمال شروع ہوا ہے جسمانی دردوں میں خطرناک حد تک اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ اب شاید ہی کوئی ایسا گھر ہوگا جس میں جسمانی دردوں کا کوئی مریض نہ ہو۔ **دردوں سے آزاد زندگی کیلئے:** ان دردوں کے مداوا کیلئے حکیم صاحب نے اپنے تجربات و تحقیق کو بروئے کار لاتے ہوئے ایک ایسا قیمتی جڑی بوٹیوں کا بے ضرر بغیر کسی سائیڈ ایفیکٹ کے روغن تیار کیا ہے جو جسم کے تمام دردوں میں از حد مفید ہے جس کو استعمال کرتے ہی انسان پھولوں کی طرح ہلکا پھلکا اور چست و چوبند ہو جاتا ہے۔ یہ ایک ایسا نایاب تیل ہے جسے بیرونی اور خوردنی طور پر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ تیل موجودہ دور کے امراض جس میں تمام جوڑوں کے درد فالج' لقوہ' رعشہ' گھٹیا' شیاٹیکا (لنگڑی کا درد) کمر کا درد' نمونیا' سردی لگ جانا' عضو کا پھڑکنا' ایسے لوگ جو سردی میں منہ سے کپڑا بھی نہیں ہٹا سکتے۔ لاغری ہاتھ پاؤں کا سوکھ جانا' ہاتھوں اور پاؤں پر ورم آجانا' پنڈلیوں کا درد' نقرس' مہروں کا خلا' ڈسک پرابلم' کسی ہڈی کا ٹوٹ جانا' نئی و پرانی چوٹ کا درد' موچ آجانا' پٹھوں کا درد' اعصابی درد' پانی میں بھیگ جانے سے سردی کا لگنا' ایڑھیوں کا پھٹ جانا' ناف کا ٹل جانا' ہاتھوں پاؤں کا پھٹ جانا' گردن کے پٹھوں کا درد' ریڑھ کی ہڈی کا درد' پسلیوں کا درد' جل جانا' جھلس جانا' بجلی کا شاک' خون کا جم جانا' پٹرول سے جلنا' اعضاء کا منجمد ہو جانا' سینے کا انفیکشن' نمونیہ' بچوں کے ہاتھ پاؤں کا ٹیڑھا ہونا' گھٹنوں وغیرہ کا متورم ہو جانا' دائمی درد سر' ہاتھ پاؤں کا اکڑاؤ' سردی کی وجہ سے جسم میں درد ہونا' ان تمام امراض میں کراماتی تیل بہترین معاون ثابت ہوا ہے اور شفاء کا موجب بنا ہے۔ خواتین میں حیض کے دنوں میں کمر کا درد یا پیٹھ کا درد یہ روغن جلد میں خوب جذب ہو کر درد کو دور کرتا ہے اور سکون دیتا ہے۔ **کراماتی تیل بوڑھوں کیلئے:** جوڑ' پٹھے اور رگ ریشے کا انسانی جسم کے حرکات و سکنات کے ساتھ چولی دامن کا ساتھ ہے ان کی مضبوطی تو انائی کا دوسرا نام ہے۔ عمر کی زیادتی کے ساتھ ساتھ جوڑ خشک اور کھردرے ہوتے جاتے ہیں اس کے علاوہ جوڑوں کے اندر اور اطراف کے ریشے بھی سخت ہو کر حرکت کم کر دیتے ہیں ان کی وجہ سے ان میں درد ہونے لگتا ہے ان حالات میں کراماتی کا مستقل استعمال دردوں کا ازالہ کرتا ہے اور بوڑھے سے بوڑھا آدمی بھی صحت مند و توانا رہتا ہے۔ **کراماتی تیل بچوں کیلئے:** ایسے بچے جو پیدائشی طور پر کمزور ہوتے ہیں ہڈیوں کا ڈھانچا بن جاتے ہیں' کمزوری کی وجہ سے ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہو جاتے ہیں موسم کا تغیر برداشت نہیں کر سکتے' نمونیہ کی شکایت ہو جاتی ہے ہر وقت خاص طور پر سردی کے موسم میں سینہ میں انفیکشن رہتا ہے کھانسی ہر وقت رہتی ہے سانس تنگی سے آتا ہے۔ ان تمام امراض میں کراماتی تیل کی مالش اپنی کرامت دکھا کر بچوں کو صحت مند کر دیتا ہے۔ **کراماتی تیل کے جامع فوائد مختصر الفاظ میں:** ☆ پرانا جوڑوں کا درد جو کسی طرح درست نہ ہوتا ہو چھوٹے جوڑوں کا ہو یا بڑے جوڑوں کا' گھٹنوں کا ہو یا پنڈلیوں کا بس مقام درد کی جگہ مالش کریں آہستہ آہستہ جذب کریں' نہایت لاجواب فائدہ ہوگا' کمر کا پرانا پیچیدہ درد ہو جو کسی دوا سے درست نہ ہوتا ہو جسے ڈاکٹر ڈسک پرابلم کہتے ہیں جھکا نہ جاتا ہو' حرکت سے عاجز ہو بس یہی تیل مستقل مالش کریں اور چند قطرے نیم گرم دودھ میں ڈال کر پئیں' جلد آرام آجائے گا۔ ☆ انگلیوں کی جڑیں پھٹ جاتی ہوں' خراب ہو جاتی ہوں' انفیکشن ہو جاتا ہوں ایسے تمام عوارض میں کراماتی تیل کی مالش کریں بے شمار لوگ جن کی ایڑھیاں پھٹ جاتی تھیں یا کسی خاص موسم میں پھٹ کر چلا بھی نہ جاتا تھا یہ تیل لگائیں پھر قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ ☆ نمونیا اور پرانی کھانسی سینے کی جکڑن کیلئے پسلیوں اور سینے پر اس کی مالش سے سانس کی تنگی دور ہوتی ہے اور چند دنوں میں اچھا رزلٹ ملتا ہے۔ ☆ جن لوگوں کو سوتے وقت پنڈلیاں دکھتی ہیں' بے چینی شروع ہو جاتی ہے۔ انہیں یہ تیل پنڈلیوں پر مالش کرنے سے آرام سکون آجاتا ہے۔ ☆ کتنے معذور افراد جن کی ٹانگیں اور بازو سوکھ گئے تھے اور کوئی کام نہیں کر سکتے تھے۔ ایسے بے شمار مریضوں کو جب کراماتی تیل استعمال کرایا گیا وہ لوگ چلنے پھرنے اور کام کرنے کے قابل ہو گئے۔ ☆ رعشہ کیلئے نہایت کارآمد مالش ہے جب ہاتھ پاؤں یا سر کانپتے ہوں تو اس تیل کی مالش اور دس قطرے ایک کپ گرم دودھ میں پئیں چند دنوں میں ہی رعشہ ختم ہو جائے گا۔ ☆ لقوہ اور فالج کے جتنے بھی مریضوں نے اس کو استعمال کیا کبھی مایوس نہیں ہوئے کوئی جلدی کوئی دیر سے صحت یاب ہوئے۔ واضح رہے کہ جو حضرات صرف مالش کرنا چاہتے ہیں انہیں صرف مالش سے ہی خوب فائدہ ہوگا۔ ☆ ایسے حضرات جو خاص طاقت سے محروم ہو چکے ہوں وہ اس تیل کی مالش کریں اور دس قطرے گرم دودھ میں ڈال کر صبح و شام پئیں اپنی طاقت کا خود اندازہ لگائیں۔ ☆ ایسے کھلاڑی جو گیم کرتے وقت جلد تھک جاتے ہوں' ایسے کھلاڑی گیم کرنے سے پہلے مالش کریں' زندگی میں اور کھیل میں کبھی پیچھے نہیں رہیں گے۔ ☆ بواسیر کے مسوں پر مستقل لگانے سے بواسیر کیلئے از حد مفید ہے۔ ☆ دس قطرے گرم دودھ میں استعمال کریں صبح و شام اس کے استعمال سے کسی ملٹی وٹامن کھانے کی ضرورت نہیں رہتی۔

خاص ترکیب رات کو نیم گرم کر کے متاثرہ جگہ پر مالش کریں مثلاً گھٹنوں' ٹخنوں' پنڈلیوں' کمر' بازوؤں پر مساج کر کے گرم کپڑا باندھ کر سو جائیں صبح کپڑا کھول کر سادہ گرم پانی کر کے اس میں ایک کلو پانی میں ایک چمچ نمک کا ڈالیں اور آہستہ آہستہ مقام درد والی جگہ گرائیں جب پانی ختم ہو جائے تو خشک کر کے گرم کپڑا لپیٹ دیں اور کسی ایسی جگہ پر بیٹھیں یا سو جائیں جہاں ہوا نہ لگے۔ ایسا دن میں دو بار کریں۔

قیمت /200 روپے علاوہ ڈاک خرچ

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

70

ماہنامہ عبقری لاہور

اپریل 2012ء بمطابق جمادی الاول وثانی 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

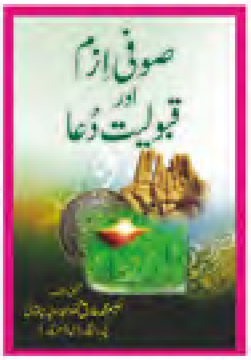
قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- درود خضری پڑھیے...... ہر پریشانی سے نجات پایئے
- حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا کا ہنسنا اور رونا
- شکر سے انعام کی بارش اور ناشکری سے ٹینشن
- روحانی پھکی سے کینسر اور لاعلاج بیماریاں ختم
- خوش رہیے، صحتمند رہیے، حرکت کرتے رہیے
- بدبودار سانس کا مسئلہ کیسے حل کیا جائے؟
- بے مثال خوبصورتی کیلئے آزمودہ ٹانک
- صدقہ، موذی امراض اور سو فیصد گارنٹی
- قرض اور سود سے نجات کی انوکھی دعا
- ٹانسلز اور دائمی نزلہ سے کلی نجات
- جن میری نانی کو پیسے دیتے ہیں
- ڈینگی بخار کا توڑ

ملتان میں کلینک
6 مئی بروز اتوار
0300-7301239



صوفیائے کرام کی قبولیت دعا کے سچے واقعات، دعاؤں کو مقبول کرانے کیلئے آزمودہ اسم اعظم اس کتاب میں پڑھیں!!!

رمضان المبارک کے مقدس لمحات
حضرت حکیم صاحب کے ساتھ گزاریں
تفصیل صفحہ نمبر 19 پر

ماہنامہ عبقری جولائی 2012ء کا شمارہ انشاء اللہ "رمضان اسپیشل ایڈیشن" ہوگا۔ قارئین اپنی خصوصی تحریریں جلد از جلد روانہ کریں۔

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

1	ایک لاکھ سچے اصول	130/-
2	گھریلو مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
4	آزمودہ گھریلو علاج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسمانی مخلوق کے حیرت انگیز مشاہدات (اردو انگلش)	200/-
7	1947 کے ہنگاموں کی کہانی چشم دید لوگوں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی آپ بیتی (ڈائری)	200/-
11	بے قرار زندگی سے پرسکون زندگی تک	130/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بزرگوں کی زندگی کے انمول تجربات	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	بچوں سے صحت تندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری، اپینڈے سائنس علاج نبوی اور جدید سائنس	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے رازوں تک	130/-
24	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	300/-
25	آپ کے کمالات	200/-
26	جنات کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جدید سائنس کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی بیماریوں کا نبوی علاج (احتیاط) اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جنات اور خیالات کے رنگ نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے تحفے اور تحقیقات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی قیدیوں کی زبانی	300/-
36	جیل یا جہنم	120/-
37	حسن جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن وصحت کیلئے انمول ٹوٹکے	200/-
39	حسین لڑکیوں کی قاتل بیماریاں	225/-
40	خواتین کی زندگی کے عجیب تجربات	250/-
41	حیرت انگیز مسائل کا نفسیاتی حل	200/-
42	حرمین میں بیتے لمحوں کے پہلو	250/-
43	مشکلات سے بچاؤ اور صبر سے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا علمی و نفسیاتی تجزیہ	250/-
45	خواتین کے حسن وجمال کے حقیقی راز	250/-
46	خواتین کی ازدواجی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دو اصول تجربے (اردو)	5/-
48	دو اصول تجربے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی سبزیاں اور نباتاتی علاج	200/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت اور جسم	225/-
54	روحانی پاور کی کنجی	250/-
55	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سید احمد حسن کی ضمانت تو میں دیتا ہوں	250/-
62	شگفتہ باتیں گھر سے موتی کے اصول باتیں	120/-
63	شہد کے کمالات	80/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شادی شدہ بیماریاں اور ان کا علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی خوشی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے چالیس اصول	130/-
69	شفاء بخش بیانات کی کرشماتی نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاندار زندگی کے نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت کامل عربی کارڈ اور سائنسی اصول	90/-
75	طب نبوی اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	عملی تجربات اور مشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غلطیوں کی اصلاح نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیشن سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی ٹانک اور علاج نبوی	120/-
82	کامیاب شادی کے ستر اصول نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کمالات اولیاء	150/-
84	کیفیت کلمات	140/-
85	کھجور کے کرشمات	60/-
86	کلی روحانی کامیاب علاج اور سائنسی تحقیقات (انسائیکلوپیڈیا)	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب مال کیسے	250/-
89	مفردات سے علاج انسائیکلوپیڈیا	2500/-
90	گردوں کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	گھریلو الجھنیں اور بزرگوں کے تجربات	250/-
92	گھروں میں ادبی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گھڑسواری سے پرہیزگاری تک	100/-
95	مسک کی دوائیں اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے متلاشی	180/-
98	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	360/-
103	محبوب کی درخواست کر	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مسنون غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	نامور سائنسی مشکلات کو پرکھنے کیلئے روحانی علاج	170/-
108	مولانا طارق جمیل نصیحت کی باتیں	250/-
109	معالج اور مریض کے تجربات	200/-
110	مسنون عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
112	نایاب تحفہ نوجوان اور بزرگ	140/-
113	موت کے بعد نجات علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں اسلام اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل کا علاج نبوی اور جدید سائنس	290/-
117	نبوی دعائیں صحت اور تندرستی اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	دوا بیماری صحت کے لیے کیوں ضروری	130/-
120	ویاٹامنز کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہیپاٹائٹس اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک اور سائنسی تدبیر	120/-

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی نئی آنیوالی تالیفات

123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی و روحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	بالدار بننے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	300/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۃ البقرہ سے شرطیہ (انشاء اللہ) بچے پائیں	10/-

بہت جلد منظر عام پر آنیوالی تالیفات (انشاء اللہ)

132 صوفی ازم کے روشن ستارے (زیر طبع)
133 خطبات عبقری (جلد دوئم) (زیر طبع)
134 صوفی ازم اور جینٹس فری لائف (زیر طبع)
135 صوفی ازم اور باطنی سکون (زیر طبع)
136 شجرہ طیبہ قادری مجذوبی

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زعفرانی نقرائی	2200/-
3	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/-
4	ستر شفائیں	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	بخشش قہوہ	120/-
7	خون صفا پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مروا پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	قطاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ویاٹامنز کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	کراماتی تیل	200/-
29	طب نبوی حسن وجمال کریم	300/-
30	عروسی سہاگ کورس	5000/-
31	شوگر کورس	800/-
32	نوجوانوں کے روگ	700/-
33	پوشیدہ کورس	600/-
34	الرجی نزلہ کورس	600/-
35	موٹاپا کورس	600/-
36	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
37	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
38	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
39	بے اولادی کورس	2500/-
40	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
41	چہرہ کا حسن وجمال کورس	2200/-
42	نفس پیکیج	600/-
43	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
44	ٹھنڈک پیکیج	500/-
45	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
46	سدا بہار حسن خوبصورتی پیکیج	840/-
47	ڈیپریشن پیکیج	490/-
48	وینی کریم	500/-
49	ویاٹامنز نجات سیرپ	120/-
50	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
51	شہد ہمراہ صندل الائچی	300/-
52	قبض کشاء	120/-
53	بارموز شفاء	500/-
54	السر کورس	400/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں۔ بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا انداز بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہوا سے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

اللہ تعالیٰ کو جو خصلتیں محبوب ہیں

حضرت معاذ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص غصہ کو پی جائے جبکہ اس میں غصہ کے تقاضا کو پورا کرنے کی طاقت بھی ہو (لیکن اس کے باوجود جس پر غصہ ہے اس کو کوئی سزا نہ دے) اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اس کو ساری مخلوق کے سامنے بلائیں گے اور اس کو اختیار دیں گے کہ جنت کی حوروں میں سے جس حور کو چاہے اپنے لیے پسند کرلے۔ (ابوداؤد)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص اپنے زبان کو روکے رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے عیوب کو چھپاتے ہیں جو شخص اپنے غصہ کو روکتا ہے (اور پی جاتا ہے) اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اس سے اپنے عذاب کو روکیں گے اور جو شخص (اپنے گناہ پر نادم ہوکر) اللہ تعالیٰ سے معذرت کرتا ہے یعنی معافی چاہتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے عذر کو قبول فرمالیتے ہیں۔ (بیہقی) حضرت معاذ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے قبیلہ عبدقیس کے سردار حضرت اشج رضی اللہ عنہ سے ارشاد فرمایا: تم میں دو خصلتیں ایسی ہیں جو اللہ تعالیٰ کو محبوب ہیں۔ ایک حلم یعنی نرمی اور برداشت دوسرے جلد بازی سے کام نہ کرنا۔ (مسلم)

حال دل

کیا بددعائیں تعاقب کرتی ہیں؟؟

جی ہاں! جس طرح دعائیں تعاقب کرتی ہیں اسی طرح بددعائیں بھی تعاقب کرتی ہیں۔

آپ نے سنا ہوگا کہ کوئی دعا کام آگئی' میرا یہ کام بن گیا' یا میں اس مصیبت سے' یا میں اس حادثے سے بال بال بچا' یا پھر یہ بھی سنا ہوگا' اس بندے کو کسی فقیر کی دعا ہے' یہ تو آپ نے سنا بھی' آزمایا بھی' دیکھا بھی' لیکن میری زندگی کے مشاہدات نے جہاں دعاؤں کی تاثیر کو پرکھا وہاں بددعائیں بھی ہم نے خوب دیکھیں اور بددعاؤں کی وجہ سے نقصان بھی ہوتے دیکھے' اور بربادی بھی ہوتے دیکھی۔ اسی طرح کی ایک کہانی آپ کے سامنے پیش کرتا ہوں:۔

ایک دفعہ میرے پاس ایک خاندان آیا کہنے لگے کہ ہمارے ساتھ ایک مسئلہ یہ ہے کہ ہمیں رات کو نظر نہیں آتا' اور یہ بیماری ہماری پانچویں نسل میں داخل ہو رہی ہے ہمارا ہر بچہ بالکل تندرست ہوتا ہے لیکن وہی بچہ جب اتنا بڑا ہوتا ہے' جتنا بڑا وہ فقیر تھا اسے نظر آنا ختم ہوجاتا ہے اور اس کی آنکھیں چندھیا جاتی ہیں۔ میں نے پوچھا مجھے آپ کی بات کی سمجھ نہیں آئی۔ کہنے لگے ہمارے بڑوں کے دروازے پر ایک سائل آیا اس نے ہم سے مانگا ہمارے بڑے نے اسے دھتکار دیا اور بڑے نے کہا رات ہوگئی ہے تجھے نظر نہیں آتا کہ اب دروازے بند ہوگئے ہیں' کہنے لگا نہیں مجھے رات کو نظر نہیں آتا۔ پھر فقیر کہنے لگا اگر مجھے نظر نہیں آتا تو پھر آپ کو بھی نظر نہیں آئے گا۔ فقیر کی بات آئی گئی ہوگئی' اس کے بعد ہمارا جو بھی بچہ پیدا ہوتا ہے وہ اس فقیر کی عمر تک جب پہنچتا ہے تو اس کو رات کو نظر نہیں آتا۔ اور یہ صرف ہمارے خاندان میں ہے...... میں حیران ہوا مجھ سے پوچھنے لگے اس کا کوئی علاج ہے؟ میں نے عرض کیا استغفار کی کثرت اور زیادہ سے زیادہ کلمہ' درود شریف اور سورۂ اخلاص پڑھ کر اس فقیر کی روح کو ہدیہ کریں۔

ایک اور واقعہ سنیے! ایک خاندان کے سارے افراد میرے پاس آئے کہنے لگے ہماری دادی نے پڑوس کے ایک گھرانے میں ایک پاگل شخص پر مسلسل اعتراض کیا اس کا مذاق اڑاتی تھی اور طرح طرح کی باتیں کرتی تھی کچھ سالوں کے بعد دادی کا خاوند پاگل ہوگیا اس نے ہتھوڑوں سے اپنے باپ کو قتل کردیا اور وہ بالکل ویسی ہی حرکتیں کرتا تھا جیسی اس کا پڑوسی پاگل۔ پھر اس کا بھائی اور چچا پاگل ہوگیا وہ بیس سال سے پاگل خانے میں ہے۔ اس نے بھی ادھر پاگل خانے میں کئی لوگوں کو مار ڈالا۔ اس کو دس آدمی پکڑتے ہیں حالانکہ اس کی عمر 65 سال ہے تو بھی وہ کسی کی پکڑ میں نہیں آتا۔ پھر وہ پاگل پن اس کی بہن کو ہوگیا وہ سارا دن محلے میں پھرتی ہے کبھی برہنہ ہوجاتی ہے' انوکھی عجیب وغریب حرکتیں کرتی ہے' پھر دوسرا بھائی پاگل ہوگیا وہ گھر میں ہے اس کے سر پر گول گول نشان ہوجاتے ہیں۔ آج 25 سال ہوگئے ہیں دن رات یہی صورتحال ہے پاگل پن نے گھر کو ویران کردیا۔ زندگی ویران کردی اب لوگ ہم سے ملنے کو ڈرتے ہیں ہم خوشیوں کو ترس گئے ہیں ہم سے کوئی رشتہ نہیں کرتا کوئی ناطہ نہیں جوڑتا' زندگی بے چین و بے قرار ہوگئی ہے ہر شخص ہم سے دور رہتا ہے۔ بہت علاج کرائے ڈاکٹروں کو چیک کرایا ہر علاج ناکام' ہر ترتیب فیل' کوئی دوائی اثر نہیں کرتی۔ خود ہی وہ خاتون کہنے لگی ایک بات بار بار ذہن میں آتی ہے کہ اس پاگل کی ماں بعض اوقات زچ آکر کہتی تھی کہ میرے پاگل کو تنگ نہ کرو کہیں تمہارا سارا خاندان پاگل نہ ہوجائے ہم اس کی اس بات پر ہنستے تھے اور مزے لیتے تھے آج بتائیں ہم کیا کریں؟؟؟ ان کو بھی میں نے یہی علاج بتایا۔

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

نسبت پر انعام ایک واقعہ ایک سبق

درس روحانیت و امن

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا راہ گزر رہتا ہے

میرے دوستو! بیت اللہ کے قریب بیت الخلاء نے اپنی حیثیت کو منوایا۔ انہوں نے کہا ہم بیت الخلاء نہیں رہنا چاہتے تو کہا کہ پھر مٹنا پڑے گا' پھر جھکنا پڑے گا' پھر اپنی اس حیثیت کو جو چوہدری اور خان ہے اور ملک اور وڈیرہ ہے—— اس چیز کو چھوڑنا پڑے گا...... بیت الخلاء نے کہا میں نے چھوڑ دیا۔ وہ جگہیں جہاں گندگیاں ہوتی تھیں آج وہ جگہیں صاف ہیں اور ان پر سجدے ہو رہے ہیں۔

میرے دوستو! اپنی نسبت بدلیں' اپنے من کی دنیا بدلیں! ورنہ ہماری نسبتیں کہیں بیت الخلاؤں کے ساتھ نہ لگ جائیں—— ہماری نسبت کہیں ایسی جگہ نہ لگ جائیں کہ قیامت کے دن اور مرتے وقت پچھتاوا اور افسوس ہو جائے...... اپنی نسبتوں کو بدلیں..............!!!

نسبت پر انعام ایک واقعہ ایک سبق: حضرت یوسف علیہ الصلوٰۃ والسلام جب مصر میں تھے تو قحط پڑ گیا بہت قحط پڑا۔ اللہ جل شانہٗ نے ان کو مقام (بادشاہ بنا) دیا اور وہ غلہ تقسیم کرنے لگے۔ اپنی باری پر ہر شخص غلہ لے رہا تھا' ایک بندے نے ایک بار غلہ لے لیا' پھر کہنے لگا مجھے جانتے ہیں میں کون ہوں؟ فرمایا: نہیں۔ کہنے لگا: میں وہ بچہ ہوں جب عزیز مصر کی بیوی نے آپ پر الزام لگایا تھا میں ماں کی گود میں دودھ پیتا تھا۔ میں بولا تھا اور میں نے آپ کی صفائی دی تھی۔ یوسف علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا: اچھا اچھا ٹھہر جا! اب جو انھوں نے غلہ دیا تو بھر بھر کے دیا۔ فوراً اللہ جل شانہٗ کی طرف سے وحی آئی اے یوسف! (علیہ الصلوٰۃ والسلام) اس کے ساتھ یہ معاملہ کیوں؟ عرض کیا: یا اللہ! اس نے میری صفائی دی تھی۔ زلیخا نے تو الزام لگا دیا لیکن اس نے کہا نہیں، نہیں یوسف (علیہ الصلوٰۃ والسلام) پاکباز ہے۔ اس کا کوئی قصور نہیں ہے اللہ کے نبی معصوم اور پاک ہوتے ہیں۔ زلیخا کا قصور ہے۔ یہ وہ بچہ ہے جس نے میری صفائی بیان کی تھی۔ یا اللہ! اس نے میری صفائی دی تھی میری پاکی کو بیان کیا تھا۔ اللہ جل شانہٗ نے فرمایا: "اے یوسف (علیہ الصلوٰۃ والسلام) اس نے ایک دفعہ تیری پاکیزگی کو بیان کیا اس کے ساتھ تو نے اتنی عنایات کیں اور جو روز بیٹھ کے میری عظمت کو بندوں کے سامنے بیان کرے اور میرے بچھڑے بندوں کو مجھ سے ملا دے، میں قیامت کے دن اس کو اتنا نوازوں گا کہ اس کی آنکھ دیکھ نہیں سکتی اس کے کان سن نہیں سکتے اس کی زبان بول نہیں سکتی اس کا دل احساس گمان نہیں کر سکتا اگر اس دنیا میں اس کو بتادوں تو اس کا سینہ پھٹ جائے' وہ خوشی سے مر جائے گا۔ اللہ جل شانہٗ کے ساتھ نسبتیں ہو جائیں' ایک بچے نے حضرت یوسف علیہ السلام کی صفائی بیان کی ان کی برات' ان کی خلاصی' ان کی پاکیزگی بیان کی کہ یہ مجرم نہیں ہیں...... یا اللہ کے دوست ہیں اس کے ساتھ تو یہ عنایات اور اس کے ساتھ تو یہ شفقتیں اور محبتیں...... اور جو اللہ کے بندوں پر تھوڑی سی کوششیں کر کے ان کو اللہ جل شانہٗ کی محبت کے قریب کر دے' آقا سرور کونین ﷺ کی غلامی کے قریب کر دے اس کے ساتھ قیامت کے دن اللہ پاک کی کیا عنایات ہوں گی؟ سوچیں تو سہی......!

فقیری نسبت کی لاج رکھیں: اللہ والو! اپنی نسبتوں کو پرکھیں ہم کن نسبتوں کے ساتھ زندگی کے دن رات گزار رہے ہیں اور اگر ہم نے اپنی نسبتوں کو کہیں بنالیا ہے تو کیا ہم ان نسبتوں کی لاج رکھ رہے ہیں؟ ایک بے نسبت تھی ہی نہیں اب کہیں نسبت بنالی' کسی اللہ والے کے ساتھ یا کسی اللہ والے کے غلام کے ساتھ۔ کیا ان کی لاج رکھ رہے؟ حضرت قاری محمد طیب رحمۃ اللہ علیہ صاحب بڑے اللہ والے گزرے ہیں ایک بندہ ان سے بیعت ہوا۔ اس نے زیادہ آنا جانا نہیں رکھا' کوئی زیادہ تعلق بھی نہیں تھا۔ تقریباً 20 سال کے بعد اس کی موت کا جب وقت ہوا اور نزع کی کیفیت ہوئی اور ایک دم آنکھیں کھولیں' کہنے لگا: "میرے حضرت تشریف لا رہے ہیں اب وہ آگئے ہیں' اب میرے ساتھ بیٹھ گئے ہیں' اب مجھے کچھ پڑھا رہے ہیں اور جو پڑھا رہے ہیں تم بھی سنو!" **اشھدان لا الٰہ الا اللہ**.............. یہ پڑھا اور فوت ہو گئے۔ خاتمہ ایمان پر ہو گیا۔ یہ نسبتیں بڑی کام آتی ہیں۔

نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ساتھ نسبت مضبوط کریں: حضور سرور کونین ﷺ کے ساتھ اپنی نسبتوں کو مضبوط بناتے چلے جائیں اور سرور کونین ﷺ کے غلاموں کے ساتھ اپنی نسبتیں مضبوط بناتے چلے جائیں۔ جیسے ایک بندہ کہنے لگا کہ ابھی سیاسی حکومتیں بدلیں تو نسبتیں بھی بدل گئیں' رشتے بدل گئے سب کچھ بدل گیا۔ میرے دوستو! ایک جز وقتی مفاد کے لئے زندگی کے مختصر لمحوں کے فائدے کے لئے اور وہ بھی معلوم نہیں کام آئیں یا نہ آئیں۔ یاد رکھنا! جو آخرت کی نسبت کو سامنے رکھ کر چلتے ہیں۔ اللہ جل شانہٗ انہیں بہت نوازتے ہیں۔

کھجور کے تنے پر رسول ﷺ کی نسبت کے اثرات: سرور کونین ﷺ کے روضہ اطہر کے سامنے مواجہ شریف ہے۔ وہاں ایک بندہ کھڑا زاروقطار رو رہا تھا۔ ایک شخص آیا اور سختی سے کہنے لگا: یہ کوئی رونے کی جگہ ہے' اس نے مجھ سے آ کے کہا کہ ایک شخص ایسے کہہ رہا تھا کہ یہ کوئی رونے کی جگہ ہے۔ میں نے اس سے کہا: کہ تو نے اس سے نہ کہا ارے امیرے آقا ﷺ کے فراق میں تو وہ کھجور کا تنا بھی رویا تھا تو اپنے آپ کو کھجور کے تنے سے بھی کم تر نے گیا۔ سرور کونین ﷺ ایک کھجور کے تنے پر بیٹھ کر خطبہ دیا کرتے تھے۔ مجمع ہوتا تھا اسی وجہ سے اونچی جگہ بیٹھ کے آپ خطبہ مبارک دیا کرتے تھے۔ پھر ایک شخص نے آپ ﷺ کے لئے ایک منبر بنادیا آپ ﷺ نے کھجور کے تنے کو ایک طرف رکھا۔ اب جمعہ کا وقت ہے اور سسکیاں ہیں ادھر ادھر دیکھا تو اس کھجور کے تنے سے سسکیاں نکل رہی تھیں' رو رہا تھا کہ ہچکی بندھ گئی۔ آخر کار سرور کونین ﷺ نے اسے سینے سے لگایا اور فرمایا کیا تو نہیں چاہتا کہ جنت کے درختوں میں سے ایک درخت بن جائے۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کیلئے کیا لکھوں آج کے دور میں جہاں ہم جیسے لوگ دین سے دور غفلت کی زندگی میں گم ہیں آپ کی وجہ سے ہمیں اپنی آخرت کی فکر ہوئی' ورنہ دنیاداری میں ہی مر جاتے' آپ سچ کہتے ہیں کہ لوگ آپ کے پاس آتے ہیں آپ انہیں اللہ کی طرف لگاتے ہیں' پتا نہیں کتنے لوگ اللہ کا ذکر کرنے لگ گئے ہیں کتنے گھر جو لڑائی جھگڑوں کی وجہ سے جہنم بن گئے تھے اب وہاں سکون ہے۔ حکیم صاحب ہم تو درس میں سے اپنے گھروں کا سکون لے کر جاتے ہیں۔ حکیم صاحب اللہ کا شکر ہے کہ شاید کوئی بڑوں کی دعا کی وجہ سے یا کسی نیکی کی وجہ سے آپ سے ملنا ہو گیا اور پھر ذکر اور درس جیسی نعمت مل گئی میں اللہ سے دعا کرتی تھی کہ مجھے ایسا بنادے کہ تجھے پسند آجاؤں اور ایسے کام کروا جو تجھے پسند ہوں۔ (عظمیٰ اعجاز' لاہور)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

محمد وقاص، لاہور

حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا کا ہنسنا اور رونا

سلام بھیجنا

ابوالبختری رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں حضرت اشعث بن قیس رضی اللہ عنہ اور حضرت جریر بن عبداللہ بجلی رضی اللہ عنہ حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ کے پاس ایک قلعہ میں جو مدائن کے اطراف میں تھا آئے ان دونوں نے انہیں سلام اور تحیہ کیا (یعنی **حیاک اللہ** کے ساتھ دعا دی کہ تمہیں اللہ زندہ رکھے) اس کے بعد دونوں نے پوچھا کیا آپ ہی سلمان فارسی رضی اللہ عنہ ہیں؟ انہوں نے فرمایا ہاں! ان دونوں نے کہا کہ کیا آپ حضور نبی کریم ﷺ کے ساتھی ہیں؟ حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے کہا میں نہیں جانتا تو ان دونوں کو شک ہوا اور ان دونوں نے کہا شاید یہ وہ سلمان رضی اللہ عنہ نہیں جن کا ہم ارادہ کررہے ہیں۔ حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے ان دونوں سے کہا میں وہی تمہارا صاحب ہوں جس کا تم دونوں ارادہ کررہے ہو' میں نے حضور ﷺ کو دیکھا ہے اور آپ ﷺ کی صحبت اختیار کی ہے لیکن آپ ﷺ کا ساتھی وہ ہے جو آپ ﷺ کے ساتھ جنت میں داخل ہوا' تم بتاؤ کہ تم دونوں کی کیا حاجت ہے؟ ان دونوں نے کہا ہم تمہارے اس بھائی کے پاس سے آئے ہیں جو ملک شام میں ہیں انہوں نے پوچھا وہ کون؟ ان دونوں نے کہا حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہ تب انہوں نے کہا ان کا وہ ہدیہ کہاں ہے جو تم دونوں کو دے کر بھیجا ہے؟ ان دونوں نے کہا ہمارے ساتھ کوئی ہدیہ نہیں بھیجا' حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے کہا تم دونوں اللہ سے ڈرو اور امانت ادا کرو' میرے پاس آج تک ان کی جانب سے کوئی نہیں آیا مگر اپنے ساتھ ہدیہ لایا ہے۔ ان دونوں نے کہا آپ اس قضیہ کو ہمارے اوپر بڑھائیے نہیں' ہمارے لیے بہت مال ہے جو چاہیں آپ اس میں حکم کریں۔ حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے کہا میں تم دونوں کے مال کا ارادہ نہیں رکھتا لیکن اس ہدیہ کا ارادہ رکھتا ہوں جو تم دونوں کے پاس ہے ان دونوں نے کہا خدا کی قسم! ہمارے ساتھ انہوں نے کچھ نہیں بھیجا مگر انہوں نے ہم سے کہا کہ تم میں ایک آدمی ہے جناب رسول اللہ ﷺ جب ان کے ساتھ تنہائی میں ہوتے تو پھر ان کے علاوہ کسی کی تلاش نہ کرتے جب تم دونوں ان کے پاس جاتا تو میرا ان

جب تم دونوں ان کے پاس جاتا تو میرا ان سے سلام کہنا' حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے فرمایا پھر اور کون سے ہدیے کا اس کے سوا میں تم دونوں سے مطالبہ کررہا تھا؟ اور کون سا ہدیہ سلام سے افضل ہوگا جو اللہ کی طرف سے تحیہ اور مبارک اور اچھا ہے۔

سے سلام کہنا' حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے فرمایا پھر اور کون سے ہدیے کا اس کے سوا میں تم دونوں سے مطالبہ کررہا تھا؟ اور کون سا ہدیہ سلام سے افضل ہوگا جو اللہ کی طرف سے تحیہ اور مبارک اور اچھا ہے۔

مصافحہ اور گلے ملنا

حضرت جندب رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں جناب رسول اللہ ﷺ جب اپنے اصحاب رضی اللہ عنہم اجمعین سے ملتے تو جب تک انہیں سلام نہیں کرلیتے ان سے مصافحہ نہیں کرتے تھے۔

حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ان سے کسی کہنے والے نے کہا میرا ارادہ ہے کہ میں آپ سے ایک حدیث حضور ﷺ کی حدیثوں میں سے دریافت کروں۔ انہوں نے فرمایا تو اس وقت میں تم سے حضور ﷺ کی حدیث بیان کروں گا مگر یہ کہ کوئی راز کی بات ہو' فرمایا کیا رسول اللہ ﷺ تم سے مصافحہ کرتے تھے جب تم حضور ﷺ سے ملتے؟ فرمایا کہ میں نے کبھی آپ ﷺ سے ملاقات نہیں کی مگر مجھ سے مصافحہ کیا۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ حضرت حذیفہ رضی اللہ عنہ سے ملے آپ ﷺ نے ان سے مصافحہ کرنے کا ارادہ کیا اور ساتھ فرمایا کہ مسلمان جب اپنے بھائی سے مصافحہ کرتا ہے تو ان دونوں کے گناہ اس طرح جھڑ جاتے ہیں جس طرح کہ درخت کے پتے جھڑ جاتے ہیں۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضرت زید بن حارثہ رضی اللہ عنہ مدینہ منورہ تشریف لائے اور حضور نبی کریم ﷺ میرے گھر میں تھے وہ آپ ﷺ کی خدمت میں آئے اور دروازہ کھٹکھٹایا' حضور ﷺ ان کی طرف لپکے آپ ﷺ کے اوپری بدن پر چادر نہیں تھی اور اپنا کپڑا کھینچ رہے تھے خدا کی قسم! میں نے حضور ﷺ کو اس سے پہلے اس طرح نہیں دیکھا تھا اور نہ اس کے بعد' آپ ﷺ ان سے گلے ملے اور ان کا بوسہ لیا۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ جب اصحاب رسول ﷺ آپس میں ملتے تو ایک دوسرے سے گلے ملتے اور جب سفر سے آتے تو بھی گلے ملتے۔

حضرت حسن رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ اپنے بھائیوں میں سے ایک آدمی کا رات میں تذکرہ کرتے تو فرماتے "اے رات کی درازی" جب نماز فرض سے فارغ ہوتے تو آپ رضی اللہ عنہ کی گرانی اور بڑھ جاتی پس جب اس سے ملتے تو گلے ملتے اور اسے چمٹا لیتے۔ حضرت عروہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ ملک شام آئے تو عام لوگ اور اس سرزمین کے سربرآوردہ آپ سے ملے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا میرے بھائی کہاں ہیں؟ لوگوں نے پوچھا وہ کون؟ فرمایا حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ لوگوں نے عرض کیا کہ ابھی آپ رضی اللہ عنہ کے پاس آتے ہیں جب وہ آپ کے پاس تشریف لائے تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ گھوڑے سے اترے اور ان سے گلے ملے۔

مسلمان کیلئے کھڑا ہونا

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے لوگوں میں سے کسی کو نہیں دیکھا کہ رسول اکرم ﷺ کے ساتھ گفتگو و کلام میں اور نشست و برخاست میں زیادہ مشابہت رکھتا ہو جتنا کہ حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا آپ ﷺ سے مشابہت رکھتی تھیں' حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ جب انہیں سامنے سے آتا ہوا دیکھتے تو آپ ﷺ ان کیلئے مرحبا کہتے اور کھڑے ہو جاتے اور ان کا بوسہ لیتے' پھر ان کا ہاتھ پکڑتے اور ان کو لاتے اور اپنی جگہ پر بٹھا دیتے۔ خود حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام جب ان کے پاس تشریف لے جاتے تو حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا آپ ﷺ کو مرحبا کہتیں۔ آپ ﷺ کیلئے کھڑی ہو جاتیں اور آپ ﷺ کا بوسہ لیتیں۔ حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا حضور ﷺ کے اس مرض میں تشریف لائیں جس میں کہ آپ ﷺ کی وفات ہوئی آپ ﷺ نے مرحبا کہا اور ان کا بوسہ لیا اور ان سے سرگوشی کی تو یہ رو پڑیں دوبارہ پھر ان کے کان میں کچھ کہا تو یہ ہنس دیں' میں نے عورتوں سے کہا کہ میں خیال کیا کرتی تھی کہ اس عورت (یعنی حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا) کیلئے تمام عورتوں پر فضیلت ہے یہ تو ان عورتوں میں سے نکلیں کہ ابھی ابھی رو رہی تھیں اور ابھی ابھی ہنسنے لگیں تو میں نے حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا سے پوچھا کہ تم سے آپ ﷺ نے کیا کہا تھا؟ انہوں نے فرمایا اگر میں بتادوں گی تو میں راز کی فاش کرنے والی ہو جاؤں گی جب حضور ﷺ اس دنیا سے پردہ فرما چکے تو حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا نے بتایا کہ آپ ﷺ نے مجھ سے سرگوشی کی تو فرمایا کہ میں عنقریب وفات پانے والا ہوں یہ سن کر میں رو دی تھی' دوبارہ پھر آپ ﷺ نے مجھ سے سرگوشی کی اور فرمایا کہ تو میرے اہل میں سے سب سے پہلے مجھ سے ملے گی اس وجہ سے میں خوش ہو گئی تھی اور اس بات نے مجھے تعجب میں ڈالا تھا۔

پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج جھنگ

موجودہ دور میں والدین کی ذمہ داریاں

پہلے ہمارے معاشرے میں والدین، اساتذہ، اہل علم، مذہبی پیشواؤں اور بزرگوں کی قدر ہوتی تھی اب گانے بجانے والوں، آلات موسیقی بنانے والوں کے علاوہ کھلاڑیوں کو وی آئی پی شمار کیا جانے لگا ہے اور ان ہی کی نقل کی جارہی ہے

اولاد اللہ تعالیٰ کی نعمتوں سے ایک بہت بڑی نعمت ہے۔ معاشرے کا کوئی فرد جتنے رشتوں سے منسلک ہوتا ہے ان میں سے سب سے مضبوط رشتہ والدین اور اولاد کا رشتہ ہے۔ ماں کی گود بچے کی پہلی درسگاہ ہے۔ اسی گود سے بچہ خود اعتمادی جیسی نعمت حاصل کرتا ہے جو اس کی شخصیت کے نکھار کا موجب بنتی ہے۔ والدین اور اولاد کے درمیان رنجش کی شکایت اس وقت پیدا ہوتی ہے جب وہ ایام طفولیت سے نکل کر ایام بلوغت کی طرف آتی ہے۔ سوچنے کی بات ہے کہ آخر وہ کیا چیز ہے جو والدین اور اولاد کے درمیان محبت کے جذبہ کو عداوت میں بدل دیتی ہے۔ نوجوانوں کے رویے کو محسوس کرنے کیلئے ان کے چہرے کے تاثرات اور بھنوؤں کے اتار چڑھاؤ والدین کیلئے کافی ہوتے ہیں جسے والدین کیلئے برداشت کرنا مشکل اور صبر آزما مرحلہ ہوتا ہے۔ اولاد اور والدین کے درمیان اس چپقلش کو ماہرین نفسیات نسلی خلا کا نام دیتے ہیں۔ ماں باپ کیلئے اپنے تجربات کو سنگ میل سمجھتے ہیں جبکہ نوجوان طبقہ اپنے فیصلے خود کرنے اور تجربات کرنے کا خواہش مند ہوتا ہے۔

آج کل اکثر والدین کو یہ شکایت ہے کہ اولاد ان کا کہنا نہیں مانتی اگر مانتی بھی ہے تو بادل نخواستہ۔ میرے نزدیک اس کی بڑی وجوہات یہ ہیں:۔ بچوں کی تربیت میں کمی...... بچوں کی رزق حرام سے پرورش، مغربی تہذیب کے اثرات۔

اگر بچوں کی تربیت اسلامی خطوط پر کی جائے، انہیں اسلامی آداب سے آگاہ کیا جائے، والدین کے قول و فعل میں مطابقت ہو شروع ہی سے بچوں کو جھوٹ، غیبت، گالی گلوچ سے نفرت دلائی جائے۔ بچے سے کوئی غلطی سرزد ہو جائے تو بڑے پیار سے اسے سمجھایا جائے۔ اس کی آبیاری رزق حلال سے کی جائے تو کوئی وجہ ہی نہیں کہ بچے بڑے ہو کر والدین کی خدمت نہ کریں۔ مشکوک رزق کھلائیں گے تو اس سے بنا ہوا حرام خون اپنے اثرات دکھائے گا۔ وہی اولاد اور بیوی جن کو لقمہ حرام کھلائے گا تیرے بڑھاپے میں تجھے اکیلا چھوڑ دیں گے۔ انسان جسم اور روح کے مجموعے کا نام ہے جسم بیمار ہو تو اچھی سے اچھی غذا کھانے کو جی نہیں چاہتا۔ روح بیمار ہو تو اچھی سے اچھی عبادت میں دل نہیں لگتا۔ روح ایک لطیف حقیقت ہے جبکہ جسم انسانی ایک ٹھوس اور مادی حقیقت۔ روح کا ادراک حاصل کرنے کیلئے خیال بلند ذوق لطیف اور اعلیٰ کردار کی ضرورت ہے۔ انسانوں کی اکثریت ماحول کے زیر اثر روح اور اس کی گرفت سے آزاد ہو کر زندگی گزارتی ہے ان کی ساری توجہات کا مرکز جسم انسانی بن جاتا ہے۔ روح بیمار ہونے کی وجہ سے ہماری نسلیں جوان ہو کر نافرمانی کی مرتکب ہو رہی ہیں۔ روحانی زندگی کے عناصر اربعہ یہ ہیں:۔ علم۔ عمل۔ اخلاص اور فکر آخرت۔

ان چار بنیادوں سے آدمیت تشکیل ہوتی ہے۔ ان چار عناصر میں سے تین چیزیں (علم۔ اخلاص۔ فکر آخرت) قلب سے متعلقہ ہیں اور ایک عنصر "عمل" ہاتھ پاؤں کی ہے لوگوں کی نجات، مال و دولت یا شکل وصورت سے نہ ہوگی۔ علم سے ہوگی۔ پھر فقط علم سے نہیں عمل سے ہوگی۔ پھر فقط عمل سے نہیں اخلاص والے عمل سے ہوگی دورخے پن سے عمل کرے کہ خدا کو بھی خوش کروں اور بندوں کو بھی خوش کروں یہ ناممکن ہے۔ خلوص بھرا مختصر عمل بھی نجات کا موجب بن سکتا ہے۔ عمل میں اخلاص (روح) نہ ہو تو اس کی مثال کسی مردہ کی موٹی تازی لاش کی سی ہے خواہ وہ پہلوانوں جیسی ہو وہ تو دفن کرنے کے قابل ہے کارآمد اس وقت ہے جب اس میں جان اور روح ہو۔

مغربی کلچر کی تقلید نے ہماری نوجوان نسل کو تباہی کے کنارے لا کھڑا کیا ہے، اخلاقی لحاظ سے مغرب کی گراوٹ اور زوال کیسے ممکن ہوا جس نے ہمارے نوجوانوں پر گہرے اثرات چھوڑے ہیں اس کی کہانی لمبی ہے۔ مختصراً اس کا خاکہ پیش خدمت ہے:۔ 1۔ کیمرہ اور اس کی تصاویر انیسویں صدی کے وسط تک مغرب میں عام ہوگئیں۔ 1892ء میں سینما ایجاد ہوا۔ سینما سکرین، فلمیں، سینما گھر، سٹوڈیوز، فلم ایکٹرز اور اس سے متعلقہ لوازمات تیزی سے پھیلے۔ اگلے دس سالوں میں یہ تحفے امریکہ اور یورپ سے نکل کر ہندوستان پہنچے۔ پھر گانا بجانے اور فن موسیقی نے عروج حاصل کر لیا۔ اسی دوران ریڈیو ایجاد ہوا گیا خبروں کے علاوہ حیا سوز گانے گھر گھر پہنچ گئے۔ ٹی وی کی ایجاد نے ایک قدم اور بڑھایا آواز کے ساتھ تصویروں کی نمائش شروع ہوگئی۔ ایک مخصوص عالمی گروہ نے ان ایجادات کو ایک خاص مقصد کیلئے استعمال کرنا شروع کیا۔ اس نے پیٹ اور جنس کی تسکین تک محدود کرنے میں کامیابیاں حاصل کیں۔

اس ضمن میں اپنے علاقے موضع حویلی لال تحصیل وضلع جھنگ کا ایک واقعہ ذہن میں آتا ہے۔ 1963ء کی بات ہے میں ساتویں کلاس کا طالبعلم تھا۔ ایک آدمی ہمارے علاقے میں بطور مہمان آیا اور اپنے ساتھ اپنا ریڈیو لایا۔ شام کو تمام آس پاس کے لوگ اس نئی ایجاد کو دیکھ دیکھ کر ہکا بکا رہ گئے۔ ساتھ والے گھر سے ایک بزرگ جسے ہم جیون دادا کے نام سے پکارتے تھے کے کانوں میں گانوں کی آوازیں آئیں وہ لاٹھی لا کر مہمان کو مارنے کیلئے دوڑا کہ ہر کسی کی بہو بیٹیاں ہیں یہ گانے سنانے والا ریڈیو لے کر یہاں سے نکل جاؤ ورنہ اس کا اور تمہارا کچومر نکال دیا جائیگا۔ چنانچہ وہ جیون دادا کے غیظ وغضب کی تاب نہ لا کر وہاں سے فرار ہو گیا۔ آج ہمارے ایسے دادا کہاں غائب ہو گئے۔ پہلے ہمارے معاشرے میں والدین، اساتذہ، اہل علم، مذہبی پیشواؤں اور بزرگوں کی قدر ہوتی تھی اب گانے بجانے والوں، آلات موسیقی بنانے والوں کو وی آئی پی شمار کیا جانے لگا ہے اور ان ہی کی نقل کی جارہی ہے۔ ہمارے ہاں اخلاقی انحطاط کا یہ عالم ہے کہ شرم وحیا، عصمت وعفت صرف بے معنی ہو کر رہ گئے ہیں۔ عریانی و فحاشی کا نام کلچر رکھ دیا گیا ہے۔ ہماری خواتین رونق خانہ بننے کی بجائے شمع محفل بن رہی ہیں، بے باکانہ انداز میں پارکوں، سیرگاہوں، بازاروں میں اس طرح گھومتی ہیں کہ ان کی حالت زار دیکھ کر حیا کو بھی رونا آتا ہے اور غیرت مند انسان سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہے کہ یہ وہی عورتیں ہیں جن کے بارے میں حضور سرور کائنات ﷺ نے فرمایا تھا کہ عورت تو سب کی سب چھپانے کی چیز ہے جب وہ گھر سے باہر نکلتی ہے تو شیطان اسے اچک اچک کر دیکھتا ہے۔ میں اس موقع پر تمام مسلمان بیٹوں اور بیٹیوں سے گزارش کروں گا کہ جہاں تک ممکن ہو مغربی کلچر کی تباہ کاریوں سے خود بچیں اور دوسروں کو بھی بچائیں والدین سے نیک سلوک کریں۔ ان کے سامنے اف تک نہ کہیں۔ اف کے لفظی معنی ناخن کے نیچے والی میل ہے۔ مقصد قلیل مقدار ہے۔ جب قلیل مقدار میں والدین کے سامنے ایسا کلمہ کہنا جس سے ان کی دل آزاری ہو حرام ہے تو انکی کھلم کھلا نافرمانی بدرجہ اولیٰ حرام ہوگی۔ والدین کیساتھ نیک سلوک نماز، زکوٰۃ، روزہ، حج، عمرہ اور جہاد فی سبیل اللہ سے افضل ہے۔ والدین کی فرمانبرداری یہ ہے کہ تم ان کی ضرورتیں پوری کرو انکی تکالیف دور کرنے کی ان تھک محنت کرو اور بچوں کی طرح ان کی خاطر مدارت کرو ان سے منہ نہ بناؤ ان کی ضرورت سے دل تنگ نہ کرو کثرت نوافل کی بجائے اپنے زیادہ تر اوقات ان کی خدمت میں گزارو۔ ہر نماز کے بعد ان کیلئے دعائے مغفرت کرو۔

شکر سے انعام کی بارش اور ناشکری سے ٹینشن

عبدالغفور نقشبندی، جھوں

اس لڑکے کی زبان سے بجائے خدا کے شکرانے کے الفاظ کے کفر کا کلمہ نکل گیا اور کہا کہ اس میں خدا کی کیا مہربانی ہے یہ تو میری محنت کا پھل ہے (توبہ استغفار) لوگوں نے کہا بھی ایسا مت کہو خدا کی گرفت میں آجاؤ گے لیکن اس نے اپنے الفاظ بار بار دہرائے۔

عزیزان گرامی! یہاں پر ایک ایسا واقعہ ہوا ہے جس کو سن کر انسان کانپ اٹھتا ہے اور جو لوگ اس آدمی (جس کے ساتھ یہ واقعہ پیش آیا ہے) کے قریب ہیں وہ اب تک خداوند کریم کے خوف سے لرزہ براندام ہیں لیکن واقعہ بیان کرنے سے پہلے میں کچھ آپ کی خدمت میں عرض کرنا چاہتا ہوں۔

عرض یہ ہے کہ انسان اپنے آپ کو بہت کچھ سمجھتا ہے مگر حقیقت میں انسان خود مختار نہیں ہے۔ ہم خداوند کریم کے حکم کے تابع ہیں اگر ہم صحیح زندگی گزارنا چاہتے ہیں تو ہمیں خدا تعالیٰ کے حکم اور حضور نبی کریم ﷺ کے رہنما اصولوں پر چلنا ہوگا۔ سرتابی کی گنجائش نہیں ہے۔

ابھی گزشتہ رمضان شریف کا بابرکت مہینہ گزرا تھا' انسان روزہ سے ہوتا ہے تمام چیزیں موجود ہونے کے باوجود وقت مقررہ سے پہلے نہیں کھا سکتا۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ ہم کس کے تابع ہیں۔ عبد کا مطلب بھی غلام کے ہیں۔ اس کے علاوہ ہماری زندگی کے ہر معاملات میں خداوند کریم کے حکم کے بغیر پایہ تکمیل تک نہیں پہنچ سکتے اب میں اصل واقعہ کی طرف آتا ہوں۔

ہوا ایسے کہ یہاں جھوں میں ایک طالب علم تھا جس کا نام ظاہر نہیں کرنا چاہتا جو کہ میڈیکل فائنل کا طالب علم تھا بہت غریب تھا ماں باپ مزدوری کرکے اس کے تعلیمی اخراجات پورے کرتے تھے۔ فائنل کا امتحان ہوا تو محلے کے لوگوں نے اس سے پوچھا کہ بیٹا امتحان کیسا ہوا ہے۔ اس لڑکے نے کہا کہ میں نے پرچے بہت اچھے کیے ہیں اچھی پوزیشن آئے گی۔ لوگوں نے خوش ہوکر کہا کہ چلو اچھا ہوا اللہ نے تمہارے والدین کی سن لی۔ اب اچھے دن آجائیں گے۔ آپ پر خدا کی خاص مہربانی اور کرم ہے۔

اس لڑکے کی زبان سے بجائے خدا کے شکرانے کے الفاظ کے کفر کا کلمہ نکل گیا اور کہا کہ اس میں خدا کی کیا مہربانی ہے یہ تو میری محنت کا پھل ہے (توبہ استغفار) لوگوں نے کہا بھی ایسا مت کہو خدا کی گرفت میں آجاؤ گے لیکن اس نے اپنے الفاظ بار بار دہرائے۔

پھر کیا ہوا اللہ تعالیٰ کی رحمت غضب میں بدل گئی۔ نتیجہ آیا تو وہ لڑکا دو پرچوں میں فیل ہوگیا۔ اس غم میں اس کا باپ چل بسا۔ بار بار امتحان دینے پر بھی پاس نہ کرسکا۔ اسی غم میں والدہ صاحبہ بھی چل بسی مکان بھی فروخت ہوگیا آخر وہ ایک میڈیکل کی دکان پر 800 روپے پر ملازم ہوگیا۔ دکان پر اس کی ڈیوٹی صبح سات بجے سے لیکر شام دس بجے تک تھی۔ سخت ذہنی کرب کا شکار ہوگیا' آخر ایک ماہ بعد اس نے دکان سے خواب آور دوائی چوری کرکے کھالی اور خودکشی کرلی۔

دیکھئے اللہ سے غرور نے اس کو اس حد تک پہنچا دیا کہ موت آئی تو حرام کی۔ ہمیں اس واقعے سے عبرت حاصل کرنی چاہیے خداوند کریم کی مدد سے ہر کام مکمل رضا کیساتھ کرنا چاہیے اللہ تعالیٰ نے ہم کو ایسے کلمات منہ سے نکالنے اور شیطان کے شر سے محفوظ رکھے۔ آمین ثم آمین۔

دنیا میں ہر وقت گونجنے والی آواز

ایک سروے رپورٹ کے مطابق دنیا میں ہر وقت گونجنے والی آواز اذان ہے۔ انڈونیشیا سے فجر کا وقت شروع ہوکر سماٹرا تک آجاتا ہے۔ یہ سلسلہ ملائیشیا' ڈھاکہ' سری لنکا اور پھر پورے انڈیا میں شروع ہوجاتا ہے۔ اس کے بعد پاکستان' افغانستان' مسقط' سعودی عرب' یمن' اعراق میں اذان شروع ہوجاتی ہے۔ پھر اسکندریہ استنبول' طرابلس' لیبیا' نورتھ امریکہ میں اذان کا وقت ہوجاتا ہے اور ایسے فجر کا سفر پورے نو گھنٹے کا سفر طے کرتی ہے تو انڈونیشیا میں ظہر کی اذان کا وقت ہوجاتا ہے یوں پانچ وقت کی اذان سے دنیا میں ایک بھی ایسا سیکنڈ نہیں جب اذان کی آواز نہ گونجتی ہو۔ (اشتیاق احمد)

جمعہ کے دن مرنے والا

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد گرامی ہے میری امت کا کوئی شخص جو جمعہ کے دن یا جمعہ کی رات کو مرے گا تو اللہ تعالیٰ اس کے سارے اگلے پچھلے گناہ بخش دے گا۔ حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جو شخص جمعہ کے دن یا رات کو مرے گا وہ قیامت کے دن عذاب الٰہی سے محفوظ رہے گا اور اس پر شہیدوں کی سی مہر لگادی جائے گی۔ (مسز راحیلہ اظہر' لاہور)

عبقری نے مجھے حکیم بنادیا

محمد بلال' راولپنڈی

عبقری کی ادویات بذریعہ لاہور خریدیں۔ طب نبوی ﷺ ہیئرآئل اور کراماتی تیل نے مجھے بے حد فائدہ دیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں حکمت کافی عرصے سے سیکھ رہا تھا اور مجھے حکمت سیکھنے کا بہت شوق تھا۔ میرے ایک استاد صاحب ہیں جو کہ پروفیسر آف حکمت ہیں میں نے ان کی شاگردی میں بہت زیادہ عرصہ گزارا مگر انہوں نے مجھے تعلیم حکمت سے آشنائی نہیں دی۔ ایک دن پھر مجھے عبقری ملا...... عبقری مجھے ایسے ملا کہ میرے استاد نے مجھے ایک رسالہ لانے کیلئے کہا میں مارکیٹ میں مختلف کاؤنٹرز پر اس رسالہ کے بارے میں معلومات حاصل کررہا تھا کہ میری نگاہ ماہنامہ عبقری پر پڑی اور میں نے عبقری رسالہ خرید لیا اور جب میں نے عبقری پڑھا تو میری خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ تھا کیونکہ جس چیز کی مجھے تلاش تھی وہ عبقری کی صورت میں مجھے مل چکی تھی۔ پھر میں نے عبقری کی ادویات بذریعہ لاہور خریدیں۔ طب نبوی ﷺ ہیئرآئل اور کراماتی تیل نے مجھے بے حد فائدہ دیا۔

میرے سر کے بال مسلسل گر رہے تھے میں نے پانچ مرتبہ سر پر استرا پھیر کر تیل صبح وشام استعمال کیا۔ میرے بال گرنے سے رک گئے اور نرم وملائم ہوگئے۔ آپ کے ادارہ کی عبقری کی کتابیں بھی خریدیں مجھے شفاء کیسے ملی نامی کتاب نے میرے علم وعمل میں بے پناہ اضافہ کیا۔ میں کافی عرصے سے بیروزگار تھا اور حکمت کے پیشے سے منسلک تھا لیکن جب سے مجھے شفاء کیسے ملی؟ کتاب ملی۔ میں نے نسخے بنائے اور اب ماشاء اللہ میرا کاروبار چمک اٹھا ہے۔ عبقری کو میں اپنا حکمت میں استاد مانتا ہوں۔ کیونکہ جو کچھ مجھے عبقری نے سکھایا وہ مجھے میرے استاد بھی نہ سکھا سکے۔ میں نے شادی چھ سال قبل کی تھی اسی سال شادی کے بعد میں نے ٹیسٹ کرایا تھا مجھے میری رپورٹ دی گئی کہ آپ اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں۔ "مجھے شفاء کیسے ملی؟" کتاب کی صفحہ نمبر 80 میں نسخہ شافی درج تھا۔ **ھوالشافی:** تخم کونچ 40 گرام تخم حیات 20 گرام' تخم سرس 20 گرام سب کا سفوف بنا کر چھان کر 5 گرام چھوٹی نصف چمچ سفوف صبح دوپہر شام ہمراہ دودھ 21 دن استعمال کیں۔ اس سے میرے جراثیم میں 28 فیصد اضافہ ہوگیا ہے۔

ھوالشافی: تالمکھانہ' تخم لاجونتی' تخم خرفہ' پھل کیکر ایک تولہ لیکر اس میں چار تولہ مصری ڈال کر صبح وشام استعمال کریں۔

صدقہ، موذی امراض اور سو فیصد گارنٹی

انہوں نے کسی ملازم کو ساتھ لیا اور قبر مرمت کیلئے گئے۔ قبر کے قریب گئے تو مارے دہشت کے دھنگ رہ گئے۔ قبر مٹی سے بھری ہوئی تھی اور اس مٹی میں سانپوں کے گچھے کے گچھے چل رہے تھے۔ بیٹے یہ حال دیکھ کر گھبرا گئے اور گھر واپس آگئے

ملاوٹ کا بھیانک انجام

(نوید اختر، اسلام آباد)

یہ واقعہ میری اہلیہ کے آبائی علاقے کا ہے ان کا محلے میں ایک بہت بڑا ٹھیکیدار رہتا تھا جس کا نام یعقوب تھا۔ لوگوں میں یہ ٹھیکیدار قوبہ کے نام سے مشہور تھا۔ اس نے بہت ساری تعمیرات کروائی تھیں اور اس میں ماہر سمجھا جاتا تھا۔

ٹھیکیدار قوبے میں ایک خامی تھی یہ ہمیشہ تعمیرات میں ناقص میٹریل استعمال کرتا تھا اور عمارت تکمیل کے کچھ ہی عرصے میں انحطاط کا شکار ہونا شروع ہوجاتی تھی۔ ایک دفعہ اس نے ایک مکان تعمیر کیا اور اس کو فوراً کسی کے ہاتھ بیچ دیا۔ کچھ عرصے بعد اس مکان کی ایک بڑی دیوار گر پڑی اور مکان کے مالک کو بہت نقصان ہوا۔ اس نے ٹھیکیدار سے بات کی تو اس نے اس کا کوئی مثبت جواب نہ دیا اور الٹا اس سے لڑائی جھگڑا شروع کردیا۔ مالک مکان نے جھگڑے میں الجھنا مناسب نہ سمجھا اور خاموش ہوگیا۔ وقت گزرتا رہا۔

ٹھیکیدار یعقوب نے اپنے بیٹوں کو بھی اپنے ساتھ کام میں شریک کرلیا اور خوب مال بنالیا ایک دن اچانک ٹھیکیدار یعقوب کو دل کا دورہ پڑا اور اس کا انتقال ہوگیا۔

جنازے کے بعد ٹھیکیدار کو مقامی قبرستان میں دفن کردیا گیا۔ اگلے دن کافی بارش ہوئی۔ قبر چونکہ ابھی تازہ اور کچی تھی زیادہ بارش کی وجہ سے بیٹھ گئی۔ کسی نے دیکھا تو گھر جا کر اس کے بیٹوں کو بتایا کہ تمہارے باپ کی قبر بیٹھ گئی ہے اس کی مرمت کروا دو۔ انہوں نے کسی ملازم کو ساتھ لیا اور قبر مرمت کیلئے گئے۔ قبر کے قریب گئے تو مارے دہشت کے گنگ رہ گئے۔ قبر مٹی سے بھری ہوئی تھی اور اس مٹی میں سانپوں کے گچھے کے گچھے چل رہے تھے۔ بیٹے یہ حال دیکھ کر گھبرا گئے اور گھر واپس آگئے۔ اگلے دن کسی اور ملازم کو بھیجا کہ قبر کی مرمت کردو ملازم گئے تو اگلے دن بھی یہی حال تھا۔ ان کو بھی آگے بڑھنے کی ہمت نہ ہوئی۔ سانپوں کا یوں ایک غول اس مٹی میں چل رہا تھا۔ ملازم دور سے مٹی قبر پر پھینک کر واپس آگئے۔

مرض قلب سے اطمینان قلب تک

(انتخاب: ماریہ جاوید، کراچی)

سعودی عرب میں ایک مصری عالم نے صدقہ کی عظمت و فضیلت پر ایک دلنشین لیکچر ارشاد فرمایا، انہوں نے دوران گفتگو احادیث مبارکہ کے حوالے سے ذکر کیا کہ صدقہ بلاؤں، مصیبتوں اور بیماریوں سے نجات پانے کا بہترین اور آزمودہ نسخہ ہے، مصری عالم کی گفتگو کے دوران ایک مصری آدمی کھڑا ہوا اور اس نے کہا کہ واقعی آپ کی بات مبنی برحقیقت ہے، میں نے خود تجربہ کیا ہے کہ صدقہ انسان کو مصائب والام اور موذی امراض سے بچاؤ کا ذریعہ بن جاتا ہے اس شخص نے اپنا واقعہ بیان کرتے ہوئے کہا ”میں دل کے مرض میں مبتلا تھا، اور میرا مرض انتہائی نازک صورتحال اختیار کرچکا تھا مجھے دو دفعہ ہارٹ اٹیک بھی ہوا، مقامی ڈاکٹروں نے میری زندگی اور موت کے درمیان ایک لکیری کھینچ دی، مجھے اپنی موت کے آثار نظر آنا شروع ہوگئے میں نے آخری چارے کے طور پر امریکہ کا رخ کیا اور وہاں ماہرین امراض دل سے رجوع کیا۔ ان کے علاج سے مجھے کچھ افاقہ تو ضرور ہوا مگر موت کے سائے ختم نہ ہوئے پھر ہر تین ماہ بعد امریکہ جانا میرا معمول بن گیا۔ ادویات کے سہارے میری زندگی کی سانس چل رہی تھی کہ ایک دن ایک عجیب واقعہ رونما ہوا، میں گوشت خریدنے کیلئے قصاب کی دکان پر گیا، وہاں ایک پردہ نشین خاتون کھڑی تھی، قصاب جب گوشت بناتے ہوئے فالتو چربی وغیرہ نیچے پھینکتا تو اگر اس کے ساتھ معمولی سا گوشت چپکا رہ جاتا تو وہ عورت لپک کر اسے اٹھا کر اپنے بیگ میں ڈال لیتی، میں کافی دیر تک یہ منظر دیکھتا رہا بالآخر میں نے اس عورت سے پوچھ ہی لیا کہ اے میری مسلمان بہن یہ کیا ماجرا ہے؟ اس خاتون نے بتانے سے انکار کردیا، جب میرا اصرار بڑھا تو اس نے چھلکتی آنکھوں سے بتایا کہ میرے گھر میں سات ماہ سے گوشت نہیں پکا، حالات نے اس موڑ پر لا کھڑا کیا ہے کہ زندگی کی گاڑی بمشکل حرکت میں ہے آج میرے چھوٹے چھوٹے بچوں نے ضد کی کہ ہمیں گوشت پکا کر کھلاؤ، میں گوشت خرید نے کی طاقت نہیں رکھتی، اس لیے قصاب کی دکان سے فالتو چربی وغیرہ سے لگے ہوئے گوشت کے ذرات جمع کررہی ہوں کہ انہی کا شوربہ بنا کر اپنے معصوم بچوں کی خواہش کو پورا کردوں گی، اس کی درد بھری کہانی سن کر میرے رونگٹے کھڑے ہوگئے اور میری آنکھوں سے آنسو چھلک پڑے، میں نے قصاب سے کہا کہ میری یہ بہن جب چاہے، جتنا چاہے گوشت خرید لے اس کی قیمت میں ادا کروں گا اور اس خاتون سے کہا اے میری بہن! اسے ایک بھائی کی طرف سے قبول کیجئے اس کے بعد میں اپنے گھر آگیا میرے دل کو اتنا سکون، راحت اور مسرت ملی کہ اس کے اثرات میرے چہرے بلکہ پورے بدن پر عیاں تھے، مجھے شاداں وفرحاں دیکھ کر میرے بچوں نے بڑی محبت سے پوچھا ابا جان آج کیا ماجرا ہے؟ آپ کے چہرے پر تو ہمیشہ تفکرات سایہ کیے رکھتے ہیں— لیکن آج آپ کے انگ انگ سے مسرت و شادمانی کی کرنیں پھوٹ رہی ہیں، میں مناسب اور مختصر سے الفاظ میں نے انہیں اپنے ساتھ پیش آنے والے واقعہ سے آگاہ کیا اور اللہ کے حضور سربسجود ہوگیا کہ اس مالک حقیقی نے مجھے بھی اپنی مخلوق کی خدمت کا موقع دیا اور اس کے نتیجے میں مجھے اطمینان قلب کی دولت سے مالا مال کردیا کچھ عرصہ بعد میں حسب معمول امریکہ گیا تو میرے معالج میری ٹیسٹ رپورٹس دیکھ کر حیران رہ گئے کہ میں مرض دل کے ہاتھوں موت کے منہ تک پہنچ چکا تھا، لیکن آج میری رپورٹس بالکل نارمل تھیں جیسے مجھے کبھی یہ مرض ہوا ہی نہیں تھا۔ انہوں نے مجھ سے پوچھنا شروع کردیا کہ تم نے کونسا نسخہ استعمال کیا ہے؟ کس ڈاکٹر و معالج سے علاج کروایا ہے؟ میں نے انہیں بتایا کہ یہ کسی عام ڈاکٹر و معالج کا نسخہ نہیں بلکہ محسن انسانیت نبی کریم ﷺ کا آج سے چودہ سو سال پہلے بتایا ہوا نسخہ ہے کہ صدقہ بیماریوں اور مصیبتوں کو ٹال دیتا ہے۔

طاقت خاص کا آخری حل

ھو الشافی: موصلی سفید ایک تولہ، تالمکھانہ ایک تولہ، تخم لاجونتی ایک تولہ، تخم خرفہ ایک تولہ، تخم ریحان ایک تولہ، تخم پیاز ایک تولہ، بہمن سرخ ایک تولہ، بہمن سفید ایک تولہ، سنگاڑا خشک دو تولہ، گوند کتیرا ایک تولہ، گوند کیکر ایک تولہ، طباشیر ایک تولہ، پھلی کیکر دو تولہ، مصطگی رومی ایک تولہ، سونف تین تولہ، بوہڑ داڑھی دو تولہ، مصری بارہ تولے۔ لیکر پیس لیں۔ ایک چمچ صبح شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ چالیس دن تک استعمال کریں۔ یہ نسخہ قوت خاص اور طاقت کیلئے آخری ہے۔ (حکیم عبداللہ)

س۔م۔چوہدری

درود خضری پڑھیے...... ہر پریشانی سے نجات پایئے

حضرت میاں شیر محمد نقشبندی مجددی شرقپوری کا اس درود شریف سے وابستگی کا یہ عالم تھا کہ روزانہ پانچ ہزار مرتبہ درود شریف پڑھتے اور پڑھاتے تھے۔ درود شریف پڑھنے والوں کو محبت اور خوشی سے فرشتہ کہتے۔ فرشتے بھی درود شریف کے جھڑے ہوئے نوری پھول ہیں

درود خضری الفاظ کے لحاظ سے مختصر ہے مگر معنی کے لحاظ سے جامع ہے۔ اس درود پاک کے فوائد بے پناہ ہیں۔ سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ اس درود شریف کو پڑھنے والا حضور ﷺ کا غلام بن جاتا ہے اور دین و دنیا میں اسے کسی چیز کی کمی نہیں رہتی اور وہ سکون کی دولت سے مالا مال ہو جاتا ہے۔ اس درود شریف کے پڑھنے والے کیلئے مال و دولت کی تنگی ختم کر دی جاتی ہے اور خزانہ غیب سے اس کی مدد کی جاتی ہے۔

درود خضری ایک ایسا درود پاک ہے جس کے ورد سے نہ صرف روضہ رسول ﷺ پر حاضری نصیب ہوتی ہے بلکہ محبت رسول ﷺ میں اضافہ ہوتا ہے اور مراد دین اس میں پائی جاتی ہے۔ فی الحقیقت درود خضری ایک بڑی نعمت ہے۔ درود خضری حضرت خضر علیہ السلام کی طرف سے امت محمدیہ کو ایک تحفہ ملا ہے اور اولیائے کرام کا ورد ہے۔ جو شخص اس درود پر کثرت سے عمل کرے گا اسے کعبۃ اللہ اور روضہ رسول ﷺ کی زیارت نصیب ہوگی۔

سمرقند بخارہ کے ایک صاحب جن کی کنیت ابوالمظفر ہے کہیں سفر میں جا رہے تھے کہ راستہ بھٹک گئے۔ بڑے تشویش میں پڑ گئے۔ اتنے میں سامنے سے ایک صاحب نے آواز دے کر بلوایا۔ یہ صاحب جاتے جاتے دل میں سوچ رہے تھے کہ یہ غالباً حضرت خضر علیہ السلام ہوں گے جب قریب پہنچے تو سلام کیا اور نام پوچھا کہ آپ کا کیا نام ہے؟ بلانے والے صاحب نے اپنا نام حضرت خضر علیہ السلام بتایا اور ان کے ساتھ میں ایک ساتھی بھی تھے ان کا نام الیاس علیہ السلام بتایا اور تینوں ایک سواری پر سوار ہو کر روانہ ہو گئے۔ اس مسافر شخص نے حضرت خضر علیہ السلام سے دریافت کیا کہ آپ نے حضور انور ﷺ کو اپنی آنکھوں سے دیکھا ہے۔ فرمایا ہاں۔ پھر دوسری بات پوچھی کہ حضور انور ﷺ کے ارشادات یاد ہیں۔ فرمایا ہاں۔ پھر کہا کہ آپ علیہ السلام کے پاس کوئی خاص بات حضور اقدس ﷺ کی یاد ہو تو بتلائیں کہ میں صحیح روایت بیان کر سکوں کہ میں نے حضرت خضر علیہ السلام سے سنا اور حضرت خضر علیہ السلام نے حضور ﷺ سے سنا۔

حضرت خضر علیہ السلام نے فرمایا کہ میں آپ ﷺ کی مجلس میں بیٹھا ہوا تھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ جو انسان چاہے کہ دل کا کھوٹ، دل کا کینہ، دل کا میل، غصہ، حسد، بغض اور اخلاق رذیلہ دور کرنا چاہے تو وہ اس درود شریف کو پڑھے۔ اللہ تعالیٰ اس درود کی برکت سے سارے اخلاق رذیلہ دور فرما دیں گے۔ وہ درود پاک یہ ہے جس کو درود خضری بھی کہا جاتا ہے۔

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی حَبِیْبِہٖ مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَبَارَکَ وَسَلَّمَ

☆ درود خضری حضرت امام ربانی مجدد الف ثانی شیخ احمد سرہندی رحمۃ اللہ علیہ کا فرمودہ درود شریف ہے اور جو منبع فیوض و برکات ہے اور یہ تمام درودوں میں اسم اعظم کا درجہ رکھتا ہے۔ بارگاہ رسالت ﷺ کا منتخب شدہ اور پسندیدہ ہے۔ قرب مصطفوی ﷺ اس درود شریف کے قاری کے نصیب میں لکھ دیا جاتا ہے۔ اولیائے نقشبند کا مجاہدہ اور وظیفہ بھی درود شریف ہے جس سے پہلے ہی روز قرب محمدی ﷺ سے نواز دیا جاتا ہے۔ یہ درود شریف پڑھنے والے کی تربیت روح اقدس ﷺ سے ہوتی ہے یا وہ زیر تربیت حضرت خضر علیہ السلام دے دیا جاتا ہے۔ بدیں وجہ یہ درود خضری کے نام سے بھی موسوم کیا جاتا ہے۔

حضرت میاں شیر محمد نقشبندی مجددی شرقپوری کا اس درود شریف سے وابستگی کا یہ عالم تھا کہ روزانہ پانچ ہزار مرتبہ درود شریف پڑھتے اور پڑھاتے تھے۔ درود شریف پڑھنے والوں کو محبت اور خوشی سے فرشتہ کہتے۔ فرشتے بھی درود شریف کے جھڑے ہوئے نوری پھول ہیں۔ درود خضری یہ ہے۔

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی حَبِیْبِہٖ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلَّمَ

حضرت خضر علیہ السلام نے صاحب درود و سلام صلی اللہ علیہ وسلم سے درود خضری کی اجازت چاہی اور پائی۔

☆ درود خضری کو اگر روزانہ بعد نماز فجر ایک بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے تمام بچوں کو نہار منہ پلا دیا جائے تو بچے فرماں بردار اور نیک ہو جائیں گے اور والدین کا حکم مانیں گے۔ انشاء اللہ۔

☆ حضرت شیخ احمد عبدالجواد رحمۃ اللہ علیہ اپنی کتاب "صلوٰۃ المحبین علی حبیب رب العالمین" میں فرماتے ہیں کہ میں نے خواب میں نبی کریم ﷺ کی زبان مبارک سے درود شریف خضری سنا ہے۔

امراض سے شفاء کیلئے

حضرت حافظ محمد صدیق قادری بانی خانقاہ بھرچونڈی شریف جسمانی تکلیف، مرض کا علاج، مکروہات دنیوی اور ترقی درجات کیلئے درود شریف قدسی (درود خضری) کا کثرت سے ورد فرماتے تھے۔ دس ہزار سنگریزوں کی دو بالٹیاں مسجد کے گوشے میں موجود رہتیں۔ مصیبت زدہ لوگ آتے اور خانقاہ کے فقراء سے درود قدسی (درود خضری) پڑھوا کر دم کراتے تا ہنوز یہی طریقہ جاری ہے اور لوگ شفاء پا رہے ہیں۔

تہجد کے بعد پڑھنے والا درود شریف

حضرت اسماعیل شاہ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ تہجد کی بارہ رکعت پڑھنی چاہیے۔ پہلی رکعت میں پانچ بار اور دوسری رکعت میں تین بار سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز تہجد کے بعد پانچ سو مرتبہ درود خضری پڑھے یہ درود شریف دوزانو ہو کر پڑھنا رب کریم کو بہت پسند ہے اور تہجد ہی دعائے سحر گاہی ہے۔ سبحان اللہ۔

رحمت کے ستر دروازے

حضرت خضر علیہ السلام اور حضرت الیاس علیہ السلام سے روایت ہے کہ ہم نے حضور نبی کریم ﷺ کو منبر پر فرماتے ہوئے سنا کہ جو شخص صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ کہتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے لیے اپنی رحمت کے ستر دروازے کھول دیتا ہے۔

دیدار سے مشرف ہونے کیلئے

حضرت علامہ امام یوسف بن اسماعیل رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ حضرت علامہ سخاوی رحمۃ اللہ علیہ نے روایت کی ہے کہ ایک مرد ملک شام سے آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا کہ میرا باپ بوڑھا ہے اور آپ ﷺ کے پیارے دیدار کا پیاسا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اپنے والد سے کہنا کہ سات ہفتے تک یہ درود شریف پڑھے تو وہ مجھے نیند میں دیکھے گا۔ اس کے والد نے ایسا ہی کیا اور حضور ﷺ کے دیدار سے مشرف ہوا۔ درود پاک یہ ہے:

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ

موسیقی مغربی ماہرین کی نگاہ میں

یہ تو افیون' بھنگ' چرس' شراب اور ہیروئن کی طرح ایک نشہ ہے جو انسان کو وقتی طور پر لذت دیتا ہے اور اسے دنیا و مافیہا سے غافل کر دیتا ہے پھر یہ بھی تو سوچو کہ بہت سارے بگڑے ہوئے نوجوان ہیروئن اور بھنگ اور چرس کو بھی تو غذا جانتے ہیں تو کیا ہم بھی ان کو غذا مان لیں

قرآن مجید میں سورۂ لقمان میں ناچ گانے کی سخت مذمت کی گئی ہے۔ سورۂ لقمان کی ایک آیت کا ترجمہ پیش خدمت ہے۔ ''اور لوگوں میں سے وہ شخص جو خریدتا ہے گمراہ کرنے والی بات کو تاکہ وہ گمراہ کرے (لوگوں) کو اللہ تعالیٰ کے راستے سے جاہلیت کے ساتھ اور پکڑے اس (دین) کو مذاق یہی لوگ ہیں کہ جن کیلئے ذلیل و رسوا کرنے والا عذاب ہے۔'' (لقمان)

امام حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ قرآنی آیت **لھو الحدیث** سے مراد وہ تمام باتیں ہیں جو کہ آدمی کو دین الٰہی سے غافل کر دیتی ہیں مثلاً جھوٹے افسانے وغیرہ خصوصاً ناچ گانا۔''

اکثر بلکہ تمام صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین اور تابعین حضرات رحمۃ اللہ علیہ نے لھو الحدیث کی تفسیر گانا بجانا ہی بیان کی ہے۔

فاحشہ عورت کے ناچ کا نقصان ہندو ڈاکٹر دولت سنگھ کی نظر میں: ایک نہایت بدعادت جس پر عمل جتنے سے سنگ مثانہ ہے' فاحشہ عورت کا ناچ دیکھنے سے پیدا ہوتی ہے اور یہ کئی خوفناک امراض کے سبب کا موجب ہوا کرتی ہے جس سے جسم اور دل و دماغ تباہ ہو جاتے ہیں۔ سر درد' معدہ پر بوجھ' درد قولنج' اپھارہ اور چھاتی میں درد' تمام اعضاء سست ہو جاتے ہیں۔ جس سے مریض کی زندگی تلخ ہو جاتی ہے۔ احتلام' جریان معمول بن جاتا ہے۔ اگر بروقت علاج نہ کرایا جائے تو ہسٹریا' مرگی' دل کی دھڑکن' رعشہ' سکتہ' تشنج وغیرہ ظاہر ہوتے ہیں۔

حضرت قتادہ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں جب شیطان ملعون ہو کر آسمان سے نیچے اتر آیا تو کہنے لگا اے خدا تو نے مجھے ملعون تو بنا دیا ہے اب یہ بتا کہ دنیا میں میرا علم کون سا ہوگا؟ اللہ تعالیٰ نے فرمایا' تیرا علم جادو ہوگا۔ پھر کہنے لگا: میری پسندیدہ آواز کون سی ہوگی؟ اللہ تعالیٰ نے فرمایا گانا بجانا۔ پھر کہنے لگا: میرا پسندیدہ مشروب کون سا ہوگا؟ اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہر نشہ آور چیز تیرا مشروب ہوگا۔

کیا موسیقی روح کی غذا ہے؟

بہت سے خوف خدا سے عاری لوگ بڑی ڈھٹائی سے کہتے ہیں کہ جناب موسیقی روح کی غذا ہے مگر یہ کیسی غذا ہے جسے رسول کریم ﷺ نے ملعون قرار دیا۔ جس سے شہوانیت غالب آتی ہے اور روحانیت مغلوب ہو جاتی ہے۔ جس سے نفاق اور قساوت پیدا ہوتی ہے۔ جس کی وجہ سے ذکر و تلاوت اور عبادت و اطاعت کی لذت ختم ہو جاتی ہے۔ جو مسلمان بیٹیوں کو بے حجاب اور بے حیا بنا دیتی ہے۔ جو انسان کو دینی اور دنیوی ذمہ داریوں سے غافل کر دیتی ہے' یہ تو میرے دوست! نشہ ہے جسے تو غذا سمجھ بیٹھا۔

یہ تو افیون' بھنگ' چرس' شراب اور ہیروئن کی طرح ایک نشہ ہے جو انسان کو وقتی طور پر لذت دیتا ہے اور اسے دنیا و مافیہا سے غافل کر دیتا ہے پھر یہ بھی تو سوچو کہ بہت سارے بگڑے ہوئے نوجوان ہیروئن اور بھنگ اور چرس کو بھی تو غذا جانتے ہیں تو کیا ہم بھی ان کو غذا مان لیں۔ اگر بالفرض موسیقی غذا ہے تو جان لو کہ یہ شیطان اور شیطان کے چیلے چانٹوں کی غذا ہے۔

نقصانات: ناچ گانے کا پہلا اور بڑا نقصان تو یہ ہے کہ اس سے اللہ اور اس کا رسول ﷺ ناراض ہوتے ہیں اور ایک مسلمان کیلئے مسلمان ہونے کی حیثیت سے یہ کوئی چھوٹا نقصان نہیں۔ دوسرا نقصان یہ ہے کہ موسیقی میں انہماک کی وجہ سے انسان مادی اور عارضی لذتوں میں اتنا گم ہو جاتا ہے کہ اسے بسا اوقات نہ دینی ذمہ داریوں کا خیال رہتا ہے اور دنیوی ذمہ داریوں کا وہ باقی تمام معاملات سے غافل ہو جاتا ہے۔ تیسرا نقصان یہ ہے کہ نیکی اور بدی کا امتیاز اٹھ جاتا ہے اور گناہوں کی طرف میلان بڑھ جاتا ہے' پھر یوں بھی ہوتا ہے کہ انسان کے اندر منافقوں والی صفات پیدا ہو جاتی ہیں۔ پانچواں نقصان یہ ہے کہ فحش گانوں کے سننے کی وجہ سے شہوانی جذبات بھڑک اٹھتے ہیں پھر یہ سوچنے کی بات ہے کہ عورت کی آواز میں فطرت نے نزاکت اور کشش رکھی ہے اسی لیے قرآن میں ازواج مطہرات کو حکم دیا گیا ہے کہ کسی غیر محرم کے ساتھ نرم لہجے میں بات نہ کرو اور اسی لیے اسلام میں عورت کی آواز کے بھی پردے کا حکم ہے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

پوشیدہ

اتنا مزہ کہیں نہیں آیا جو رات کے اندھیرے میں معبود حقیقی سے اس کے محبوب کے بارے میں باتیں کرکے آتا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گزشتہ رمضان کا مبارک مہینہ شروع ہوتے ہی مجھ پر اللہ تعالیٰ کی نوازشوں کا سلسلہ جو شروع ہوا وہ اب تک جاری ہے۔ رمضان کے آخری عشرے کی طاق راتوں میں مجھ پر اللہ تعالیٰ کا خاص فضل ہوا' پچیسویں شب سحری کے وقت بیدار ہوئی تو میں درود شریف پڑھ رہی تھی آدھا جاگتے پر مکمل کیا۔ میرے لاشعور میں یہی تھا کہ میں درود شریف پڑھ رہی ہوں آدھا نیند میں اور آدھا جاگتے ہوئے۔ پھر یہ سلسلہ آخری روزے تک جاری رہا۔ رات کو نیند پوری نہ ہونے کے باعث دن میں آنکھ لگ جاتی تو پھر درود شریف پڑھتے ہوئے آنکھ کھلتی۔ ستائیسویں شب آسمان بہت روشن تھا۔ اس رات نہ جانے میرے دل میں کیا آیا کہ میں نے اللہ تعالیٰ سے باتیں کرنی شروع کر دیں۔ اب اس دن سے لیکر آج تک عید گزرے بھی سات آٹھ ماہ ہو چکے ہیں یہ سلسلہ جاری ہے ان لمحات میں مجھ پر کپکپی طاری ہو جاتی ہے۔ میری ان بے ربط باتوں کے دوران اللہ تعالیٰ کی محبت قابل دید ہوتی ہے جب آسمان پر تارے زیادہ روشن ہو جاتے ہیں اور نور کے ہالے دکھائی دیتے ہیں' آسمان مختلف جگہوں سے روشنی بکھیرنے لگتا ہے تو اس وقت مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ ہم عورتیں بہت بولتی ہیں آج تک اپنے ملنے جلنے والوں سے ڈھیروں باتیں کی ہیں ہر تا پک پر بات ہوتی ہے مگر اتنا مزہ کہیں نہیں آیا جو رات کے اندھیرے میں معبود حقیقی سے اس کے محبوب کے بارے میں باتیں کرکے آتا ہے۔ سارا دن سوچتی ہوں رات ہو تو یہ پرکیف لمحات شروع ہوں کیونکہ اس وقت جو ہوا چلتی ہے اس کی ٹھنڈک کچھ الگ طرح کی ہوتی ہے۔ حکیم صاحب میرا نام پوشیدہ رکھا جائے۔

وضو کر کے سونے کے چار فضائل

1۔ اس کی روح بیت اللہ شریف کا طواف کرتی ہے۔
2۔ فرشتے ساری رات اس کیلئے نیکیاں لکھتے رہتے ہیں۔
3۔ جب کروٹ بدلتا ہے تو فرشتے اس کی بخشش کیلئے دعا کرتے ہیں۔ 4۔ جب صبح سو کر اٹھتا ہے تو جو دعا مانگے پوری ہوگی۔ (انشاء اللہ)

اللہ تعالیٰ پوری امت کو اعمال کا سچا جذبہ عطا فرمائے۔ (آمین)

اس ماہ کا دکھی خط

عامل میرے علاج میں ہاتھ نہیں ڈالتے

کرایہ کے مکان میں ہوں' بہت مکان بدل لیے' مکان بے مقصد مالک خالی کروالیتے ہیں میں تو کسی کو کوئی تکلیف نہیں دیتی' مجھے ہر طرف سے رسوائی بے عزتی پہنچتی ہے' میرے اوپر جنات بتاتے ہیں جو کہ پلیت ہیں' قابو میں نہیں آتے' حاضر نہیں ہوتے

محترم حکیم صاحب میں بچپن سے بہت تکلیف میں ہوں' میری یادداشت بھی بہت کمزور رہی ہے' میری عمر 49 سال ہوگئی ہے میرے 6 بچے ہیں۔ پہلی بیٹی وفات پاگئی' دوسری بیٹی کی شادی کی جو کہ 24 سال کی ہے' سننے بولنے سے معذور ہے' اس کی شادی 2007 میں ساجد کے ساتھ کی تھی جو کہ گونگا تھا' چار سال بعد پتہ چلا کہ ساجد حقوق زوجیت ادا نہیں کرسکتا اس سے خلا کورٹ سے لی یہ بربادی ہوگئی۔ غریب کیلئے تو یہ بہت بڑا صدمہ ہے' ایک بیٹا شفیق ہے جو کہ پہلے سنتا بولتا تھا اب سماعت ختم ہوگئی ہے' پسلیوں سے پچھلا حصہ اوپر نیچے ہوگیا ہے' ہر وقت درد تکلیف میں ہے کہتا ہے مجھے تو نے مارا ہے' میری ہڈیاں توڑ دی ہیں' تین سال سے اپنے آپ بولتا رہتا ہے' رات کو بھی نہیں سوتا' ہاتھ پیر چلاتا رہتا ہے' باتیں کرتا رہتا ہے' کہتا ہے میرا علاج کرواؤ' نفسیاتی علاج بھی کروایا' دماغ کا علاج بھی کروا رہے ہیں لیکن فائدہ نہیں ہوتا۔ دن بدن کمزور ہوتا جارہا ہے۔ میرے ایک بیٹے نعیم کے پیٹ میں درد انتہا رہتا ہے' ایک بیٹی کرن بھی تکلیف میں ہے آٹھ ماہ پہلے پھیپھڑے میں ہوا بھر گئی تھی اس کا آپریشن ہوا تھا 5 ماہ کا کورس چلا دوائیاں کھائیں' پھیپھڑے میں ٹیوب ڈالی تھی وہاں ابھی بھی درد ہوتا ہے۔ ذرتی بھی بہت ہے میرے بیٹے اور بیٹی جس کو طلاق ہوئی کی آپس میں لڑائی بدزبانی بھی ہوتی رہتی ہے گھر میں ماتم کدہ بنا رہتا ہے۔

میں نے بہت علاج کروائے فائدہ نہیں ہوتا' بہت سے عامل میرے علاج میں ہاتھ نہیں ڈالتے ایک مولوی صاحب سے علاج کروایا انہوں نے تعویذ دیا پیر میں باندھ کر سونے کا دیا تھا خواب میں مجھے میرے چھوٹے بیٹے سے مار پڑی۔ اس کے بعد میرا چھوٹا بیٹا مجھ سے ایک روپیہ چیز کیلئے لیکر گیا اس کے بعد رات کا ایک بج گیا وہ گھر نہیں آیا میں سارے شہر میں ڈھونڈتی رہی نہیں ملا ایک بجے کے بعد آیا اتنا تھکا ہوا کہنے لگا رستہ بھول گیا تھا پتہ نہیں کہاں گیا تھا؟ اس کے بعد سے بہت بگڑ گیا ہے' ہر وقت پیسے دیدو' جو کہے اس کو دلادو ورنہ مار پیٹ توڑ پھوڑ گھر کا سامان توڑ دیا' چوری کرنا' غلط لڑکوں کے ساتھ رہنا' نشے کرنا' گٹکے چھالیہ کھانا' ہر وقت منہ بھرا ہوتا ہے' عمر ابھی صرف پندرہ سال ہے۔ کئی سال سے علاج کیلئے ایک بھائی سے رابطہ ہے جو فی سبیل اللہ قرآن سے علاج کرتے ہیں۔ بہت بڑے تاجر ہیں۔ قرآن پاک کی سورتیں پڑھنے کو دیتے ہیں' تعویذ دیتے ہیں پانی میں ڈال کر سورتیں دم کرکے دیتے ہیں جس سے مجھے اور میرے بچوں کو وقتی فائدہ ہوتا ہے بعد میں پھر وہی حال ہوتا ہے۔

کرایہ کے مکان میں ہوں' بہت مکان بدل لیے' مکان بے مقصد مالک خالی کروالیتے ہیں میں تو کسی کو کوئی تکلیف نہیں دیتی' مجھے ہر طرف سے رسوائی بے عزتی پہنچتی ہے' میرے اوپر جنات بتاتے ہیں جو کہ پلیت ہیں' قابو میں نہیں آتے' حاضر نہیں ہوتے' اس تاجر بھائی نے بہت کوشش کی میرے لیے لیکن وہ کامیاب نہیں ہورہے۔ میں کیا کروں؟ بہت دکھی ہوں اب تو بہت تھک گئی ہوں۔ اس تاجر بھائی نے مجھے اپنے چھوٹے بیٹے کیلئے سورۂ نور ایک ماہ پڑھنے کیلئے دی آج ایک ماہ ہوگیا ہے اور بیٹے میں کافی تبدیلی بھی واقع ہوئی ہے۔ میرا چھوٹا بیٹا جب بھی بگڑتا ہے تو مجھے مارنے لگتا ہے۔ میں نے عبقری میں دیئے ہوئے عمل بھی کافی کیے ہیں جن سے وقتی فائدہ ضرور ہوتا ہے لیکن کچھ عرصے بعد پھر حالات ویسے ہی ہوجاتے ہیں۔

میری حالت اتنی کمزور ہے کہ میرے دونوں ہاتھوں کے کلائی کے انگوٹھے کے اوپر ہڈی میں اتنا درد ہے کہ استنجا کرتے ہوئے یا نہاتے ہوئے بہت تکلیف ہے' علاج بھی کروا رہی ہوں فرق نہیں ہے درد میں اب تو کندھے بھی اترے جیسے ہوتے ہیں بہت درد ہے۔

میرے چھوٹے بیٹے نے مجھے مار مار کر بہت کمزور کردیا ہے' پیسے دینے کیلئے منع کردوں تو مار پیٹ پر اتر آتا ہے۔ دس پندرہ دن پہلے کان پر تھپڑ مارا کہ میرا کان کا پردہ پھٹ گیا' درد' سوجن ہے' تیز آواز سے کان میں شائیں شائیں ہوتی ہے۔ دماغ سن ہوجاتا ہے' ہاتھ پیر سن ہوجاتے ہیں۔ چلتے ہوئے یا سیڑھیاں چلتے سے دل حلق میں آجاتا ہے' دل کی سائیڈ درد ہوتی ہے جو کہ پورے ہاتھ میں ہوتا ہے' گردن میں درد' سوتے میں بھی سکون نہیں ہوتا۔ حکیم صاحب میں کرایہ کے مکان میں ہوں' مالک خالی کرانے کا کہہ چکے ہیں' ٹائم دیدیا ہے' میں بہت پریشان ہوں' اپنے ذاتی گھر میں رہنا چاہتی ہوں' کرایہ پر رہ رہ کر تھک گئی ہوں' جہاں رہتی ہوں مالک مکان خالی کروالیتے ہیں' بھٹک رہی ہوں۔ اللہ تعالیٰ اپنا فضل کردے مجھے چھڑالے میری نسلوں کو بچالے تمام عالم اسلام کو بچالے (آمین) مجھے دین اور دنیا میں سرخرو کردے مجھے دنیا اور آخرت میں کامیاب کردے اب فیصلہ اللہ کی مدد سے آپ اللہ کے نیک بندوں کو کرنا ہے میری راہنمائی فرمائیں۔

حکیم صاحب میں نے ایک پلاٹ لیا ہے' راولپنڈی میں ساڑھے 3 لاکھ کیش دیئے ہیں ایک لاکھ کا چیک دیا ہے۔ پراپرٹی ڈیلر نے پہلے ایک پلاٹ دکھایا دوسری دفعہ کہنے لگا یہ دیا ہوا ہے مسجد کے سامنے سے ناپ کردے دونگا اب وہ بھی نہیں دے رہا اب کہتا ہے کسی اور جگہ دے دوں گا۔ جب میں کوئی بات کروں تو کہتا ہے تمہیں وہ جگہ پسند نہ آئے تو پچاس ہزار زیادہ دے دونگا۔ یہ کیا مسئلہ ہے؟ خدا کیلئے میری رہنمائی فرمائیں۔ **(قارئین ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)**

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

مایوس' لاعلاج' بے اولاد ازدواجی جوڑے کہ جن کے مردوں میں نقص ہو ان کیلئے حکیم صاحب کی طرف سے دم کیا ہوا شہد کلام الٰہی کے فیضان سے معطر قیمتی تحفہ۔ تفصیلات کیلئے عبقری کے دفتر خط مع جوابی لفافہ بھیج کر ایک بروشر منگوائیں جس میں آپ کو عام ملنے والی سستی سبزی کا حیرت انگیز استعمال کہ جس سے اب تک بے شمار جوڑے اولاد نرینہ کی دولت سے فیض یاب ہوچکے ہیں اور اس بروشر میں موجود سالہا سال سے آزمودہ روحانی عمل کا تحفہ کہ اس روحانی عمل کی تاثیر آج تک کبھی خطا نہیں گئی۔ ساری دنیا پھر کر تھک ہار کر آنے والوں نے بھی جب یقین اور اعتماد سے اس کو اپنایا اللہ تعالیٰ نے ان کے آنگن کو اولاد نرینہ کی دولت سے ہرا بھرا کردیا۔ شہد ہمراہ لائیں ورنہ عبقری کے دفتر سے خرید لیں۔ باقی تفصیلات اور روزانہ استعمال کیلئے ایک مختصر دوائی شہد کے ہمراہ ملے گی۔ نوٹ: دم کیلئے وقت لینے کی ضرورت نہیں بس آپ شہد دے جائیں اور چند دنوں بعد دم کیا ہوا شہد لے جائیں۔ مرض کی نوعیت کے مطابق کم از کم 3، 5 یا 6 ماہ استعمال کریں۔ (حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی عفا اللہ عنہ)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد بِسْمِ اللّٰہِ اَوَّلَہٗ وَاٰخِرَہٗ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ "آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حضرت صاحب السلام علیکم! میں نے کچھ عرصہ پہلے مراقبہ شروع کیا۔ چند دن بعد ہی مجھے مراقبے کا سلیقہ آ گیا' آپ کو اپنی کیفیات لکھ رہی ہوں' میں پہلے آسمان پر گئی ہوں' میں نے پھر دیکھا کہ آسمان سے ہلکے سنہری رنگ کی روشنی روضہ اقدس ﷺ کی طرف بڑھ رہی ہے اور روضہ اقدس سے بہت سی شعاعیں نکل رہی ہیں اور روضہ اقدس ﷺ بہت روشن اور چمکدار ہو گیا ہے۔ وہاں سے وہ روشنی میرے دل پر بھی پڑ رہی ہے اور دل کی دھڑکن کے ساتھ وہ روشنی میرے پورے جسم میں پھیل رہی ہے۔ میرے دل پر بہت زور پڑ رہا ہے اور ہر دل کی دھڑکن کے ساتھ لفظ اللہ اللہ اللہ نکل رہا ہے اور وہ روشنی مجھے اوپر کی طرف لے جا رہی ہے اور مجھے ایسا لگ رہا ہے واقعی مجھے ساری زمین اور لوگ نیچے نظر آرہے ہیں (جیسے عموماً جہاز پر بیٹھے نظر آتا ہے) بالکل ویسے ہی زمین نظر آرہی تھی اور میں مسلسل اوپر کی طرف بڑھ رہی ہوں۔ جوں جوں آسمان کی طرف بڑھتے گئی ہوں ہلکے ہلکے بادل بننا شروع ہو جاتے ہیں پھر ایسا لگتا ہے جیسے سفید بادل بہت گہرے میرے پاؤں کے نیچے ہیں اور میرے سامنے ایک الگ جہان ہے جو میں نے پہلے کبھی نہیں دیکھا۔ غالباً یہی پہلا آسمان ہے میں نے وہاں قدم بڑھانا شروع کیے ہر طرف عجیب لوگ نظر آرہے تھے جو نہ کسی سے بات کرتے تھے نہ کچھ کھاتے پیتے تھے۔ نہ ہی بیٹھتے اور سوتے تھے بس سب ایک قطار باندھے کھڑے تھے۔ ان سب نے ایک لباس پہنا ہوا تھا سفید لمبا اور کھلا (جو کہ عرب کے لوگ پہنتے ہیں) ان لوگوں کے ہاتھ بلند تھے سب دعا مانگ رہے تھے۔ ان لوگوں کے سفید بڑے بڑے پر بھی تھے۔ ان لوگوں سے ہٹ کر ایک اور فرشتہ نما انسان کھڑا تھا جو کہ ان سب سے بڑا تھا اور ان کے بھی پر تھے اور یہ بھی آسمان کی طرف ہاتھ بلند کر کے دعا مانگ رہے ہیں یہ اتنے بڑے ہیں کہ اس پہلے آسمان پر کھڑے ہیں اور بہت اوپر دوسرے آسمان پر ان کا سر ہے۔ غالباً یہ سب فرشتے ہی ہیں جو کہ اللہ کی حمد بیان کر رہے ہیں میں غور سے ان کی دعا سنتی ہوں جو یہ کہہ رہے تھے:۔

سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ

میں کافی دیر انہیں اسی انداز میں کھڑے اور یہی تسبیح کرتے دیکھ رہی تھی پھر میرا دھیان ختم ہوا میں پھر سو گئی۔

حکیم صاحب! میں نے دوسرے دن پھر مراقبہ کیا اس کا حال بتا رہی ہوں۔ اس مراقبے میں اسی طرح ہلکے سنہرے رنگ کی روشنی آسمان سے آرہی ہے اور روضہ اقدس ﷺ پر پڑ رہی ہے روضہ اقدس ﷺ اس روشنی سے روشن ہو گیا ہے۔ وہاں سے وہ روشنی میرے دل پر پڑ رہی ہے اور پورے جسم پر پھیل رہی ہے۔ اس روشنی سے میرا دل اللہ اللہ کر رہا ہے۔ یہ روشنی مجھے دوسرے آسمان پر لے کر جا رہی ہے۔ میں نے وہی دیکھا کہ میرا جسم ہوا میں اڑ رہا ہے اور روشنی مجھے بہت اوپر لے جا رہی ہے اوپر جاتے ہی پہلا آسمان آیا جہاں سب فرشتے اللہ کی حمد کے ساتھ تسبیح بیان کر رہے ہیں پھر وہ روشنی مجھے اور اوپر لے کر جا رہی ہے۔ جاتے جاتے اچانک سفید روشنیاں ہر طرف پھیل جاتی ہیں۔ سفید چادر نما پردے ہٹنے لگتے ہیں اور الگ جہاں میرے سامنے ہوتا ہے۔ وہاں بہت لوگ تھے جو کہ اسی مراقبے میں شامل تھے۔ جن میں خواتین اور مرد بھی تھے وہ عجیب جہان تھا۔ سب مرد اور خواتین اس عجیب جہان میں کھو جاتے ہیں میں بھی آگے بڑھتی ہوں اور طرح طرح کے عجائبات دیکھ کر حیران ہو رہی ہوتی ہوں۔ اچانک میری آنکھوں کے سامنے ایک بہت بڑا دروازہ آتا ہے جو کہ مکمل سونے کا بنا ہوتا ہے اور اس میں بڑے بڑے موتی اور طرح طرح جڑے ہوتے ہیں۔ میں اس دروازے کی طرف بڑھتی ہوں۔

میرے ساتھ بہت کم خواتین اور مرد ہوتے ہیں باقی سب اس عجیب جہان میں کھوئے ہوتے ہیں ہم چند لوگ اس دروازے کے پاس جاتے ہیں وہاں ایک دربان کھڑا ہوتا ہے۔ وہ ہمیں روکتا ہے اور پوچھتا ہے آپ کون ہیں کہاں سے آئے ہیں اور کہاں جانا ہے۔ ہم چپ ہوتے ہیں اچانک کہیں سے آواز آتی ہے کہ دروازہ کھول دو انہیں اندر آنے دو یہ سلسلہ قادری ہجویری سے ہیں۔ پھر وہ بڑا دروازہ کھلتا ہے ہم اس دروازے سے اندر جاتے ہیں وہاں فرشتوں کی بہت بڑی جماعت لائن میں کھڑی ہوتی ہے جیسے سکول میں صبح اسمبلی کے وقت بچے لائن میں کھڑے ہوتے ہیں ویسے لائنیں بنا کر فرشتے دور دور تک وسیع میدان میں کھڑے تھے اور اللہ کی تسبیح بیان کر رہے تھے ہم بھی فرشتوں کی اس لائن میں کھڑے ہو جاتے ہیں اور ان کے ساتھ مل کر اللہ کی حمد بیان کرتے ہیں۔ ان فرشتوں کے ساتھ حمد و ثناء کرتے ہیں۔ مراقبے کے بعد مجھے عجیب سی روحانی تازگی محسوس ہوئی۔ (ص، ز۔ لاہور)

ہر بیماری و پریشانی کا آخری علاج

ایک ایسا مریض جس کے بارے میں ڈاکٹر صاحبان کہتے ہیں کہ اسے بیماری ہے اور عاملین حضرات کہتے ہیں کہ اس پر اثرات ہیں جس سے مریض اور اس کے لواحقین پریشان ہوتے ہیں کہ کس کی بات مانیں۔ ڈاکٹروں کی یا عاملوں کی۔ چنانچہ وہ عمل ملاحظہ ہو۔ پہلے دو رکعت نفل برائے حاجت پھر دو نفل برائے قبولیت' پھر گیارہ مرتبہ درود شریف پھر 1001 مرتبہ سورۂ کافرون مع بسم اللہ یہ عمل سات دن کریں۔ یوں سات ہزار مرتبہ سورۂ کافرون پڑھی جائیگی۔ یہ شہد' سرسوں کا تیل' پانی اور مریض پر دم کریں' شہد اور پانی ملا کر مریض کو پلائیں اور تیل کی مالش کرائیں' انشاء اللہ مریض کو بہت جلد افاقہ ہوگا' اس تیل و شہد اور پانی میں سورۂ کافرون کی برکت سے ایسی تاثیر پیدا ہوگی کہ اگر سخت جادو جنات ہو جس سے عامل عاجز آچکے ہوں یا ایسی بیماری جو لاعلاج ہو یا بیماری کا پتہ نہ چلتا ہو یا دوا موثر نہ ہو یا کسی بھی صورت میں مریض کو آرام نہ آتا ہو تو ان تمام صورتوں میں یہ عمل کیا جائے تو مریض انشاء اللہ شفایاب ہوگا۔ (محمد ابوبکر قاسمی' ملتان)

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد مجالس مجذوبیؒ کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد و تجربات لکھیں صدقہ جاریہ ہوگا۔

سورۃ النحل سے مالی مشکلات ٹل گئیں

جب میں 3 سال پہلے درس پر آنا شروع ہوا تو مجھے بہت زیادہ پریشانیاں اور مالی مشکلات تھیں۔ یہاں آکر بہت روحانیت ملی اور حضرت صاحب نے مجھے سورۃ النحل کا ذکر بتایا، جس سے میری مالی مشکلات ٹل گئیں اور معاملات حل ہونا شروع ہوگئے۔ درس کی برکت سے میں اعمال کی دنیا میں آگیا اور بیعت ہونے کی سعادت بھی حاصل کی، اس سے قبل میرا کاروبار بالکل بند تھا، لیکن درس کی حاضری سے اور کلام الٰہی سے کاروباری وسعت و برکت ملی۔

سورۃ النحل ہر موذی صفت رکھنے والی چیز سے چھٹکارا پانے کے لیے بھی بہت مجرب ہے، خواہ وہ موذی بیماری ہو یا جانور بعد نماز عشاء، تین سو تیرہ مرتبہ چالیس روز تک پڑھنے سے انشاء اللہ بلڈ پریشر شوگر جیسی بیماریوں سے چھٹکارا مل جائیگا۔ (ندیم صاحب)

پریشانی ٹل گئی

ایک صاحب بتانے لگے کہ حضرت جی آپ نے درس میں بتایا تھا کہ جب بھی کوئی پریشانی ہو عشاء کی نماز کے بعد مسجد میں یا گھر میں ننگے سر ہو کر کھلے آسمان کے نیچے" **یَا مُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ سَبِّبْ لِیَ الْخَیْرَ**" پڑھیں آپ نے یہ عمل بتایا تھا، ہمارے ایک دوست بھائی نوید صاحب احمد پور میں تھے وہ ریڑھی لگاتے تھے، حکومتی ادارے نے بازار میں سے ریڑھیاں ہٹوادیں انہوں نے 700 مرتبہ یہ دعا اول و آخر درود شریف گیارہ، گیارہ بار چالیس روز عشاء کی نماز کے بعد ننگے سر، کھلے آسمان کے نیچے پڑھی وہ کہتے ہیں کہ میں اس عمل کی وجہ سے مالی طور پر بہت زیادہ خوشحال ہوا اور انہوں نے آپ کی خدمت میں سلام بھی بھجوایا ہے۔

غیبی مدد اور سہولت کا سامان

میں نے سب سے زیادہ جس عمل کا فائدہ پایا وہ سورۃ یٰسین کا ہے، اس عمل کو اہتمام کے ساتھ فجر کی نماز کے بعد بغیر بولے پڑھتا ہوں، سارے دن کے جتنے کام ہیں اللہ پاک اس میں بہت زیادہ برکت، غیبی مدد اور سہولت کا سامان پیدا کر دیتا ہے۔ صبح فجر کے بعد ایک دفعہ پڑھنے والے کی دن بھر کی تمام حاجات پوری ہوتی ہیں۔ (عبدالودود صاحب)

(حضرت جی نے فرمایا "یہ سورۃ قرآن کا دل ہے"۔ "سورۃ یٰسین پڑھنے والے کو دس قرآن ختم کرنے کا ثواب ملتا ہے"۔ (ترمذی شریف) "اس سورۃ کو مردوں پر پڑھنے کا حکم فرمایا گیا ہے"۔) (نسائی)

باتھ روم کی دعا اور ڈپریشن سے نجات

میں طہارت خانے (باتھ روم) جانے کی دعا 3 سال سے پڑھ رہا ہوں، اس سے قبل بہت زیادہ پریشانی اور تھکاوٹ رہتی تھی ذہنی ڈپریشن رہتا تھا، لیکن اس کے اہتمام کے بعد ذہنی طور پر پرسکون رہتا ہوں اور جسم بھی ہلکا سا محسوس ہوتا ہے۔ (محمد بلال)

(حضرت جی نے فرمایا کہ بیت الخلاء کی مسنون دعا یہ ہے: "**اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ**"

حدیث پاک میں ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ ان بیت الخلاؤں میں شیاطین موجود ہوتے ہیں (ابوداؤد)۔ جب کوئی شخص یہ دعا پڑھ لیتا ہے تو وہ ان شیاطین و جنات سے محفوظ ہو جاتا ہے۔)

سفر کی حفاظت کا وظیفہ

میں 11 مرتبہ "**یَا حَفِیْظُ**" اور گھر سے نکلنے کی مسنون دعا اور قرآن پاک کی آخری 6 سورتوں کا اہتمام سفر شروع کرتے ہوئے کرتا ہوں، الحمدللہ اس کی برکت سے نہایت فائدہ ہوا ہے اور کبھی بھی نقصان نہیں ہوا۔ ایک توجہ پر حضرت کا جو بیان تھا، اس دن میں نہیں آیا تھا بہن ہسپتال میں تھی، میں نے سوچا پریشانی ہے، حضرت نے توجہ پر بیان فرمایا تھا کہ توجہ سے ذکر کرنا چاہیے، اللہ پاک کے فضل سے بہت عافیت ہوگئی۔ (محمد بلال)

کمر کے مہروں کے درد میں کمی

ایک صاحب بتاتے ہیں کہ ہمارے گھر میں کام کرنے والی آتی ہے، اس کے شوہر کی کمر کے 7 مہرے مل گئے ہیں وہ مسلسل چارپائی پر لیٹے رہتے ہیں اور کام کاج نہیں کر سکتے، وہ رات کو درد کی شدت کی وجہ سے نہ تو خود سو سکتے ہیں اور نہ ہی گھر والوں کو سونے دیتے ہیں اور غلیظ گالیاں بکتے ہیں۔ میں نے انہیں صبح و شام دائیں اور بائیں کان میں سات، سات مرتبہ اذان اور سورۃ المومنون کی آخری چار آیات والا عمل بتایا، انہوں نے شروع ہی کیا تو وہ پرسکون ہوگئے۔ اب خاموشی سے لیٹے رہتے ہیں اور کسی کو تنگ نہیں کرتے اور کل رات وہ مریض اس عمل کی برکت سے سکون سے سویا ہے۔ (راشد فہیم صاحب)

گمشدہ بچے مل گئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں ضلع سرگودھا سیال موڑ کے قریب رہتا ہوں پچھلے ہفتے کا واقعہ ہے کہ ہمارے گاؤں کے ایک گھر کے دو لڑکے غائب ہوگئے (گم ہوگئے) میں نے ان سے فون پر پوچھا اور انہیں سورۂ کوثر کا عمل بتایا اول و آخر سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ 129 مرتبہ سورۂ کوثر کا عمل کریں، انہوں نے کہا کیا چلتے پھرتے دن بھر کھلا بھی پڑھنا ہے، صبح و شام کے علاوہ وہ بھی کرنا ہے؟۔ میں نے کہا: ہاں! چلتے پھرتے بھی کھلا پڑھیں، یعنی ایک سوا لاکھ مکمل کریں، انہوں نے ابھی شروع ہی کیا تھا کہ ایک بچہ ملا اور دوسرا بچہ دوسرے دن مل گیا یہ سب کلام الٰہی کی برکت ہے۔

ذکر الٰہی سے مسائل حل ہوگئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ ایک عورت کی بیٹی بے آباد ہو کر اس کے گھر واپس آگئی عورت بہت زیادہ پریشان تھی کیونکہ اس کا داماد باہر کے ملک امریکہ میں مقیم تھا اور بہت دولت مند اور خوبصورت بھی تھا، لیکن اس کی بیٹی کو واپس بھیج دیا تھا۔ میں نے اسے حضرت حکیم صاحب کے پاس بھیج دیا، حضرت نے اسے ذکر دیا۔ اس نے پڑھنا شروع کر دیا چند دن بعد ملی اور بتایا کہ اس کا داماد خود آکر اس کی بیٹی کو واپس لے گیا ہے۔ وہ ذکر وہ انمول خزانے کا تھا، اس کو انہوں نے نہایت ہی توجہ و دھیان سے پڑھا۔ جس پر اللہ پاک نے ان کا نہایت ہی پریشان کن مسئلہ آسان کر دیا۔ (عبدالودود صاحب)

سخت مقدمات سے نجات مل گئی

حضرت صاحب ایک مرتبہ جہانیاں تشریف لے گئے تھے، حضرت نے مجھے ایک عمل کی اجازت دی وہ ذکر تھا (**لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ**) میرے ایک دوست نمبردار تھے فوت ہوگئے ان کے بچوں پر ناجائز 12/10 مقدمات ہوگئے وہ 2 ماہ بعد مٹھائی کا ڈبہ ہاتھ میں لے کر آئے اور کہا کہ آپ نے جو ذکر بتایا تھا، اس کی برکت سے ہمارے مقدمات ختم ہوگئے ہیں۔

میں نے یہ عمل کیا اور لوگوں کو بھی بتایا۔ ایک عورت میرے پاس آئی کہنے لگی: میرا شوہر میری طرف رجوع نہیں کرتا وہ

دوسری شادی کرنا چاہتا ہے۔ میں نے اسے یہی عمل بتایا اور کہا کہ نماز کی پابندی کرو، وہ عورت 2 ماہ کے بعد واپس آئی اور کہا کہ اب میرا شوہر ٹھیک ہو گیا ہے اور ہم ہنسی خوشی زندگی گزار رہے ہیں۔ یہ عمل میں نے کئی اور لوگوں کو بھی بتایا اور ان کو اس عمل سے بہت ہی فائدہ ہوا۔

مزید بتانے لگے ہمارے یہاں کے ایک مولانا صاحب پر دہشت گردی کا جھوٹا مقدمہ ہوا، ان کے مخالفین کہتے تھے، اب یہ مولوی نہیں بچے گا، انہوں نے حضرت سے رابطہ کیا حضرت نے (**لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ**) کا ذکر بتایا وہ یہ ذکر کرتے رہے انہوں نے خود کو عدالت میں پیش کیا کیونکہ وہ مفرور تھے اور ایک ہی ماہ میں اس ذکر کی برکت سے بری ہو کر گھر آ گئے۔ (**صوفی حاجی جاوید صاحب، جہانیاں**)

ذکر کا طریقہ یہ ہے کہ ہر پل ہر سانس اس وظیفے کو پڑھا جائے اپنا مقصد ذہن میں رکھ کر پڑھا جائے اور سوالاکھ کا ختم کیا جائے اسکے بعد عمل کی تاثیر برقرار رکھنے کے لیے ایک، ایک تسبیح صبح وشام پڑھی جائے۔

جسمانی درد اور جنات سے حفاظت

میں ایک وکیل ہوں میں نے ایک عمل کا مشاہدہ کافی عرصے سے کیا ہے یہ راز داری کا عمل ہے اور کافی لوگوں کو فائدہ ہوا ہے، وہ عمل یہ ہے۔ **یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَارَقِیْبُ، یَا وَکِیْلُ، یَا نَاصِرُ، یَا بَصِیْرُ، یَا اَللّٰہُ، یَا اَللّٰہُ، یَا اَللّٰہُ** کسی بھی قسم کی درد ہو اسے روزانہ گیارہ مرتبہ پڑھنے سے وہ درد بھی اور اس کی وجہ بھی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر جنات حاضر نہ ہو رہے ہوں یا اڑی کر رہے ہوں تو 21 مرتبہ پڑھ لیں ان کی اڑی ختم ہو جاتی ہے اور اگر کسی مریض نے خود دیکھنا ہو کہ اس کے ساتھ کیا معاملہ ہے تو یہ پڑھ کر 101 مرتبہ اول و آخر درود شریف تین دفعہ اپنے اوپر پھونکے، وہ خود دیکھ لیتا ہے کہ کیا معاملہ ہے۔ (یہ تاثیر عام طور پر عامل حضرات کو حاصل ہوتی ہے) (**صہیب ہاشمی، گوجرانوالہ**)

رشتے اور جسمانی مسائل کا حل

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں کالج میں ٹیچر ہوں، طالب علم کچھ پوچھتے ہیں کہ پڑھنے کیلئے بتائیں۔ میں اکثر دو انمول خزانے لے جا کر دیتا ہوں۔ ایک طالب علم بتاتا ہے کہ میری والدہ کو جوڑوں کا درد تھا وہ ختم ہو گیا ہے، ہماری اور بھی کئی مشکلات حل ہو گئی ہیں۔ ایک بچی کہہ رہی تھی کہ دو انمول خزانے کی برکت سے اس کا رشتہ بہت اچھی جگہ پر ہو گیا اس کے بہت زیادہ فوائد و فضائل سامنے آئے ہیں۔

مسنون دعا کی برکت سے آسانی

حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی مسنون دعا ہے **لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْعَظِیْمُ الْحَلِیْمُ' لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْحَلِیْمُ الْکَرِیْمُ' لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ' لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْکَرِیْمِ۔**

میری بہن اسلام آباد میں رہتی ہیں، ان کے بچوں کی شادی کینیڈا ہو گئی وہ کینیڈا چلی گئیں کینیڈا اور امریکہ کے درمیان دریا پر پل ہے، جوان کا بارڈر ہے وہاں پرویزے کی چیکنگ ہوتی ہے۔ بچوں نے امریکہ جانا تھا انہوں نے کہا: آپ ہمارے ساتھ چلیں! ان کو کچھ مشکلات درپیش تھیں، وہ یہ مسنون دعا پڑھتی ہوئی گئیں اور پورا امریکہ گھوم کر آ گئیں انھیں کوئی مشکل پیش نہیں آئی۔ (**انیس خان صاحب**)

دودھ نہ پینے والے بچے کا عمل

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں ایک مرتبہ جب درس سے واپس گیا تو میری پوتی دودھ نہیں پی رہی تھی، میں نے سورۂ فاتحہ 1 مرتبہ، آیت الکرسی 1 مرتبہ، "**الم**" سے "**مفلحون**" تک 1 مرتبہ (سورۂ بقرہ 1 تا 5)، آخری تین قل 1 مرتبہ، اول و آخر درود شریف 3،3 مرتبہ پڑھ کر دم کیا۔ اس نے دودھ پینا شروع کر دیا آج آنے سے قبل وہ پھر دودھ نہیں پی رہی تھی، میں نے یہی عمل کر کے دوبارہ دم کیا تو اس نے دودھ پینا شروع کر دیا۔

قبولیت کی گھڑی اور دعا

اللہ نے مجھے بیٹا دیا یہ دو یا تین سال قبل کا واقعہ ہے ڈاکٹروں نے کہا: اس کے گردے بڑھے ہوئے ہیں۔ میں بہت پریشان ہوا کہ یہ تو سخت معاملہ ہے، پہلے تو خاندان میں ایسا معاملہ کبھی نہیں ہوا۔ میں نماز فجر کے وقت حضرت کے پاس آیا حضرت نے دعا کی اور کہا: کچھ بھی نہیں ہے، صبح جب الٹرا ساؤنڈ کروایا تو بالکل ٹھیک تھا کچھ بھی نہیں تھا۔ یہ سب دعا کی برکت ہے۔ (**ڈاکٹر طارق صاحب، لاہور**)

پانی سے معدہ کی شفاء

ایک صاحب بتانے لگے کہ دو ماہ ہو گئے میرے معدہ میں تیزابیت بہت زیادہ تھی میں نے وضو کے بعد تین گھونٹ پانی پینا شروع کیے اور نیت یہ کی کہ میرے معدے کی تیزابیت ختم ہو جائے، اللہ کا شکر ہے میں نے نیت کی تھی اور معدے کی تیزابیت ٹھیک ہو گئی۔ اسکی وجہ یہی تھی کہ جیسا بندہ اللہ پاک سے گمان کرتا ہے اللہ پاک ویسا فیصلہ فرما دیتے ہیں۔

(حضرت جی نے فرمایا اے اللہ والو! وضو کے دینی فوائد تو مسلم ہیں ہی لیکن آج کی طب جدید بھی وضو کے معجزانہ کمالات کو تسلیم کر چکی ہے۔ وضو انسانی جلد کو نرم رکھتا ہے جس کی وجہ سے سورج سے نکلنے والی نقصان دہ شعاعیں کم اثر کرتی ہیں۔ اسی طرح وضو بہت سے کیمیاوی مواد کو جو مضر صحت ہوں ان کو جلد انسانی میں سرایت کرنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ گویا وضو روز مرہ زندگی میں جراثیم کے خلاف بہت بڑی ڈھال ہے۔ ایک ماہر قلب کہنے لگے میرا بار ہا کا مشاہدہ ہے کہ ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو وضو کرا کر پھر اس کا بلڈ پریشر چیک کرو لازمی کم ہوگا۔ وضو نفسیاتی امراض کے خاتمے کا ایک بہترین نسخہ ہے۔ مغربی ماہرین نفسیات، نفسیاتی مریضوں کو روزانہ کئی بار وضو کی طرح پانی بدن پر لگواتے ہیں۔

(Q.M.C) کے ڈاکٹر فاروق احمد صاحب نے اپنی ریسرچ بیان کی ہے کہ جو شخص وضو کا بچا ہوا پانی پیئے گا تو اس کا پہلا اثر مثانے پر پڑتا ہے اور خوب کھل کر پیشاب آتا ہے اور پیشاب کی رکاوٹ کم ہو جاتی ہے (2) ناجائز شہوت ختم کرنے کے لیے اور قطرات پیشاب کے لیے میرا آزمودہ ہے (3) جگر معدے اور مثانے کی گرمی اور خشکی کے لیے شفاء کا ضامن ہے۔ اے اللہ والو! یہ وضو ہے اور اس کے بچے پانی سے بیماریاں دور ہونے کی یہ سائنٹفک وجوہات ہیں۔) **مجالس مجذوبی میں بیان کیے گئے لوگوں کے حیرت انگیز واقعات کتابی شکل "مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات" کی جلد اول میں شائع ہو چکے ہیں۔ آج ہی عبقری کے دفتر** سے طلب کریں۔

برائے گلٹیاں، رسولیاں، بریسٹ کینسر و ورم وغیرہ

یہ ایک انتہائی مجرب اور مایہ ناز عمل ہے اور یہ بھی وہ تیر ہے جس کا نشانہ کبھی خطا نہیں گیا۔ عمل یہ ہے:۔ تین گول پتھر لیں، درمیانے سائز کے اخروٹ جتنے یا گلٹی رسولی جتنے ہر ایک پر تین مرتبہ یہ کلمات لکھیں:۔ **بِسْمِ اللّٰہِ یَشْفِیْکَ وَاللّٰہُ یَکْفِیْکَ مِنْ کُلِّ دَآءٍ یُؤْذِیْکَ** اور ہر پتھر پر تین دفعہ یہ لکھنے کے بعد **وَصَلَّی اللّٰہُ تَعَالٰی عَلٰی خَیْرِ خَلْقِہٖ مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ اَجْمَعِیْنَ** بھی لکھیں۔ صبح و شام ایک پتھر رسولی یا ورم پر پھیریں ایک پتھر سات دن استعمال کرنے کے بعد نہر، دریا یا بہتے ہوئے صاف پانی میں بہا دیں۔ پھر دوسرا پتھر استعمال کرنا شروع کریں پھر اس کو بہا کر تیسرا پتھر استعمال کریں۔ یہ عمل کل 21 دن کا ہوگا۔ عمل کے دوران بکثرت **لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ** پڑھنی چاہیے۔ انشاء اللہ 21 دن میں شفاء ہوگی۔ اگر پتھر پر سورۂ فاتحہ [illegible]

(**صہیب ہاشمی، گوجرانوالہ**)

ٹانسلز اور دائمی نزلہ سے کلی نجات

آپریشن کروانے کیلئے میری بچی نے انکار کر دیا لیکن میری بچی کو جس قدر تکلیف تھی میں وہ دیکھ نہیں سکتی تھی۔ اللہ کی قدرت کہ راقمہ یہی سوچتی رہی کہ میرے مولا تو نے بیماری دی ہے تو انشاء اللہ اس کا تو نے علاج بھی دیا ہے۔

(ام ابوذر بہاولنگر)

ٹانسلز بہت تکلیف دہ مرض ہے اور یہ وبا اس قدر عام ہے کہ ننھے معصوم بچوں کو بے حد تکلیف کا سامنا ہے۔ ٹانسلز کے ساتھ ہی بخار ہوجاتا ہے۔ پس (Pus) گلے کے اندر ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے دواؤں کے ساتھ انجکشن لگوانے پڑتے ہیں۔ ہر چیز کا پرہیز الگ سے ہوتا ہے حتیٰ کہ گرمیوں میں بھی ٹھنڈا پانی نہیں پی سکتے۔

میری بچی تقریباً چار سال اس مرض کا شکار رہی۔ پیسہ تو علاج پر خرچ ہوتا ہی تھا لیکن اس بیماری میں جس قدر تکلیف اور پرہیز کروانا ہوتا ہے اس اذیت سے ماں اور بچہ دونوں گزرتے ہیں۔

اس خطرناک مرض کی اذیت وہی جانتے ہیں جو اس سے گزرتے ہیں۔ میری بچی کو جب ڈاکٹرز نے کہہ دیا کہ اب تو اس کا علاج صرف گلے کا آپریشن ہی ہے لیکن تاحیات ٹھنڈی چیزوں کا پرہیز کرنا ہے۔

آپریشن کروانے کیلئے میری بچی نے انکار کر دیا لیکن میری بچی کو جس قدر تکلیف تھی میں وہ دیکھ نہیں سکتی تھی۔ اللہ کی قدرت کہ راقمہ یہی سوچتی رہی کہ میرے مولا تو نے بیماری دی ہے تو انشاء اللہ اس کا تو نے علاج بھی دیا ہے۔ دو نفل پڑھ کے خوب اللہ سے دعا مانگی جو نسخہ لکھ رہی ہوں اور میں نے اس کو استعمال کیا 'بیشمار امراض کیلئے استعمال کرچکی ہوں۔ وہ مکمل نسخہ لیا اپنی بچی کے کانوں کے پیچھے یعنی پوری گردن پر اچھی طرح لگایا۔ ماہ جنوری میں یہ مرہم جو کہ خود بنایا تھا بہت اطمینان سے بچی نے لگوالیا' گردن پر سوتی کپڑا لپیٹا اور پھر گرم پٹی جو کہ سٹور سے مل جاتی ہے وہ اوپر سے لپیٹ دی۔ میری بچی نے 72 گھنٹے تک وہ پٹی باندھے رکھی۔ جب وہ دوا اور پٹی اتاری تو گلے کے اندر کے پس (pus) اور درد سب ٹھیک ہوچکا تھا اب تین سال ہوچکے ہیں میری بچی نے کبھی پرہیز نہیں کیا اور اسے دوبارہ کبھی ٹانسلز کی تکلیف بھی نہیں ہوئی۔ نسخہ لاجواب حاضر ہے:۔

چائے کی خشک پتی دو چائے کے چمچ' کلونجی چائے کے دو چمچ' برگ مدار کا ایک خشک پتہ پیس کر پوڈر بنالیں۔ ہلدی چائے کے دو چمچ' پھٹکڑی سفید دو چائے کے چمچ' روغن زیتون مقدار خود متعین کرلیں۔ تمام اشیاء کو خوب باریک پیس لیں۔ پھر روغن زیتون ملالیں اور اس کو چمچ سے خوب پھینٹ کر وہ مرہم بن جائے طریقہ حسب ضرورت بچے کی گردن پر لگائیں۔ سوتی کپڑا لپیٹ کر اور پھر گرم پٹی باندھ دیں۔ بارہ گھنٹے بعد پٹی اتاریں۔ ایک گھنٹے بعد پھر اس طرح نسخہ استعمال کریں تین دن۔

یہی نسخہ بہت سے بچوں کو استعمال کرایا سب نے شفاء پائی۔ مجرب ہے' تیر بہدف ہے۔ بچوں کو نمک اور پھٹکڑی پانی میں ڈال کر غرارے ضرور کروائیں' ورنہ علاج ادھورا ہوگا۔

جوہر شفاء مدینہ نے کمال کر دیا

(حکیم صدیق اکبر بٹ' فیصل آباد)

ستمبر 2006ء میں جب میں آفس کے کمرہ میں داخل ہوا تو مجھے عبقری رسالہ ماہ ستمبر کا ملا چونکہ پڑھنے کا بچپن سے ہی شوق تھا اس لیے رسالہ اٹھا کر کچھ ورق گردانی کی پھر دوسرے ساتھیوں سے اس کی ملکیت کا پوچھا تو جواب انکاری تھا۔ مجھ سے کہنے لگے باباجی آپ نے لینا ہے تو لے لیں۔ میں نے پندرہ منٹ میں رسالہ پڑھ لیا اس میں سب چیزیں اچھی تھیں لیکن جس چیز نے مجھے اپنی طرف زیادہ متوجہ کیا تو وہ چیز جوہر شفاء مدینہ تھی۔ میرے دل نے کہا کہ اسے آج ہی بناؤ اور استعمال کرو یہ کارآمد شے ہے۔ میں نے نوکر کو نسخہ لکھ کر دیا اور ساتھ پیسے دیئے کہ یہ بنواکر لاؤ وہ پسوا کر لے آیا۔ حکیم صاحب! ایسا لاجواب نسخہ ہے کہ میں اور وہ لوگ جن کو میں نے یہ نسخہ دیا اور وہ لوگ جن کو یہ دوائی مفت دیتا ہوں آپ کو دعائیں دیتے ہیں۔ میری بیوی سکول میں معلم تھیں پچھلے سال ریٹائر ہوئی ہیں وہ ہر وقت اسے ایک چھوٹی ڈبی میں ڈال کر پرس میں رکھ لیتیں۔ کسی کو قبض کی شکایت ہے تو سادہ پانی سے دی اور دو تین خوراکوں سے قبض دور ہوگئی۔ ایک کو ہر وقت بلڈ پریشر رہتا تھا اسے دو تین خوراکیں دیں تو بلڈ پریشر ختم۔ پیٹ میں درد کی شکایت ہوئی تو نیم گرم پانی سے دو خوراکیں دیں تو درد ختم۔ دفتر میں سب سے عزیز دوست جس کے پاس جا کر بیٹھتا ہوں وہ بڑا وہمی ہے۔ بلڈ پریشر اور قبض کا مریض ہے مجھ سے کہنے لگا باباجی مجھے بھی کوئی دوائی دیں جس سے بلڈ پریشر اور قبض دور ہو

میں نے جواب دیا کہ تم وہمی ہو اور وہمی مریض کو دوائی دینے کا کیا فائدہ...... جب زیادہ بضد ہوا تو میں نے اسے کہا کہ ایک شرط پر دوائی دونگا...... اس نے فوراً کہا کہ مجھے منظور ہے— میں نے کہا کہ پہلے میری شرط سن لو...... تو کہنے لگا بتائیں— میں نے کہا کہ دوائی اس شرط پر دونگا کہ ایک ماہ لگاتار استعمال کرنے کے بعد مجھ سے اس کے نقصان ونفع کے متعلق بات کرنا— تو کہنے لگا ٹھیک ہے۔ میں نے دوائی بنا کر دی ایک ماہ بعد اس نے بتایا کہ میں اللہ تعالیٰ کی مہربانی سے ٹھیک ہوں اب ہر ماہ آپ کے رسالہ میں دیئے گئے نسخوں کو تکتا ہوتا ہے۔ اس کے گھر والے بھی بڑے شوق سے استعمال کرتے ہیں۔ ایک دن اس نے بتایا کہ باباجی ہمارے گھر کے سامنے والی پڑوسن کو خونی بواسیر تھی وہ گھر میں آتی جاتی ہے۔ اس نے امی جان سے اپنی بیماری کے متعلق بتایا کہ وہ اس بیماری سے بڑی تنگ ہے امی جان نے اسے یہی دوائی دے کر ایک ہفتہ کے بعد رپورٹ کیلئے کہا ایک ہفتہ کے بعد اس پڑوسن نے بتایا کہ اسے کافی افاقہ ہے۔ مہربانی فرما کر اسے نسخہ دے دیں تو انہوں نے اسے نسخہ لکھ کر دے دیا اب وہ بالکل تندرست ہے۔ اس کی بیوی کو لیکوریا تھا وہ بھی یہی دوائی کھانے لگی تو اسے بھی کافی افاقہ ہوا۔ مجھے جب اس نے بتایا تو میں نے کہا کہ لگاتار کھاتی رہے انشاء اللہ تعالیٰ یہ بیماری دور ہوجائے گی۔ میرے گاؤں میں ایک بی بی کو معدے کا السر تھا جو بھی کچھ کھاتی تو الٹی کے ذریعے سب کچھ باہر آجاتا۔ میری بھانجی کو بھی السر تھا جس کا میں نے علاج کیا تھا تو اس نے اسے میرے پاس بھجوادیا میں نے کہا کہ بی بی فوراً آرام نہیں آئے گا کچھ عرصہ کھائیں تو میرا تجربہ ہے اب اسے آرام دے دیگا۔ ایک ہفتہ کی دوائی دی تو کچھ افاقہ ہوا اب ہر پندرہ دن بعد میرے پاس آکر دوائی لے جاتی ہے۔

محترم حکیم صاحب! ایک بات یہ ہے کہ اگر آپ کی دی ہوئی جوہر شفاء مدینہ پرہیز کے مطابق مریض استعمال کرے تو میں حلفاً کہتا ہوں کہ اس سے آپ کے نسخہ میں دی ہوئی دوسری امراض کو بھی افاقہ ہوسکتا ہے لیکن میرا تجربہ ہے کہ مریض پرہیز کرتا نہیں اور کہہ دیتا ہے کہ آپ کی دوائی سے آرام نہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو حفظ وامان میں رکھے اور عمر دراز کرے کہ آپ کی بدولت ایسے نسخے ملے ہیں جو سستے بھی ہیں اور انتہائی کارآمد بھی۔

دائمی نزلہ سے نجات کیلئے حیرت انگیز چٹکلہ

یہ چٹکلہ میرا بارہا کا آزمودہ ہے اور جس کو بتایا ہے اس کو بھی نفع ہوا ہے۔ بیت الخلاء سے نکلتے وقت دونوں پاؤں کو دھو کر نکلیں تو تھوڑے عرصے بعد نزلہ غائب۔ (ایک خاتون)

گناہ رحمت کا دروازہ بند کرنے کا سبب

حافظ سجاد احمد پراچہ کراچی

گناہ اللہ تعالیٰ کی نافرمانی کا نام ہے گناہوں کی وجہ سے رحمت اور برکت کے دروازے بند کر دیئے جاتے ہیں۔ کبیرہ گناہوں میں درجات ہیں' علماء نے لکھا ہے صغیرہ گناہ و اصرار کرنے سے کبیرہ گناہ بن جاتا ہے

آج ہر طرف بے چینی اور پریشانی کے حالات ہیں طرح طرح کی الجھنیں ہیں دن بدن سکون ختم ہوتا جارہا ہے' چیزوں میں برکت نہیں' جن کے پاس سب کچھ ہے پھر بھی اطمینان قلب سے محروم ہیں' لاعلاج بیماریاں دیکھنے میں آرہی ہیں ایک پریشانی ختم نہیں ہوتی دوسری پریشانی سر پر آجاتی ہے الغرض بے شمار مصیبتیں اور بلائیں نازل ہورہی ہیں۔ حق تعالیٰ شانہٗ جب کسی قوم سے ناراض ہوتے ہیں تو ایسے ہی حالات پیدا ہوجاتے ہیں۔

اسلامی معاشرے کے اندر وہ تمام گناہ عام ہیں جن پر سخت وعیدیں سنائی گئی ہیں جن پر حق تعالیٰ شانہٗ اور سرکار دو عالم ﷺ نے سخت ناراضگی اور غصے کا اظہار فرمایا ہے جن چیزوں سے ڈرایا گیا اور روکا گیا ہے وہ چیزیں ہمارے نزدیک بالکل سرسری ہیں جن کو ہم ہلکا اور غیر اہم سمجھتے ہیں جن گناہوں کی وجہ سے جو عذابات' مصیبتیں' بلائیں اور آفات نازل ہوتی ہیں اس کی پوری تفصیل ہر شخص علماء کرام سے معلوم کرسکتا ہے۔ بحیثیت مسلمان یہ جاننا ضروری ہے کہ کیا کیا چیزیں گناہوں میں داخل ہیں۔ یاد رکھیں! گناہ اندر کو بے چین رکھتا ہے' بعض گناہ ایسے بھی ہیں جن سے پوری زندگی کے نیک اعمال ضائع ہوجاتے ہیں اور بعض گناہوں کی وجہ سے آخری وقت میں ایمان ختم ہوجاتا ہے' گناہوں کا وبال صرف دنیاوی زندگی تک محدود نہیں ہے نا یہ کہ گناہوں پر صرف آخرت میں ہی عذاب ہے اس زمانے میں گناہ کو بالکل غیر اہم سمجھا جارہا ہے یہ تباہی اور بربادی کا راستہ ہی نہیں بلکہ ہلاکت کا راستہ ہے۔ حضرات علماء نے کبیرہ اور صغیرہ دو طرح کے گناہ بتلائے ہیں صغیرہ گناہ عبادات وغیرہ سے معاف ہوجاتے ہیں لیکن کبیرہ گناہ...... بغیر توبہ کے معاف نہیں ہوتا۔ علماء نے 400 سے 467 تک کبیرہ گناہوں کی تعداد بتلائی ہے۔ ان میں سے چند حسب ذیل ہیں۔ آدمی کا قتل کرنا' شراب پینا' زنا کرنا' چوری کرنا' کسی کو تہمت لگانا' اغلام بازی (ہم جنس پرستی)' سچی گواہی کا چھپانا' جھوٹی قسم کھانا' کسی کا مال چھین لینا' سودی معاملہ کرنا (سود کا رواج عام کرنا) یتیم کا مال کھانا' رشوت لینا' والدین کی نافرمانی کرنا' جھوٹی حدیث بیان کرنا' رمضان کا روزہ توڑ دینا' ناپ تول میں کمی کرنا' فرض نماز کو وقت سے آگے پیچھے پڑھنا' زکوٰۃ نہ دینا' کسی صحابی کی شان میں گستاخی کرنا' غیبت کرنا' اجنبی عورت یا دوسرے ناجائز تعلقات میں سعی کرنا' قدرت کے باوجود نیکی کا حکم نہ کرنا اور گناہوں سے نہ روکنا' جادو سیکھنا سکھانا' کسی پر جادو کرنا' اللہ کی رحمت سے ناامید ہونا' عورت کا خاوند کی نافرمانی کرنا' چغلی کھانا' نشہ کی چیز پینا' جوا کھیلنا' مردار کا گوشت کھانا' کسی کے سامنے ننگا ہونا' تکبر کی وجہ سے پائنچے ٹخنوں سے نیچے رکھنا' کسی مسلمان کو کافر کہنا' کسی کے گھر میں جھانکنا وغیرہ وغیرہ ہیں۔

گناہ اللہ تعالیٰ کی نافرمانی کا نام ہے گناہوں کی وجہ سے رحمت اور برکت کے دروازے بند کر دیئے جاتے ہیں۔ کبیرہ گناہوں میں درجات ہیں' علماء نے لکھا ہے صغیرہ گناہ بار بار کرنے سے کبیرہ گناہ بن جاتا ہے دنیاوی زندگی میں گناہوں کی وجہ سے جو مصیبتیں' بلائیں اور آفات نازل ہوتی ہیں یہاں نمونے کے طور پر چند چیزوں کو ذکر کیا ہے۔

گناہوں سے بعض دنیاوی نقصانات: علم سے محروم ہوجانا' رزق میں کمی ہوجانا' نیک لوگوں سے وحشت ہوجانا' کاموں میں مشکلات پیدا ہوجانا' توبہ کی توفیق نہ ہونا' کچھ دنوں میں گناہ کی برائی دل سے نکل جانا' عقل میں فتور ہوجانا' پیداوار میں کمی ہونا' شرم اور غیرت کا جاتے رہنا' اللہ کی بڑائی اس کے دل سے نکل جانا' نعمتوں کا چھن جانا' دل کا پریشان ہونا' موت کے وقت منہ سے کلمہ نہ نکلنا وغیرہ وغیرہ۔

نمونے کے طور پر چند بڑے گناہوں اور انکی وجہ سے چند دنیاوی نقصانات کا ذکر کیا ہے۔ علماء فرماتے ہیں ہر مصیبت' بلا' آفت اور عذاب گناہوں کا وبال ہے' توبہ کرنی چاہیے دینی ماحول اختیار کرنا چاہیے توبہ جو شخص آئندہ گناہ نہ کرنے کے مصمم ارادے سے کرے اللہ تعالیٰ اس کے تمام پچھلے گناہ معاف فرمادیتے ہیں۔ توبہ کرنے سے طاعت و بندگی سے دنیاوی زندگی میں بڑے بڑے انعامات حاصل ہوتے ہیں صرف یہی نہیں کہ طاعت و بندگی پر صرف آخرت میں انعامات حاصل ہوں گے اور دنیاوی زندگی میں کچھ نہ ملے گا۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 70

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم حسن اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت احمد بن حرب رحمۃ اللہ علیہ کے پڑوس میں ایک آتش پرست بہرام رہتا تھا۔ بڑا تاجر تھا آپ نے یہ سن کر کہ راستے میں ڈاکوؤں نے اس کا تمام مال تجارت لوٹ لیا۔ آپ کو یہ سن کر بہت افسوس ہوا اور مریدوں سے کہنے لگے کہ غیر مسلم ہے تو کیا ہے' ہے تو ہمارا ہمسایہ اس کی غمگساری ہم پر لازم ہے۔ چلو اظہار افسوس کر آئیں کہ بے چارہ بہت غمگین ہے چنانچہ آپ اس کے مکان پر تشریف لے گئے۔ اس نے بھی آپ کا بہت ادب کیا اور گھر کے اندر لیجا کر ایک آراستہ کمرہ میں بٹھادیا۔ چونکہ سخت قحط پڑا ہوا تھا عزت و ادب تو کیا مگر اس نے سمجھا کہ آپ شاید کچھ کھانے پینے کیلئے آئے ہیں آپ نے نور باطن سے سمجھ لیا اور فرمایا بہرام اطمینان رکھو ہم تمہارے یہاں کھانے پینے کیلئے نہیں آئے صرف تمہاری غم خواری کیلئے آئے ہیں کہ ہم نے تمہارا نقصان عظیم کا حال سنا تھا بولا آقا میرا تو مال لٹا اور مجھے نقصان بھی بہت پہنچا پھر بھی تین امور ایسے ہیں جن کا شکر مجھ پر واجب ہے۔ اولاً یہ کہ میں ہی تو لٹا میں نے تو کسی کو نہیں لوٹا۔ ثانیاً یہ کہ پھر بھی نصف مال تو میرے پاس باقی رہ گیا۔ ثالثاً یہ کہ دنیوی متاع پر ڈاکہ پڑا۔ متاع آخرت تو بچ گئی۔ آپ نے مریدوں کی طرف مخاطب ہوکر فرمایا کہ اس کی باتوں میں دوستی کی بو آتی ہے۔ پھر آپ نے اس سے پوچھا کہ یہ تو بتایئے کہ تم لوگ آگ کو کیوں پوجتے ہو بولا صرف اس لیے کہ قیامت کے روز میں اس میں جلنے سے محفوظ رہوں گا۔ آپ نے فرمایا دیکھو تم ایک عرصہ سے اس کی پرستش کررہے ہو اور میں نے کبھی ایک دن بھی اس کی اہمیت نہ سمجھی۔ آؤ ہم تم دونوں اس میں ہاتھ ڈالیں۔ معلوم ہوجائے گا کہ یہ تمہاری کتنی رعایت کرتی ہے۔ یہ بات کچھ بہرام کے دل کو لگ گئی اس نے کہا اچھا آپ چار امور مجھے سمجھا دیجئے اللہ تعالیٰ نے مخلوق کو کیوں زندہ کیا؟ فرمایا پیدا کیا اس لیے کہ وہ مالک کو پہچانے رزق دیا اس لیے کہ اس کی وجہ ہی سے جان لیں' موت یوں دی کہ اس کی قہاری ہی کے سبب اسے سمجھیں پھر زندہ اس لیے کیا کہ اسے اس کی قدرت سے پہچانیں۔ بہرام نے کہا اچھا لاؤ اس آگ کو بھی آزمالیں۔ آپ نے ہاتھ ڈالا تو کچھ بھی ضرر نہ پہنچا۔ بہرام نے اسی وقت اسلام قبول کرلیا۔

خوش رہیے‘ صحتمند رہیے‘ حرکت کرتے رہیے

حکیم راحت نسیم سوہدروی

جسم کے جن خلیات کو سرخ رنگ کا خون نہیں ملتا مثلاً ہارٹ اٹیک میں‘ تو دل کے وہ خلیات بند ہوجاتے ہیں اور دوبارہ زندہ نہیں ہوتے۔ ورزش سے آکسیجن اور خون کا بہاؤ تیز ہونے سے خون صاف ہوکر ایک ایک خلیے تک پہنچ جاتا ہے۔

جسمانی صحت کیلئے ورزش کی اہمیت ہر دور میں تسلیم کی گئی ہے اور اس حقیقت سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ ورزش ہر عمر میں یکساں مفید ہوتی ہے۔ جسم کی مثال ایک مشین کی سی ہے اگر کسی مشین کو استعمال میں نہ لایا جائے تو زنگ آلود ہوجاتی ہے اور اس کی کارکردگی ناقص رہتی اور بہت جلد جواب دے دیتی ہے۔

اسی طرح اگر جسم انسانی کو مناسب حرکت نہ دی جائے تو نہ صرف موٹاپا آگھیرتا ہے بلکہ اس مشین کے اعضاء کے خراب ہونے سے اس کی صلاحیت عمل میں فرق آجائے گا۔

ورزش کم ہو یا زیادہ ہر صورت میں مفید ہوتی ہے بلکہ ورزش بہترین ٹانک ہے‘ جس سے جسم چاق و چوبند رہتا ہے اور قوت و چستی کا احساس ہوتا ہے۔ ہمارے ہاں ہاتھ پاؤں کو حرکت دینے کا نام ورزش ہے۔ یہ ایک نامکمل تشریح ہے۔ ورزش یہ ہے کہ ہم جسم کو اس طرح حرکت دیں کہ اس سے پورا جسم حرکت میں رہے اور اس عمل کیلئے روزانہ کچھ وقت نکال کر اسے باقاعدگی سے کیا جائے۔ کبھی کبھار ورزش کرنا بجائے فائدے کے نقصان دہ ہوسکتا ہے‘ اس لیے اگر آپ ورزش کے فوائد حاصل کرنا چاہتے ہیں تو اسے باقاعدگی سے کیجئے۔ صرف عمر اور جسم کے لحاظ سے اس کا تقاضا اور ضرورت الگ الگ ہے۔ تیس سال سے قبل کی عمر میں زوردار اور تھکادینے والی ورزش مناسب ہے۔

ورزش میں دوران خون کی رفتار میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ جسم کے ہر حصے میں خون کی فراہمی بڑھ جاتی ہے۔ خون کی نالیاں فراخ ہوجاتی ہیں سانس کی رفتار بڑھتی اور سانس گہرے ہوجاتے ہیں اور یہ سانس خون کی نالیاں جو بند ہوچکی ہوں انہیں کھولنے چلانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔

ورزش سے چربی پگھلتی اور موٹاپا نہیں ہوتا۔ سانس سے مراد آکسیجن ہے۔ آکسیجن خون کے ساتھ مل کر ہمارے جسم کے تمام اعضاء کی ساختوں اور بافتوں کے تمام خلیات میں پہنچ کر انہیں زندہ اور متحرک رکھتی ہے۔

ہماری سانس کے ساتھ جو آکسیجن جسم کے اندر جاتی ہے اس کی مدد سے ہمارے پھیپھڑے خون صاف اور طاقتور بناتے ہیں۔ نیلے رنگ کی رگیں استعمال شدہ خون کو واپس لوٹاتی ہیں اور سرخ رنگ کی شریانیں خون کے سرخ ذرات کو ایک ایک خلیے تک پہنچاتی ہیں۔

جسم کے جن خلیات کو سرخ رنگ کا خون نہیں ملتا مثلاً ہارٹ اٹیک میں‘ تو دل کے وہ خلیات بند ہوجاتے ہیں اور دوبارہ زندہ نہیں ہوتے۔ ورزش سے آکسیجن اور خون کا بہاؤ تیز ہونے سے خون صاف ہوکر ایک ایک خلیے تک پہنچ جاتا ہے۔ صرف پھیپھڑوں اور خون ہی نہیں بلکہ جسم کا ہر عضو معدہ‘ جگر‘ مثانے گردے اور دماغ کی کارکردگی بہتر ہوجاتی ہے۔ ورزش سے اعصاب کو بھی طاقت ملتی ہے اور جسمانی صحت بہتر ہوجاتی ہے۔ جسمانی عضلات اور جوڑ بہتر کام کرتے ہیں۔

جو لوگ ورزش نہیں کرتے وہ عموماً قبض‘ بدہضمی اور گیس کے امراض کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اگرچہ یہ سنگین امراض نہیں مگر سخت بے چینی پیدا کرکے زندگی کا سکون غارت کردیتے ہیں۔ یہ گھن ہے جو خاموش قاتل کا کردار ادا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ خون کی رگوں کا تنگ ہونا‘ کولیسٹرول کا بڑھ جانا‘ ہائی بلڈپریشر‘ ذیابیطس اور موٹاپا وغیرہ ہوسکتے ہیں۔ لہٰذا ہر روز صبح نماز فجر کے بعد ورزش کیلئے وقت دینا بہتر صحت کی ضمانت ہے۔ اگر ہم ورزش سے کوتاہی کریں گے تو زندگی بے مزہ ہوجائیگی اور جب جسم صحت مند توانا ہوگا تو زندگی کی تمام مسرتیں اور لذتیں بامعنی ہوں گی۔ اس لیے صحت کی نعمت خداوندی سے فائدہ اٹھانے کیلئے ورزش ضروری ہے۔ رسول خدا ﷺ نے بھی فرمایا ہے کہ روز قیامت صحت کے متعلق سوال ہوگا۔ ظاہر ہے کہ جس جسم کو آرام پہنچانے کیلئے ہم جدوجہد کرتے ہیں‘ جس دماغ کی صلاحیتوں کو بیدار کرنے کیلئے ہم روز لگارہے ہیں وہ جسم لاغر اور غیرصحت مند ہو تو دولت کس کام کی ہوگی۔

یہ بات بھی مشاہدہ میں ہے کہ جو بچے دوڑتے اور کھیلتے ہیں وہ صحت مند ہوتے ہیں‘ اس لیے ضروری ہے کہ بچوں میں شروع ہی سے ورزش کو فروغ دیا جائے۔ ہمیشہ صحت مند و توانا اقوام ہی ترقی کی منازل طے کرتی ہیں۔ ہماری قوم صحت کے حوالے سے بہت پیچھے ہے حالانکہ تعمیر پاکستان کیلئے افراد ملت کی صحت ایک لازمی ضرورت ہے۔ ورزش کیلئے یہ ضروری نہیں ہے کہ ہیوی ویٹ لفٹنگ ہی کی جائے بلکہ عمر کے لحاظ سے مناسب چہل قدمی اور اس دوران وقفے وقفے دوڑنے سے بھی مطلوبہ مقاصد حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ اگر آپ کی عمر پچاس سال سے تجاوز کرچکی ہے تو صبح نماز فجر کے بعد لمبی سیر بھی ورزش کے زمرے میں شمار ہوگی۔

مشکل سے مشکل کام کیلئے

بعداز نماز عشاء یا سوتے وقت اول آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ 41 مرتبہ آیۃ الکرسی صدق دل کے ساتھ پڑھیں (تصور حل کے ساتھ) تو مشکل سے مشکل کام بڑی آسانی سے حل ہوجاتے ہیں۔ 41 شب یا حسب ضرورت یا حسب حال۔ (آمنہ فاروق‘ راجہ ڈوال)

مؤلف کا تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں

① الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں ② ایڈیٹر کی کتابیں‘ رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔ (ادارہ)
③ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

جمادی الاولیٰ اور جمادی الاخریٰ کے فضائل

ابن عباسؓ نے کہا ہے کہ حضرت ابراہیمؑ حضرت ذوالقرنینؑ سے ملے اور ان سے پوچھا کہ سارے زمانہ کو تو نے کس طرح سے دیکھا اور شرق سے لیکر غرب تک کا کیسے مالک ہوگیا انہوں نے جواب دیا قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ سے اور ان چند کلمات سے کہ جو انہیں پڑھے گا

اسلامی سال کے پانچویں مہینہ کا نام جمادی الاولیٰ ہے۔ اس مہینہ میں قرآن پاک کی پاک وصاف لباس پہن کر صاف اور آہستہ آہستہ سمجھ کر تلاوت کرنا بہت زیادہ ثواب اور فائدہ کا باعث ہے۔ اس ماہ میں نوافل پڑھنا اور دیگر عبادات کرنا بہت سی فیوض وبرکات کے حصول کا باعث ہے۔

پہلی شب:۔ جو کوئی اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس کو بے شمار ثواب سے نوازے گا اور اس کو گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔

دو نفل:۔ جمادی الاولیٰ کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھنی چاہئے کہ پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ جمعہ پڑھے جبکہ دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ مزمل پڑھے۔

چار نوافل:۔ اس ماہ کی یکم تاریخ کو نماز ظہر کے بعد چار رکعت اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ النصر پڑھے۔

تیسری شب:۔ جمادی الاولیٰ کے مہینہ کی تیسری شب کو نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کے ساتھ اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورہ قدر پڑھے اور سلام پھیرتے ہی یعنی تمام نوافل کی ادائیگی کے بعد باوضو حالت میں ہی قبلہ رخ بیٹھ کر فجر کی اذان تک یہ کلمات بکثرت پڑھتا رہے۔

يَا عَظِيْمُ عَظُمَتْ بِالْعَظَمَةِ الْعَظَمَةُ فِيْ عَظَمَةِ
عَظَمَتِكَ يَا عَظِيْمُ

انشاء اللہ تعالیٰ ثواب عظیم حاصل ہوگا اور جو بھی نیک حاجت ہوگی پروردگار عالم وہ ضرور پوری فرمائے گا۔

نفلی روزے:۔ اس ماہ کی تیرہ، چودہ اور پندرہ تاریخ کو نفلی روزے رکھنے کی بہت زیادہ فضیلت ہے۔

اکیسویں شب:۔ اس مہینہ کی اکیسویں شب کو نماز عشاء کے بعد چھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے۔ نوافل کی ادائیگی کے بعد ایک سو مرتبہ درود پاک پڑھے۔

ستائیسویں شب:۔ اس شب کو نماز عشاء کے بعد آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ والضحیٰ پڑھے۔ اس کے بعد بکثرت **سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ** کا ورد کرتا ہوا باوضو حالت میں سو جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت سی برکات حاصل ہوں گی۔

عظمت والی دعا: ابن عباس رضی اللہ عنہ نے کہا ہے کہ حضرت ابراہیم علیہ السلام حضرت ذوالقرنین علیہ السلام سے ملے اور ان سے پوچھا کہ سارے زمانہ کو تو نے کس طرح سے دیکھا اور شرق سے لیکر غرب تک کا کیسے مالک ہوگیا انہوں نے جواب دیا **قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ** سے اور ان چند کلمات سے کہ جو انہیں پڑھے گا اللہ پاک اس کیلئے دس لاکھ نیکیاں لکھے گا اور اس کے دس لاکھ گناہ بخش دیگا اور اس کے دس لاکھ درجے بلند کریگا۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے فرمایا مجھے بتاؤ وہ کیا ہیں انہوں نے چند کلمات بتلائے۔ **سُبْحَانَ مَنْ هُوَ بَاقٍ لَا يَفْنٰى سُبْحَانَ مَنْ هُوَ عَالِمٌ لَا يَنْسٰى سُبْحَانَ مَنْ هُوَ قَيُّوْمٌ لَا يَنَامُ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ دَائِمٌ لَا يَسْهُوْ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ وَاسِعٌ لَا يَتَكَلَّفُ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ لَا يَلْهُوْ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ عَزِيْزٌ لَا يَظْلِمُ۔**

جمادی الاخریٰ کے فضائل

اسلامی سال کے چھٹے مہینہ کا نام جمادی الاخریٰ ہے۔ اس مہینہ میں وظائف و نوافل پڑھنے کا بیان اس طرح سے ہے۔

ہر حاجت اور ہر طلب کیلئے

کسی قسم کی مالی پریشانی ہو یا گھریلو پریشانی ہو یا کوئی رکاوٹیں ہوں تو درج ذیل آیت کا کثرت سے ورد کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی ہر جائز حاجت کو پورا فرمائیں گے۔

اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ○ يَا اَللّٰهُ يَا رَحْمٰنُ
اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ○ يَا اَللّٰهُ يَا رَحِيْمُ

مصیبت کو ٹالنے کیلئے

درج ذیل آیت کو اٹھتے بیٹھتے نہایت توجہ اور یقین کے ساتھ

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر پڑھتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 اپریل بروز بدھ سہ پہر 3 بجے سے 4 بجکر 13 منٹ تک' 17 اپریل بروز منگل صبح 9 بجکر 20 منٹ سے 10 بجکر 23 منٹ تک' 27 اپریل بروز جمعہ عصر تا مغرب تک سورۃ اخلاص پڑھیں۔ یہ ذکر بھکاری بن کر، خلوص دل، دردِ دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس وہ الفاظ نہیں ہیں جن سے میں آپ کا شکریہ ادا کروں۔ میں دکھوں کی دلدل میں پھنسی ہوئی تھی لیکن آپ کے رسالہ عبقری نے میری زندگی میں سکون بھر دیا ہے۔ حکیم صاحب! مجھے وہم کی بیماری تھی ہر وقت وہم رہتا تھا کہ میری نماز قبول نہیں ہوئی میرا وضو ٹھیک نہیں میرے ہاتھ صاف نہیں بار بار نہاتی' بار بار ہاتھ دھوتی' بار بار وضو کرتی لیکن پھر بھی وہم رہتا کہ میرا وضو نہیں ہے۔ نماز پڑھتی تو پڑھنے کے (باقی صفحہ

پھولوں کے روحانی و جسمانی اثرات

نسرین شاہین

اکثر چھوٹے پھولوں میں زیادہ مقدار میں خوشبو ہوتی ہے۔ 200 کلو تازہ پھولوں میں سے صرف ایک کلو گرام بنیادی عرق نکلتا ہے' بنیادی روغن سے جسم پر مساج کرنے سے خوشبو وجود یا جسم کے مسامات میں جذب ہوتی ہے

اللہ تعالیٰ کی ربوبیت یوں تو کائنات کی ہر شے میں عیاں ہے' لیکن خوش رنگ و خوش نما پھول قدرت کی صناعی کا بہترین مظہر ہیں جو خوبصورتی' دلکشی' رنگینی اور حساسیت قدرت نے پھولوں کو بخشی ہے وہ بے مثل ہے۔ خوشنما رنگوں کی بہاریں بکھیرتے اور ہر طرف خوشبو لٹاتے پھول کائنات کا اصل حسن ہیں۔

پھولوں کے روحانی اثرات

پھولوں کی بے شمار اقسام پر جب نظر جاتی ہے تو یہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے کہ پھول میں اگر خوشبو ہے تو ہر پھول میں خوشبو الگ الگ ہے۔ پھول اگر رنگین ہے تو ہر پودے کا پھول الگ الگ رنگ کا ہے۔ پھول قدرتی رنگوں اور خوشبوؤں سے مالا مال ہوتے ہیں۔ پھولوں کی موجودگی نہ صرف ماحول کو معطر اور خوشنما رکھتی ہے بلکہ انسان کے دل و دماغ کو بھی معطر کرتی ہے جو ذہنی و جسمانی اور روحی مسرت کا باعث بنتے ہیں۔ ایک محقق کا کہنا ہے کہ "پھولوں کا خوشبودار عطر زندہ توانائی کی ایک خاص صورت ہے جسے ہم انسانی جسم میں منتقل کرسکتے ہیں۔ پھول پاکیزگی کی علامت ہوتے ہیں اسی لیے پھولوں کی بدولت پاکیزہ جذبات پیدا ہوتے ہیں جو روحانی آسودگی کا باعث بنتے ہیں۔ پھولوں کی خوشبو اور خوشنما رنگ ہمارے اعصاب کو سکون دیتے ہیں۔

پھول اپنی پاکیزگی' خوشنمائی اور حسن کے باعث روحانی اثرات کے حامل ہوتے ہیں۔ جس طرح انسان کے گرد رنگوں کے حلقے کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ کسی فرد کے جسم کے اتار چڑھاؤ کے مطابق سمٹتا اور پھیلتا ہے جو دائرہ انسان کی روحانیت' صحت اور جذبات کی عکاسی کرتا ہے اسی طرح پھولوں کو دیکھنا' سونگھنا اور چھونا انسان کی روحانی قوت کو بڑھانے کا باعث بنتے ہیں۔ پھول اپنے اندر اتنی قوت رکھتے ہیں کہ انہیں دیکھنے' سونگھنے اور چھونے سے ہی اعصاب کو روحانی آسودگی کا احساس ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بیمار لوگوں کو پھولوں کا تحفہ پیش کیا جاتا ہے تو انہیں عجیب سا سکون واطمینان ملتا ہے۔ اسی طرح پریشانی یا بے سکونی کی کیفیت میں پھولوں کے درمیان کچھ وقت گزار لیا جائے تو فطری طور پر فرحت و تازگی کا احساس ہوتا ہے اور انکی بھینی بھینی خوشبو اعصاب پر بڑے مثبت اثرات ڈالتی ہے۔ یوں ہم خود کو پرسکون سا محسوس کرتے ہیں۔

پھولوں سے علاج

زمانہ قدیم سے خوشبو کو جو اہمیت و برتری حاصل رہی ہے وہ پھولوں کی بدولت ہی ملی ہے۔ آج بھی لوگ اس کی افادیت اور اہمیت کو اپنا ذوق تصور کرتے ہیں۔ پھولوں کی خوشبو (عطر) کا استعمال انسان کے مزاج کی عکاسی ہی نہیں کرتا بلکہ کئی امراض میں پراثر و مفید ہے۔

گزشتہ صدی کے آخر میں فرانسیسی سائنسدان نے ارومامتھراپی کی اختراع کی تھی جس سے مراد یہ تھی کہ خوشبودار پودوں' پھولوں اور بیلوں کے معطر اجزاء کو سونگھنا اور انہیں جلد پر لگانا بعض امراض کو دور کرتا ہے اور ان کیلئے تھراپی کا کام دیتا ہے۔ اگر ہم قدیم تاریخ کا مطالعہ کریں تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ یونانی' عرب' چینی اور برصغیر کی قدیم تہذیب میں خوشبوؤں نے بہت اہم کردار ادا کیا ہے۔ ایک اندازے کے مطابق ارومامتھراپی کا آغاز قدیم مصریوں نے کیا تھا ان کیلئے یہ زندگی کے معمول میں شامل تھا۔ مصریوں نے خوشبو کی حقیقت کو پالیا تھا۔ یہ حقیقت ہے کہ پھولوں سے حاصل کردہ خوشبو انسانی جذبات اور ذہنی کیفیت کو شدید طور پر متاثر کرتی ہے۔

ہر پھول اور پودے کی خوشبو مختلف اور اس کی افادیت الگ الگ ہوتی ہے۔ اکثر چھوٹے پھولوں میں زیادہ مقدار میں خوشبو ہوتی ہے۔ 200 کلو تازہ پھولوں میں سے صرف ایک کلو گرام بنیادی عرق نکلتا ہے' بنیادی روغن سے جسم پر مساج کرنے سے خوشبو وجود یا جسم کے مسامات میں جذب ہوتی ہے۔ ان کے آبی بخارات سونگھ کر آپ کی خوبصورتی میں نکھار پیدا ہوتا ہے کیونکہ جسم کی جلد خوشبو جذب کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ ان طریقوں سے خوشبو جسم کے اندر داخل ہو کر آرام پہنچاتی ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ خوشبو ہر ایک پر مختلف انداز میں مہکتی ہے کیونکہ ہر ایک جسم کی الگ الگ خوشبو ہوتی ہے پھر دونوں خوشبوئیں مل کر ایک کمپوزیشن بناتی ہیں۔

بہت سی خوشبوئیں ذہنی دھند کو صاف کردیتی ہیں۔ سوچنے سمجھنے کی صلاحیت بحال کرتی ہیں اور بہت سے عطر حیرت انگیز ثابت ہوتے ہیں۔ اعصابی تناؤ' ڈیپریشن' چڑچڑاپن' بے خوابی' اضمحلال اور سرد مہری پھولوں کی خوشبو (عطر) کی بدولت شوخی و تازگی' روحانی آسودگی اور خوشگوار موڈ میں ضم ہوجاتے ہیں۔

پھولوں کا انسانی زندگیوں میں استعمال

پھول قدرت کا ایک حسین تحفہ ہیں: جس نے دنیا میں رنگ بھر دیئے ہیں۔ پھول کئی طرح سے استعمال کیے جاتے ہیں۔ پرانے زمانے سے ہی لوگ پھولوں کا استعمال عبادت' تہواروں' شادیوں اور دوسری تقریبات میں کرتے رہے ہیں۔ پھول نازک' حساس اور خوبصورت و خوشنما ہوتے ہیں جس کے سبب یہ خواتین میں بے حد مقبول ہیں۔ دنیا بھر کی خواتین پھولوں سے خاص رغبت رکھتی ہیں اور اپنی آرائش وزیبائش کیلئے ہر موقع پر استعمال کرتی ہیں۔ یہ ایک ایسا فیشن ہے جسے اپنانے میں امیر اور غریب کی خلیج بھی حائل نہیں ہوتی۔ موسم گرما کے آتے ہی پھولوں کے زیورات خواتین کا خاص مرکز ہوتے ہیں۔ دلہن کا سنگھار اس وقت تک نامکمل تصور کیا جاتا ہے جب تک کہ گلاب اور موتیے کے زیورات اس کی آرائش میں شامل نہ ہوں۔ پھول نہ صرف دیکھنے میں بھلے معلوم ہوتے ہیں بلکہ یہ فرحت اور تازگی کا احساس بھی دلاتے ہیں۔ دنیا کے مختلف ممالک میں پھولوں کے متعلق مختلف نظریات اور خیالات پائے جاتے ہیں جو پھول بنگلہ دیش میں دلہنوں کو بطور تحفہ پیش کیے جاتے ہیں وہی پھول مغربی ممالک میں جنازوں کیلئے مخصوص ہیں۔ اسی طرح سفید رنگ کے پھول بعض ملکوں میں صرف سوگ منانے کیلئے استعمال ہوتے ہیں جبکہ کئی ممالک میں یہی پھول خوشی کا باعث ہیں۔ زرد پھول جو فرانس میں محبت اور عقیدت کے اظہار کے طور پر پیش ہوتے ہیں یہی پھول روس میں خواتین کو بیناکی توہین سمجھے جاتے ہیں۔

عبدالمجید، دسکہ

جانوروں کی حیرت انگیز خصوصیات

شہد کی مکھیاں پھولوں اور رس اور زرگل کی خاطر جاتی ہیں جس کو وہ اپنے چھتوں میں شہد کی تیاری کیلئے ذخیرہ کرتی ہیں۔ ان مکھیوں کو پھولوں کے خوشنما رنگ اپنی طرف راغب کرتے ہیں۔ یا ان کی خوشبو۔۔۔ یہ مکھیاں رنگوں میں بھی تمیز کرسکتی ہیں

اکثر جانوروں میں سونگھنے کی حس بہت ہی تیز ہوتی ہے اور اسی حس کی مدد سے وہ دنیا میں بہت سی چیزوں کا سراغ لگالیتے ہیں۔ انسانوں میں یہ حس اس قدر تیز نہیں ہوتی۔ کتوں کو شکار کرتے ہوئے دیکھ کر اس کا بخوبی اندازہ کیا جاسکتا ہے وہ زمین اور فرش پر کسی بو کا تعاقب کرسکتے ہیں مگر یہ صلاحیت ہم میں نہیں پائی جاتی۔ کتا کسی بھی مجمع میں اپنے مالک کو محض اس کی بو پر تلاش کرلیتا ہے۔ کتوں کی اسی زبردست قوت سے فائدہ اٹھانے کیلئے اکثر ممالک میں پولیس ان سے سراغ رسانی میں مدد لیتی ہے جس کی ان کو باضابطہ تربیت بھی دی جاتی ہے۔ ایسے تربیت یافتہ کتے کو جب کسی شخص کے تعاقب میں لگایا جانا مقصود ہو تو اس شخص کی مخصوص بو سے واقف کرادیا جاتا ہے اور کتا محض اس بو پر اس کا سراغ لگالیتا ہے۔

اکثر چوپایوں میں سونگھنے کی حس تیز ہوتی ہے اور قوت بصارت مقابلتاً کمزور ہوتی ہے۔ برخلاف اس کے پرندوں کی قوت بصارت بہ نسبت قوت شامہ کے بہت تیز ہوتی ہے۔ دنیا میں اور بھی دوسرے جاندار ہیں جن میں سونگھنے کی حس تیز ہوتی ہے مثلاً کیڑے پتنگے وغیرہ۔۔۔ کیڑے اپنے مساموں اور بالوں سے سونگھتے ہیں ان کی کوئی ناک نہیں ہوتی۔ اکثر کیڑے اپنے ہم نوع کو بو کے ذریعہ شناخت کرسکتے ہیں۔

شہد کی مکھیاں پھولوں اور رس اور زرگل کی خاطر جاتی ہیں جس کو وہ اپنے چھتوں میں شہد کی تیاری کیلئے ذخیرہ کرتی ہیں۔ ان مکھیوں کو پھولوں کے خوشنما رنگ اپنی طرف راغب کرتے ہیں۔ یا ان کی خوشبو۔۔۔ یہ مکھیاں رنگوں میں بھی تمیز کرسکتی ہیں۔ ان میں سونگھنے کی صلاحیت کا اندازہ کرنے کیلئے بھی ماہرین حیاتیات نے مختلف تجربے کیے۔ ایک باغ میں چھوٹی چھوٹی سوراخ دار ڈبیوں کو ایک قطار میں رکھ دیا گیا۔ ان میں ایک ڈبیہ زرد رنگ کی تھی اور باقی سب سفید تھیں۔ صرف زرد ڈبیہ کے اندر شربت رکھا گیا اور دوسری خالی تھیں۔ کچھ ہی دیر بعد شہد کی مکھیاں آگئیں بہت جلد زرد ڈبیہ میں شربت کی موجودگی کا انہوں نے پتہ لگالیا دوسری دفعہ سفید ڈبیاں رکھی گئیں اور صرف ایک سفید ڈبیہ میں گلاب کی خوشبو اور شربت رکھے گئے مکھیاں اسی ڈبیہ پر پہنچیں۔ اس کے بعد ڈبیوں کو ایک قطار میں رکھا گیا جن میں صرف ایک زرد تھی اور باقی سب سفید اور صرف ایک سفید ڈبیہ میں خوشبو کو رکھا گیا۔ جب مکھیاں آئیں تو پہلے زرد ڈبیہ کی طرف گئیں لیکن قریب پہنچ کر خوشبودار سفید ڈبیہ کی طرف مڑ گئیں۔ اس سے یہ قیاس قائم ہوا کہ مکھیاں دور سے تو پھولوں کو ان کے رنگ سے پہچانتی ہیں اور قریب پہنچتی ہیں تو ان کی خوشبو سے۔

اکثر دودھ دینے والے جانوروں کی بصارت پرندوں کے مقابلے میں کمزور ہوتی ہے اور چند تو ایسے ہیں جو کہ انسانوں جتنا بھی نہیں دیکھ سکتے۔ ہماری آنکھیں باعتبار عمل کے دوربین جیسی ہوتی ہیں یعنی ہم کسی شے کو دیکھتے ہیں تو اپنی دونوں آنکھوں کو اس شے پر مرکوز کردیتے ہیں۔ بعض دودھ دینے والے جانور دیکھتے وقت بالکل یہی عمل کرتے ہیں مثلاً بندر، کتے اور بلیاں وغیرہ۔ لیکن دیگر تمام جانور اپنی آنکھیں صرف اسی وقت استعمال کرسکتے ہیں جب شے بالکل ان کے مقابل ہو۔ اگر شے کسی ایک جانب ہو تو وہ صرف اپنی ایک ہی آنکھ استعمال کرسکتے ہیں مثلاً گھوڑے، ہرن اور خرگوش وغیرہ۔ ان جانوروں کو قدرت نے شکار بنایا ہے شکاری نہیں اور وہ اپنے دشمن یا شکاری کے قریب سے بالکل نہیں دیکھ پاتے بلکہ کافی فاصلے سے شناخت کرلیتے ہیں۔ لیکن مچھلیاں، رینگنے والے جانوروں اور پرندوں میں قدرت نے یہ عجب قوت دی ہے کہ وہ اپنی ہر آنکھ کو علیحدہ علیحدہ طور پر حرکت دے سکتے ہیں۔ یہ عمل ہمارے لیے نہ صرف تعجب خیز بلکہ ناممکن ہے۔

تاریکی میں بلیاں ہم سے کہیں زیادہ صاف دیکھتی ہیں ہماری آنکھیں بھی مثل دیگر جانوروں کے روشنی کی مختلف حالتوں سے مطابقت کرلیتی ہیں۔ کتوں اور بلیوں کی آنکھوں کی پتلیاں رات کے وقت پھیل جاتی ہیں اور اسی وجہ سے رات کے وقت روشنی میں وہ چمکتی دکھائی دیتی ہیں۔ دراصل روشنی ان جانوروں کی آنکھوں کے عدسے سے منعکس ہوتی ہے اور بظاہر یوں دکھائی دیتا ہے جیسے روشنی ان کی آنکھوں سے نکل رہی ہو۔ انسان کی آنکھیں بھی چند خاص حالات کے تحت بعض دفعہ اسی طرح چمکتی ہیں۔

محمد رضا، اسلام آباد

احساس کمتری سے نجات

افسردگی اور محرومی کا احساس قریب نہ آنے دیجئے اور ہمیشہ کامیابی کے امکانات پر نظر رکھیے

☆ دوسروں کی مالی' ذہنی اور اخلاقی حالت سے اپنا موازنہ کرنا ترک کردیجئے اور دوسروں کو تحسین اور وسعت کی نگاہ سے دیکھنے کی عادت ڈالیے۔ یعنی حقیقت پسندی کے ساتھ ان کی شخصیت کو قبول کیجئے۔

☆ خود پسندی کی عادت ترک کردیجئے۔ کمتری کا احساس ختم ہوجائے گا اور اپنے متعلق بھی حقیقت پسندی سے سوچنے کی عادت ڈالیے یعنی خوبیوں کے ساتھ ساتھ اپنی کوتاہیوں پر نگاہ رکھیے اور ان پر فخر نہ کیجئے۔

☆ موازنے کا خوف دل سے نکال دیجئے۔ کوئی آپ کو کمتر نہیں سمجھتا اور ہمیشہ امید افزا رویہ اختیار کیجئے بدترین حالات میں بھی امید کا دامن نہ چھوڑیے۔

☆ افسردگی اور محرومی کا احساس قریب نہ آنے دیجئے اور ہمیشہ کامیابی کے امکانات پر نظر رکھیے ماضی کو تبدیل کرنا ممکن نہیں لیکن مستقبل کو بہتر بنایا جاسکتا ہے۔

☆ مصائب' دشواریوں اور ناکامیوں کے خوف سے فرار کی راہ اختیار نہ کیجئے کیونکہ کسی کو ان سے فرار ممکن نہیں آپ جہاں جائیں گے یہ آپ کا تعاقب کریں گے اور تلخ صورتحال کو ہمیشہ حوصلے کے ساتھ قبول کیجئے خوف کے ساتھ کبھی نہیں۔

☆ یہ خیال دل سے نکال دیجئے کہ آپ کا حال سب سے بدتر ہے پریشانیاں اور دکھوں میں بھی آپ بہت سے دوسرے لوگوں سے آگے ہوں گے اور کہیں نہ کہیں برتری کے امکانات ضرور ہیں۔ جائیے آگے بڑھئے اور انہیں تلاش کیجئے۔

زندگی کا لطف صرف زندہ رہنے میں ہے۔ اپنے آپ میں رہیے اپنے مقصد کیلئے سرگرم عمل رہیے۔ اس بات کی فکر نہ کیجئے کہ دوسرے آپ کو کیا سمجھتے ہیں۔ آپ کے بارے میں کیا رائے رکھتے ہیں آپ کو برتر سمجھتے ہیں یا کمتر۔ توجہ صرف اس کام پر کیجئے جسے آپ نے مقصد حیات میں کامیابی کا ثمر ہوتی ہے۔ ''ہر فتح مندی' ہر کامرانی' ہر کامیابی سے پہلے ایک جنگ لازم ہوتی ہے لیکن بہت سے لوگ جنگ سے پہلے ہی فتح کی تمنا کرتے ہیں''

کامیابی کی سچی مسرتوں سے صرف وہی ہمکنار ہوتے ہیں جنہوں نے ناکامیوں سے گزر کر اور ان پر عبور حاصل کرکے کامیابی حاصل کی ہو۔

کالے جادو سے تڑپتے سسکتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

خون کی کمی | کمی خود اعتمادی | بیٹیوں کے رشتے | دل لگا کر کام نہیں ہوتا | پرسکون گھرانہ

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

خود اعتمادی کی کمی

مجھ میں خود اعتمادی کی بہت کمی ہے۔ میں ایک ملٹی نیشنل کمپنی میں کام کرتا ہوں لیکن اعتماد کی حد درجہ کمی کا شکار ہوں، کسی بھی اہم مسئلے پر مجھ سے بات نہیں ہو پاتی، اپنے سینئر سے بات کرتے ہوئے ہچکچاہٹ محسوس ہوتی ہے یہاں تک کہ کسی ایسی تقریب میں بھی سخت نروس ہو جاتا ہوں جہاں غیر نہیں بلکہ سارے رشتے دار اور دوست ہوتے ہیں۔ خود اعتمادی کی کمی کے باعث میں کسی بھی تقریب میں نہ جانے کیلئے عذر تلاش کرتا رہتا ہوں اور کوئی نہ کوئی بہانہ سوچتا ہوں جو لوگ مجھے محبت سے بلاتے ہیں میں ان سے بھی نہیں ملتا، بعد میں افسوس بھی بہت ہوتا ہے۔

جواب: ایک عمدہ کاغذ پر جو چھ انچ چوڑا اور نو انچ لمبا ہو، قطاروں میں چھوٹے چھوٹے دائرے بنائیں اور درمیان میں ایک نقطہ لگا دیں، دائرے نہ بہت چھوٹے ہوں نہ بہت بڑے اتنے بڑے ہوں کہ پانچ چھ فٹ سے بآسانی نظر آجائیں، اس کاغذ کو کسی گتے وغیرہ پر چسپاں کرلیں روزانہ رات کو اور صبح کو ان دائروں کو پوری توجہ سے پانچ فٹ دور سے دیکھا کریں، توجہ کو پوری طرح مرکوز رکھیں اور بجھنے نہ دیں رات سونے کیلئے لیٹیں تو آنکھیں بند کرکے دل ہی دل میں خود کو مخاطب کرکے یہ جملے دہرائیں کہ ”میرا اعتماد بحال ہوگیا اور میرا نروس ہونا ختم ہوگیا“ یہ جملے توجہ اور گہرائی کے ساتھ دہراتے دہراتے سو جائیں۔ انشاء اللہ کچھ عرصے میں آپ کا ارادہ اپنی کمزوری پر غالب آجائے گا اور مستقل مزاجی سے عمل کرتے رہیں۔

میں ڈرتی بہت ہوں

پتہ نہیں کیوں میں ڈرتی بہت ہوں۔ یہ ڈر کسی دن میری جان لے لے گا۔ خدارا میری مدد کریں۔ اس ڈر کی وجہ سے میرے اوپر کپکپی طاری ہو جاتی ہے اور رعشہ سے سارا بدن کانپتا ہے، جسم ٹھنڈا اور سخ ہو جاتا ہے، اس عذاب میں چار سال سے مبتلا ہوں۔

جواب: پہلے آپ کسی اچھے معالج سے اپنی طبی و جسمانی فعلیت کا معائنہ کرالیں، اپنی غذا کا بھی خیال رکھیں اور ہر قسم کی سبزیاں اور پھل ضرور استعمال کیا کریں۔ اگر کوئی طبی امر مانع نہ ہو تو چند چھوہاروں پر روزانہ ایک سو ایک بار ”یَا اَللّٰہُ یَا رَبَّ الرَّحِیْمُ“ دم کرکے کھالیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے آنکھیں بند کرکے بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ ایک حوض کے پانی میں ڈوبی ہوئی ہیں جس کا پانی نیلے رنگ کا ہے۔ اس تصور کو دس سے پندرہ منٹ تک قائم رکھیں۔

خون کی کمی

بیٹے کی پیدائش کے بعد سے صحت کے مسائل سے دوچار ہوں، خون کی زبردست کمی ہوگئی ہے، جسمانی کمزوری کے ساتھ ذہنی طور پر بھی نڈھال رہتی ہوں، جسم بے جان محسوس ہوتا ہے، علاج ہو رہا ہے لیکن جلد صحت یاب ہونے کیلئے کسی اسم و دعا سے بھی فیضیاب ہونا چاہتی ہوں۔ (انیلا، جہلم)

جواب: صبح وشام پانی پر سورۂ کہف کی آیت نمبر 109 گیارہ گیارہ بار دم کرکے پیا کریں جب بھی فارغ ہوں، زیادہ سے زیادہ یَاشَافِیُ یَاسَلَامُ کا ورد کیا کریں۔ رات سونے سے پہلے سورۂ فاتحہ اور سورۂ اعلیٰ ایک بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں۔

بیٹیوں کے رشتے

بیٹیوں کے رشتوں کیلئے بہت متفکر ہوں کئی وظائف پڑھے اور دعا کی چند رشتے آئے لیکن بات طے نہ ہوسکی۔ اب حد درجہ مایوسی طاری ہوگئی ہے نماز ادا کرتا ہوں اور پھر سوچتا ہوں کہ جب ہر کام اللہ کی مرضی سے ہوتا ہے اور اس کا وقت مقرر ہے تو پھر ذہنی پریشانی اور وظائف کے ورد سے کیا حاصل ہوگا۔ بیٹیوں میں کسی بات کی کمی نہیں ہے پھر بھی رشتوں میں رکاوٹیں موجود ہیں۔ (سرفراز سومرو، بلوچستان)

جواب: بلاشبہ ہر کام اللہ تعالیٰ کی مرضی، مشیت اور حکمت سے ہوتا ہے اور اسی میں یہ بات بھی شامل ہے کہ بندہ کوشش کے ساتھ دعا سے کام لے۔ اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ ”مجھ سے دعا کرو میں تمہاری دعاؤں کو سن رہا ہوں، میری قدرت اور رحمت سے مایوس نہ ہو“ دعا کی ایک طرز یہ ہے کہ اپنی مشکل کو اللہ تعالیٰ کے دربار میں بار بار پیش کیا جائے اور ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ اس کی صفات میں سے کوئی اسم یا اسماء کا مجموعہ بار بار پڑھا جائے تاکہ اس کی صفت بندے کے حال پر متوجہ ہو۔ یہ بھی حقیقت ہے کہ اللہ کی ذات کو کسی کام کیلئے مجبور نہیں کیا جاسکتا البتہ جب بندہ اس کی رحمت کو پکارتا ہے تو اس کی رحمت ضرور متوجہ ہوتی ہے کب اور کس طرح — یہ اللہ ہی کی مرضی پر منحصر ہوتا ہے، ان تمام باتوں کا تقاضا ہے کہ ہر حال میں اللہ پر بھروسہ کرتے ہوئے دعا کرتے رہیں، انشاء اللہ فضل الٰہی شامل حال ہوگا۔

دل لگا کر کام نہیں ہوتا

میرے بیٹے کی عمر تیس سال ہے، تعلیم کے بعد بفضل الٰہی اچھی نوکری مل گئی لیکن نوکری میں اس کا جی نہیں لگتا، دل لگا کر کام نہیں کرتا، کام کو ایک بوجھ تصور کرتا ہے، غیر مستقل مزاجی کا شکار رہتا ہے، ہم لوگوں نے اسے بہت سمجھایا ہے لیکن اس کا حال وہی ہے۔ گھر میں بڑا ہے، ڈر ہے کہ دوسرے بہن بھائی اس کا منفی اثر نہ لیں۔ (شاہدہ خاتون، کراچی)

جواب: رات کو جب بیٹا سو جائے تو ایک سو ایک بار بسم اللہ شریف اور تین بار سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 117 پڑھ کر اس کی شکل کا تصور کرکے دم کردیا کریں۔ پانی پر تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر کسی بھی وقت پلا دیا کریں۔ اللہ سے دعا ہے کہ وہ بیٹے کو ذمہ داری ادا کرنے کی توفیق عطا فرمائیں۔

صرف بسکٹ کھاتا ہے

میرے بیٹے کی عمر تین سال سے کچھ زیادہ ہے وہ کھانے پینے سے گریزاں رہتا ہے صرف بسکٹ شوق سے کھالیتا ہے، بڑی مشکل سے چند نوالے دن میں کھاتا ہے، ہم اس کی کم غذا کی وجہ سے پریشان ہیں کہ جسمانی و ذہنی نشوونما پر منفی اثر نہ پڑے، سمجھانے اور کوشش کے باوجود اس کی یہ عادت برقرار ہے۔

جواب: غذائی اجزاء کو مختلف انداز اور مختلف شکلوں میں بنا کر بچے کو کھلانے کی کوشش کریں اور ساتھ ہی یہ عمل کریں کہ جب بھی پانی پینے کو دیں اس پر گیارہ بار سورۂ یوسف کی پہلی آیت اور گیارہ بار یَا جَامِعُ دم کر کے پلا دیا کریں۔ انشاء اللہ

پرسکون گھرانہ

بچے کے اندر غذا کی طرف رجحان پیدا ہوگا۔

چند سال قبل تک ہمارا گھرانہ پرسکون اور خوشحال زندگی گزار رہا تھا پھر حالات تبدیل ہونے لگے معاشی حالات خراب ہونے لگے اور ساتھ ہی افراد خانہ کا ذہنی و اعصابی سکون بھی رخصت ہو گیا' صحت' تندرستی کے مسائل بھی سامنے آ گئے۔ اب حال یہ ہے کہ ان حالات سے نکلنے کا کوئی راستہ دکھائی نہیں دیتا۔ بھائی معاش کیلئے کوششیں کر رہے ہیں لیکن حسب توقع کوئی نتیجہ ظاہر نہیں ہو رہا۔ ویسے گھر میں تمام سہولتیں ہمیں میسر ہیں اور گزر بسر ہو رہا ہے لیکن افراد خانہ ذہنی سکون اور طبیعت میں ٹھہراؤ سے محروم ہو چکے ہیں۔ ہر شخص کے اندر قوت برداشت ختم ہوتی جا رہی ہے بڑوں کا احترام اور چھوٹوں کیلئے پیار کم ہوتا جا رہا ہے۔ ہمارا مشاہدہ ہے کہ ہم لوگوں سے پرخلوص ہو کر ملتے ہیں لیکن لوگ ہمارے لیے دل میں محبت کے جذبات نہیں رکھتے' پرائے تو پرائے رشتے داروں تک کا یہ حال ہو گیا ہے۔ افراد خانہ شکل وصورت سے بیمار اور توانائی سے محروم دکھائی دیتے ہیں۔

جواب: گھر والے نماز کی پابندی کے ساتھ نماز فجر کے بعد ایک بار پانی پر یَا وَدُودُ دم کر کے پی لیا کریں۔ بعد ازاں ایک سو ایک بار یَا بَاسِطُ یَا وَهَّابُ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اپنے حالات کے مطابق دعا کیا کریں۔ صحت اور تندرستی کیلئے صبح و شام پانی پر سورۂ حشر کی آیت نمبر 22 اور 23 گیارہ گیارہ بار دم کر کے پی لیا کریں۔ حسب استطاعت ضرورت مند افراد

ذہن منتشر ہو جاتا ہے

کی مالی اعانت پابندی سے کیا کریں۔

کالج کی طالبہ ہوں حصول علم کا شوق رکھتی ہوں اور محنت بھی کرتی ہوں' چاہتی ہوں کہ میرے اندر اعتماد اور ذہانت پوری طرح متحرک ہو جائیں۔ اللہ کا فضل ہے کہ اچھی طالبہ ہوں لیکن جب کوئی ٹیسٹ یا امتحان ہوتا ہے تو ذہن منتشر ہو جاتا ہے اور اس ذہنی کیفیت کی وجہ سے کئی غلطیاں مجھ سے سرزد ہو جاتی ہیں۔ بعض غلطیاں ایسی ہوتی ہیں جن پر بعد میں پچھتاتی ہوں کیونکہ عام حالت میں شاید مجھ سے نہ ہوتیں۔ (سعدیہ' لاہور)

جواب: ذہنی قوت اور ارتکاز توجہ میں اضافہ کیلئے آپ صبح اور رات کو اندھیرے میں بیٹھ کر کمر سیدھی رکھتے ہوئے آنکھیں بند کر لیں آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور اپنی توجہ سانس کے عمل پر سے ہٹنے نہ دیں۔ اس عمل کو متواتر دس پندرہ منٹ تک کرتی رہیں۔ ذہنی صلاحیتوں میں اضافے کیلئے آپ چالیس دن صبح روشنی نکلنے سے پہلے نمودار ہونے والی روشنی کو دس منٹ تک دیکھتے ہوئے درمیان میں تین بار سورۂ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ انشاء اللہ مطلوبہ ارتکاز توجہ اور

حالات کب بدلیں گے؟

شعوری قوت حاصل ہو جائیگی۔

میں نے امریکہ سے تعلیم حاصل کی ہے' پندرہ سال قبل غیروں میں شادی ہوئی لیکن ایک سال میں ہی طلاق ہو گئی۔ اس کے بعد سے بیروزگار ہوں' جس علم میں امریکہ سے ڈگری لی' اسے خیرباد کہہ دیا' اچھی نوکری نہیں ملتی۔ چھوٹی چھوٹی کئی نوکریاں کیں لیکن زندگی میں استحکام نہیں ملا' عمر کا اچھا دور گزر گیا ہے۔ کچھ سمجھ میں نہیں آتا کہ حالات کب بدلیں گے۔ میرے ان سوالات کے جوابات دیجئے۔ کیا میں دوبارہ امریکہ چلا جاؤں گا؟ کیا میری دوبارہ شادی ہو جائیگی؟ کیا مجھے اچھی نوکری مل جائے گی؟ کیا میرے مالی حالات بہتر ہو جائیں گے؟ (سرفراز حیات)

جواب: مذکورہ بالا سوالات کے جوابات معلوم کرنے سے بہتر ہے کہ آپ اپنی موجودہ زندگی میں ترتیب' نظم و ضبط' مستقل مزاجی پیدا کریں۔ اپنی زندگی کا ایک لائحہ عمل اپنی صلاحیتوں اور اپنے حالات کے مطابق طے کریں اور اللہ کے بھروسے پر پوری محنت اور استقامت سے قائم ہو جائیں۔ آپ کیلئے مستقبل میں کیا بہتر ہے اللہ تعالیٰ کی طرف سے از خود واضح ہو جائے گا۔ اگر آپ ضرورت محسوس کریں تو کسی تجربہ کار اور تعلیم یافتہ شخص سے اس بابت مشورہ کر سکتے ہیں۔ بہرصورت آپ کو مذکورہ بالا نکات کے مطابق اس لائحہ عمل کو اپنی زندگی میں جاری و ساری کرنا ہوگا آپ نماز فجر اور عشاء کے بعد ایک تسبیح یَا حَیُّ یَا قَیُّومُ اور گیارہ بار سورۂ توبہ کی آخری آیت پڑھ

پریشانی میں اضافہ

کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔

میری تین بیٹیاں ہیں اور تینوں پڑھی لکھی اور سلیقہ شعار ہیں ان کی شادیوں میں رکاوٹیں بہت آئیں' مسلسل تین برسوں تک رشتے آنے کے بعد دو چھوٹی بیٹیوں کی اللہ کے فضل سے شادیاں ہو گئیں اور ماشاء اللہ دونوں اپنے گھروں میں خوش ہیں' بڑی بیٹی کا ابھی تک رشتہ طے نہیں ہو سکا ہے کئی رشتے آئے لیکن نہ جانے کیوں انہوں نے انکار کر دیا۔ کچھ لوگ اسے بندش یا سحر کا نتیجہ قرار دیتے ہیں بیٹی کی بڑھتی عمر کی وجہ سے میری پریشانی میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ (جہاں آراء)

جواب: نماز عشاء کے بعد گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک بار سورۂ الزمر کی آیت نمبر 33 اور 34 پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے دربار میں اپنی التجا پیش کیا کریں۔ نماز فجر کے بعد ایک سو ایک بار یَا وَهَّابُ پڑھ کر دعا کریں۔ ضرورت مند افراد کی پابندی سے مدد کیا کریں۔ انشاء اللہ فضل الٰہی جلد شامل حال ہوگا۔

انسانوں کی ناف پر 1400 جراثیم پائے جاتے ہیں

امریکہ کی نارتھ کیرولینا اسٹیٹ یونیورسٹی کی ایک حالیہ تحقیق کے مطابق انسانوں کی ناف پر ایک وقت میں ایک ہزار چار سو کے قریب جراثیم موجود ہوتے ہیں۔ یونیورسٹی کی جانب سے 95 رضا کاروں کی مدد سے کیے گئے مطالعے میں سامنے آنے والے انکشافات کے مطابق نہ صرف انسانوں کی ناف پر موجود گانٹھ میں 1400 جراثیم نشوونما پا رہے ہوتے ہیں بلکہ ان میں سے تقریباً 662 ایسے جراثیم ہیں جن کی شناخت پہلی بار منظر عام پر آئی ہے۔ نتیجہ: اسی لیے طب کی پرانی کتابوں اور پرانے لوگوں کے تجربات میں ناف میں تیل لگانا اور صحت پانا ہے اور وہ لوگ سختی سے ناف میں تیل لگانے کی تلقین کرتے تھے۔ (محمد معین' اسلام آباد)

پیٹ میں کدو دانے کا زبردست نسخہ

بچوں کے پیٹ میں کدو دانے بچوں اور ماں باپ کیلئے بہت پریشان کن بیماری ہے۔ اس کیلئے میرا آزمودہ نسخہ حاضر خدمت ہے: ھوالشافی: ایک چھٹانک باؤ بڑنگ لے کر 6 جگہ برابر وزن کی پڑیاں بنالیں' 3 دن تک ایک صبح نہار منہ اور ایک شام سونے سے پہلے استعمال کروائیں۔ (راحت عائشہ' امریکہ)

دفتر عبقری کی بددیانتی اور بے ایمانی

اس سے پہلے بھی کئی بار یاددہانی کرائی گئی ہے کہ ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کر دیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ امید ہے کہ آپ عبقری پر اعتماد کریں گے۔ ہم ایمانداری سے رسالہ مطلوبہ پتے پر ارسال کر دیتے ہیں۔ آخر آپ عبقری کو بددیانت اور بے ایمان کیوں کہتے ہیں؟! (ادارہ عبقری)

سلسلہ وار آپ بیتی قسط نمبر

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

کہنے لگی میں لاوارث ہوں میری ماں فوت ہو گئی باپ نے آوارگی اختیار کی۔ میرے چار بھائی ہیں جو خود آزاد و پرست زندگی گزار رہے ہیں میری ماں کی خواہش تھی کہ میری بچی اور بیٹے نیکی کی طرف آئیں گھر میں سے کوئی بھی نہ آسکا میں آ گئی میں اب نیکی ہی میں آنا چاہتی ہوں تاکہ میری ماں کی قبر ٹھنڈی رہے اور اس کو سکون ملتا رہے اور یہ کہہ کر چلی گئی کہ میں آئندہ بھی آپ کی منت کرتی رہوں گی۔ آخر ہم سب گھر والے سر جوڑ کر بیٹھے اور فیصلہ یہ ہوا کہ اس کو اجازت دے دی جائے اور اب ہم نے اس کو اجازت دیدی ہے گزشتہ ساڑھے چھ ماہ سے اس کی شادی ہو گئی ہے شادی کی ترتیب کچھ یوں بنی کہ قوم جنات ہمارے بیٹے کو اٹھا کر لے گئے تین دن وہ وہاں رہا لیکن تین دن مسلسل ہمارا اس سے رابطہ رہا۔ کسی نامعلوم کال سے جس میں موبائل میں نمبر نہیں آتا تھا فون کرتا کہ میں خیریت سے ہوں۔

بیٹے نے اپنی شادی کی جو داستان سنائی تو کہنے لگا کہ میں جب وہاں پہنچا تو مجھے خوبصورت لباس پہنایا گیا جو کسی دور میں ہم مغل بادشاہوں کا لباس سنتے تھے جس میں خوبصورت تاج' شیروانی' شاہی جوتا' اور ہاتھوں میں ہیرے جواہرات اور سونے کے کنگن' گلے میں سونے کے ہار وہ لڑکی بہت مالدار ماں باپ کی بیٹی تھی باپ نے تو اپنا مال ضائع کیا لیکن ماں نے اس کا مال اپنا سارا اور شاہی کو دیا اور اس نے سنبھال کر رکھا ہوا تھا اور کہا کہ بہت بڑے عالم جنات اس میں موجود تھے' بڑے بڑے ولی انہوں نے ہمارا نکاح پڑھایا اور نکاح کے بعد ہم ایک بہت بڑے محل میں داخل ہوئے جو میری عقل اور شناسائی سے بہت دور تھا اس محل میں ہم جب پہنچے تو وہاں جگہ جگہ کمرے تھے' تخت تھے' جنات عورتیں خادمائیں تھیں تین دن میں وہاں رہا تیسرے دن ہمارا ولیمہ ہوا اور ولیمے میں بہت بڑی تعداد سے دور دراز کے جنات موجود تھے میں آخر وہ مجھے میرے گھر چھوڑ گئے اب میری بیوی میرے پاس شب بسری کیلئے آتی ہے۔ لڑکے کی ماں کہنے لگی کہ میرے بیٹے کے بقول میری بیوی امید سے ہے دعا کریں اللہ پاک بیٹا عطا فرمائے۔ اب یہ واقعات سن سن کر میرے لیے یہ داستانیں بہت پرانی ہو گئی ہیں۔ نئی

نہیں ہیں۔ لیکن ایک چیز جو سب سے بڑی اور سب سے زیادہ مجھے اکثر مشاہدے میں آتی ہے وہ یہ ہے کہ جنات کا عورتوں کو اٹھا کر لے جانے کے کیس بہت زیادہ ہیں اور اس میں ایسی عورتیں جو بیس بائیس سال کی عمر کے قریب ہوتی ہیں۔

بعض اوقات پچیس تیس سال کی عمر اور بعض اوقات اس سے زیادہ بھی لیکن اکثر بیس بائیس سال کی عمر کی خواتین کو جنات بہت زیادہ اٹھا کر لے جاتے ہیں۔ میں ایک سفر میں تھا جنات کی گدھ نما سواری پر بیٹھا ہوا تھا تاریک آسمانوں کے سفر میں اور ایک فضائے بسیط تھی ہر طرف خاموشی تھی' سناٹا تھا اور سواری مسلسل اڑ رہی تھی یہ سفر کچھ لمبا ہو گیا میں سمجھ گیا کہ آج فاصلہ کچھ بہت ہی زیادہ دور ہے — اڑتے اڑتے ہم آخر کار افریقہ کے ایک ایسے جنگل میں پہنچے جہاں مرد و عورتیں برہنہ رہتے ہیں' وہاں بہت بڑے بڑے درخت اتنے بڑے درخت کہ ایک اگر پچاس انسان بھی درخت کو اپنے ہاتھ پکڑ کر گھیریں تو اس درخت کا تنا نہیں پکڑا جا سکتا۔ اتنے بڑے درختوں پر جنات کا بسیرا ہے۔ ان جنگلات میں جنات کا قیام ہے میرا جانا دراصل وہاں کچھ یوں ہوا کہ وہاں ایک فوتگی ہو گئی تھی۔ میرے کچھ دوست جنات تھے جن کے رشتے دار وہاں رہتے تھے اور وہ مسلمان جنات تھے۔ ان کا بہت عرصے سے اصرار تھا کہ ہمیں علامہ صاحب سے ملاقات ضرور کرائیں کئی بار مجھ سے وہاں سے ملنے بھی آئے لیکن سفر کی زیادتی کی وجہ سے میں نہ جا سکا۔ اب ان کے سردار فوت ہو گئے اب ان دوستوں کا اصرار تھا جو یہاں کے دوست جنات تھے کہنے لگے آپ ضرور چلیں وہاں ان کی تعزیت بھی کریں اور دعا بھی کریں۔ یہ سفر کچھ ایسا تھا کہ جمعرات کی رات کا یہ سفر تھا کچھ یوں ہی تھا کہ میں ساری رات سفر میں ہی رہا۔

بہت دیر کے سفر کے بعد وہاں پہنچے بہت بڑے بڑے جنات انتظار میں تھے بچھے گئے ہوئے تھے قالین بچھے ہوئے تھے ہر طرف چہل پہل تھی لیکن افسردگی تھی وہ سردار جو فوت ہوئے تھے ان کے بقول ڈیڑھ سو سال تک دن میں روزہ رکھا اور کبھی بھی ان کا ایک روزہ نہیں چوکا۔ عمر تو ان کی بہت لمبی تھی لیکن ڈیڑھ سو سال صرف روزہ رکھا اور دن اور رات میں ایک قرآن پڑھ لیتے تھے اور لاکھوں قرآن انہوں نے اب تک پڑھے اور جب ان کی زندگی کا آخری وقت آیا تو ان کے بیٹے نے مجھے بتایا کہنے لگے کہ میرے والد نے مجھے قریب بلایا کہنے لگے بیٹا میں نے ساری زندگی بڑے بڑے علمائے محدثین کی خدمت کی ہے ان کی خدمت سے میں نے ایک راز اور موتی پایا اس راز کو سدا سنبھال کر رکھنا اور کبھی بھی اس راز کو ضائع نہ کرنا اور تجھے جب بھی کوئی مشکل اور پریشانی آئے اور جب کوئی حاجت ہو اس کا تعلق زمین والوں سے ہو یا آسمان والوں سے اس راز کو پڑھنا تجھے سو فیصد مطلوب ملے گا۔ بیٹا کہنے لگا میرے آنسو ٹپک رہے تھے اور میں والد کی کمزور آواز میں وہ راز اور نصیحت سن رہا تھا پھر میرے والد نے میرا ہاتھ پکڑا اور چوما اور کہنے لگے دیکھو بیٹا! اگر تو ہر وقت باوضو رہے گا تجھے کبھی بھی مقدر کے دھکے نہیں لگیں گے رزق میں برکت' صحت میں برکت' عزت وجاہت شان و شوکت تجھے ڈھونڈے گی تو اس کو نہیں ڈھونڈے گا تیری زندگی راحت و برکت کا ذریعہ رہے گی۔ ہمیشہ زندگی میں سلام کرتے رہنا' سلامتی تیرے چاروں طرف رہے گی اور جو راز میں تجھے دینا چاہتا ہوں وہ راز یہ ہے کہ دو رکعت نماز نفل حاجت کی نیت سے پڑھ اور اس میں ثناء کے بعد سورۃ فاتحہ شروع کر جب اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ پر پہنچ اور اس کو بار بار دوہرا اور اتنا دوہرا کہ تین سو چار سو دو ہزار تین ہزار کی تعداد میں اس کو دوہرا اگر تو کھڑا ہو کر نفل پڑھ لے تو سعادت اگر کھڑا نہیں ہو سکتا تو بیٹھ کر پڑھ لے۔ (جاری ہے)

آئندہ شمارے میں علامہ لاہوتی پراسراری کا خاص نمبر پڑھنا نہ بھولیں......!!!

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولا آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

مارچ کے جوابات

1۔ بہن! عبقری میں خوبصورت بنانے کا وظیفہ متعدد بار چھپ چکا ہے میں نے خود بھی آزمایا ہے اور میں نے آج تک جس کسی کو بھی بتایا ہے اس کے چہرے کے تمام مسائل حل ہوئے ہیں۔ وہ وظیفہ ہے:۔ **یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُ یَاجَمِیْلُ** ہے۔ آپ بھی کثرت سے یہ وظیفہ پڑھیں۔ انشاء اللہ آپ کے چہرے کے تمام مسائل بہت جلد حل ہوجائیں گے۔ دعاؤں میں مجھے بھی یاد رکھیے گا۔ **(بشریٰ، اسلام آباد)**

☆ آپ پانی زیادہ سے زیادہ پئیں‘ صبح اٹھ کر خالی پیٹ کم از کم ایک لیٹر پانی پینے کی عادت بنالیں۔ پہلے ایک گلاس سے شروع کریں پھر آہستہ آہستہ ایک لیٹر کی عادت پکی کرلیں اور اس کے ساتھ عبقری کی ”طب نبوی حسن و جمال کریم“ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کے چہرے کے تمام مسائل حل ہوجائیں گے۔ **(ڈاکٹر عاصم‘ لاہور)**

2۔ محترم بہن! مسائل وسائل سے نہیں بلکہ اللہ تعالیٰ کے حکم سے حل ہوتے ہیں وسائل حکم اور سنت ﷺ سمجھ کر اختیار کیے جاتے ہیں دراصل جب اوپر سے فیصلے ہوجاتے ہیں تو پھر تمام کام آسان ہوجاتے ہیں۔ لہٰذا آپ پہلا کام تو یہ کریں کہ رزق کی طرف توجہ کریں کیونکہ مشکوک رزق کی وجہ سے بے شمار مسائل شروع ہوجاتے ہیں اور دعائیں قبول نہیں ہوتیں۔ دوسرا اعمال اور وظائف میں مستقل مزاجی اور توجہ یکسوئی نہایت لازم ہے۔ تیسرا آپ تمام گھر والے یہ وظیفہ نہایت کثرت بلکہ جتنی زیادہ کثرت سے ہوسکے پڑھیں کم از کم 90 دن۔ وظیفہ یہ ہے:۔ **یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ سَبِّبْ لِیَ الْخَیْرَ**۔ روزانہ 800 دفعہ پڑھیں۔ **(ساجدہ حیات‘ پشاور)**

3۔ بھائی مجھے یہ مسئلہ کافی عرصہ رہا مجھے کسی نے چنبیلی کے تیل کی گالوں پر مالش کا بتایا میں نے کچھ عرصہ کیا۔ میرے پچکے گال ٹھیک ہوگئے چہرے پر دانوں کیلئے آپ خون صفاء کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ **(علی‘ لاہور)**

4۔ بھائی انور صاحب آپ کا نفسیاتی مسئلہ لگتا ہے۔ آپ روزانہ کم از کم آدھا پارہ ترجمہ کے ساتھ پڑھیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور نماز کی باقاعدگی رکھیں باوضو رہیں اور وضو کے بعد تین گھونٹ پانی شفاء کی نیت سے پئیں۔ ہر وقت اور ہر نماز کے بعد گیارہ بار مکمل اذان پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرلیا کریں۔ اللہ خیر کریگا۔ **(شاکر علی‘ فیصل آباد)**

اپریل کے سوالات

1۔ میری عمر 17 سال ہے میری دور کی نظر دن بدن کمزور ہورہی ہے۔ کالج میں بورڈ پر لکھا ہوا پڑھنا بہت دشوار ہوتا ہے۔ زیادہ دیر کتاب پڑھوں تو آنکھیں درد کرتی ہیں۔ جس کی وجہ سے مجھے بہت پریشانی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ دوست احباب میرا مذاق اڑاتے ہیں جس کی وجہ سے میں احساس کمتری کا شکار ہوگیا ہوں۔ براہ مہربانی کوئی آسان حل فرمائیں۔ **(کنور عزیز‘ اسلام آباد)**

2۔ میری عمر ابھی صرف 25 سال ہے اور سر کے بال گرنا شروع ہوگئے ہیں تقریباً آدھے سر سے کافی بال اتر گئے ہیں۔ سب لڑکے مذاق اڑاتے ہیں۔ میں ابھی غیر شادی شدہ ہوں اور میری شادی میں رکاوٹ کا سب سے بڑا مسئلہ ہی سر کے بال ہیں۔ قارئین مجھے کوئی دوا بتائیں یہ بال گرنا بند ہوجائیں۔ **(ارشد لطیف‘ فیروز والہ)**

3۔ میری عمر 50 سال ہے میں چاہتا ہوں کہ لمبی عمر تک صحت مند رہوں‘ کوئی بیماری وغیرہ نہ آئے اب بھی میں بھی بیمار نہیں رہتا۔ میری پچھلی پچاس سالہ زندگی بہت اچھی گزری ہے لیکن جب میں اور لوگوں کو دیکھتا ہوں کہ وہ پچاس سال کے بعد کمزور ہونا اور بیمار ہونا شروع ہوجاتے ہیں لیکن میں چاہتا ہوں کہ میں جب تک زندہ رہوں صحت مند اور فٹ رہوں۔ قارئین کوئی ایسی ترتیب بتائیں کہ میرا مقصد پورا ہوجائے۔ **(جاوید خان‘ بنوں)**

4۔ محترم قارئین! پچھلے دو سال سے ہمارا پورا گھرانہ ذہنی کے مرض میں مبتلا ہوا تھا اس بار پھر ہمارے خاندان کے کئی افراد باوجود ہر قسم کی احتیاط کے اس میں مبتلا ہیں اگر قارئین کے پاس کوئی آزمودہ عمل یا ٹوٹکہ ہے تو براہ مہربانی ضرور بتائیں بہت سے لوگوں کا بھلا ہوگا۔ **(آریان‘ لاہور)**

مسافران آخرت

آصف محمود خان کے بیٹے فوت ہوگئے ہیں۔ موصوف حضرت کے ابتدائی متعلقین اور مخلصین میں سے ہیں۔ اللہ تعالیٰ انہیں ان کی والدہ اور اہلیہ کو صبر جمیل عطا فرمائے اور انہیں اس کا بہترین بدل دنیا و آخرت میں عطا فرمائے۔

قارئین سے ایصال ثواب کی اپیل ہے۔

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر

حضرت اسامہ رضی اللہ عنہ اپنے والد سے روایت کرتے ہیں کہ حضرت جعفر اور حضرت علی اور حضرت زید بن حارثہ رضی اللہ عنہم اجمعین ایک دن اکٹھے ہوئے تو حضرت جعفر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ میں تم سب سے زیادہ حضور نبی اکرم ﷺ کو محبوب ہوں اور حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ میں تم سب سے زیادہ حضور نبی اکرم ﷺ کو محبوب ہوں اور حضرت زید رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ میں تم سب سے زیادہ حضور نبی اکرم ﷺ کو پیارا ہوں پھر انہوں نے کہا چلو حضور نبی اکرم ﷺ کی خدمت اقدس میں چلتے ہیں اور آپ ﷺ سے پوچھتے ہیں کہ آپ ﷺ کو سب سے زیادہ پیارا کون ہے؟ اسامہ بن زید رضی اللہ عنہ کہتے ہیں پس وہ تینوں حضور نبی کریم ﷺ سے اجازت طلب کیلئے حاضر ہوئے تو آپ ﷺ نے فرمایا: دیکھو یہ کون ہیں؟ میں نے عرض کیا: جعفر علی اور زید (رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین) ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ان کو اجازت دو پھر وہ داخل ہوئے اور کہنے لگے: یارسول اللہ! ﷺ آپ ﷺ کو سب سے زیادہ محبوب کون ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا فاطمہ رضی اللہ عنہا‘ انہوں نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ ہم نے مردوں کے بارے میں دریافت کیا ہے تو حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اے **جعفر!** تمہاری خلقت میری خلقت سے مشابہ ہے اور میرے خُلق تمہارے خُلق سے مشابہ ہیں اور تو مجھ سے اور میرے شجرۂ نسب سے ہے اے علی! (رضی اللہ عنہ) تو میرا داماد اور میرے دو بیٹوں کا باپ ہے اور میں تجھ سے ہوں اور تو مجھ سے ہے اور اے زید تو میرا غلام اور مجھ سے اور میری طرف سے ہے اور تمام قوم سے تو مجھے پسندیدہ ہے۔ **(احمد‘ حاکم)**

حضرت عمرو بن میمون رضی اللہ عنہ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے ایک طویل حدیث میں روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے کسی کو سورۂ توبہ دے کر بھیجا پھر آپ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ عنہ کو اس کے پیچھے بھیجا پس انہوں نے وہ سورۃ اس سے لے لی۔ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اس سورۃ کو سوائے اس آدمی کے جو مجھ میں سے ہے اور میں اس میں سے ہوں کوئی اور نہیں لے جاسکتا۔ **(امام احمد)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

حسین مرغا

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے شوہر کے ساتھ اپنی چچی کی عیادت کیلئے جا رہی ہوں لیکن راستہ چچی کے گھر سے بالکل الگ ہے جگہ جگہ خوبصورت نایاب پودے لگے ہوئے ہیں اور پودوں میں اکثریت پھلوں والے پودے ہیں۔ وہ روڈ یہ راستہ ہے آگے لکڑی کا گیٹ ہے جس کو ہم کھولتے ہیں تو اس میں سے بکرے کے بہت پیارے بچے بھاگ کر نکل جاتے ہیں اسکے ساتھ مرغا' مرغی اور چوزے بھی بھاگتے ہیں ہم ان کو پکڑ پکڑ کر واپس گیٹ میں ڈالتے ہیں۔ ایک مرغا گلی میں کھڑی ریڑھی کے پیچھے چھپ جاتا ہے۔ میں اس کو دیکھ کر پکڑ لیتی ہوں اور کہتی ہوں یہ ڈاڑھی والا سفید مرغا کیسا چھپ کے بیٹھا ہے۔ میرا چھوٹا بیٹا کہتا ہے امی کیا یہ اپنی ڈاڑھی اور بال کٹواتا ہے۔ میں کہتی ہوں ہاں یہ ہینڈسم ہے' خوبصورت بن ٹھن کے گھومتا ہے۔ میں اپنے بیٹے کو اس طرح سمجھاتی ہوں کہ دیکھو تم بھی بال کٹوایا کرو تا کہ خوبصورت لگو پھر اس مرغے کی ڈاڑھی مردوں جیسی ہوتی ہے اور جس وجہ سے مرغا اچھا لگ رہا ہوتا ہے۔ (نزہت' لاہور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق انشاء اللہ آپ کو اولاد کی خوشیاں نصیب ہوں گی اور آپ کی اولاد نیک اور فرماں بردار ثابت ہوگی۔ آپ سورۂ فرقان کی آیت نمبر 74 ہر نماز کے بعد گیارہ بار پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔

ڈائناسار کے جتنا طوطا

میں نے دیکھا کہ باہر کے دروازے سے اچانک ایک آسٹریلوی طوطا جو سائز میں ڈائناسار کے برابر تھا آرہا ہے۔ میں نے امی کو آواز دی اور کہا کہ امی دیکھیں کتنا بڑا طوطا آیا ہے۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے ایک کے بعد ایک اسی سائز کے جانور آنے لگے۔ میں جلدی سے کھڑکی میں گئی کہ کوئی نظر آئے تو کہوں یہ جانور کہاں سے آرہے ہیں۔ اتنے میں دیکھا کہ کچن میں ایک بہت بڑا گینڈے نما کالا موٹا جانور بیٹھا ہے اتنے میں باہر مہمان آگئے وہ بیٹھے تو میں نے امی سے کہا ان سے اس جانور کو کچن سے نکلوا دیں ورنہ چائے کیسے بنائیں گے۔ لیکن امی نے منع کر دیا اور خود چائے بنانے چلی گئیں کہ میں بناتی ہوں۔ باہر بارش بھی ہو رہی تھی اور اندھیرا تھا۔ (ایس۔ آر۔ کوئٹہ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے کچھ بدخواہ و حاسد رشتہ داروں نے آپ اور آپ کے گھر والوں پر بندش کر رکھی ہے جس کی وجہ سے تمام کاموں میں رکاوٹیں پیدا ہو رہی ہیں۔ آپ روزانہ 313 بار معوذتین (سورۂ فلق' سورۂ ناس) پانی میں پڑھ کر پی لیا کریں اور تمام گھر والوں کو یہ پانی پلائیں۔ نیز گھر کے چاروں کونوں میں اسی پانی کے چھینٹے مارے جائیں۔ مدت عمل اکتالیس دن ہے۔

عجیب قسم کے جانور کی دعا

میری امی نے دیکھا کہ وہ ایک سڑک پر جا رہی ہیں دیکھتی ہیں کہ وہاں ایک درخت ہے جس کے نیچے عجیب قسم کا جانور ہے جس کی صورت کچھ ماؤس جیسی ہے۔ میری امی اسے دیکھ کر بہت مارتی ہیں وہ ایک آدمی کو بھی اسے مارنے کیلئے کہتی ہیں کہ مجھے یہاں سے گزرنا ہے۔ اسے مارو لیکن وہ ربڑ کی طرح نرم ہو جاتا ہے جیسے مر گیا ہو لیکن وہ مرا نہیں ہوتا بلکہ اس درخت کے نیچے سے اٹھ کر کنگز پر سبز رنگ کے دربار میں چلا جاتا ہے۔ جہاں میری ماں کو بھی جانا ہوتا ہے۔ جب وہاں سے میری امی گزرتی ہیں تو وہ کہتا ہے کہ اللہ تمہیں سات بیٹے دے حالانکہ (چار بہنیں اور دو بھائی ہیں) پھر میری امی اس کے منہ سے یہ بات سن کر کہتی کہ میں نے اسے کیوں مارا اور پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کی والدہ کو خواب کے مطابق انشاء اللہ بہت خوشحالی نصیب ہوگی وہ روزانہ سورۂ واقعہ سات مرتبہ پڑھ لیا کریں۔

استغفار کی برکت

میں نے دیکھا کہ میرے پیچھے میری امی کی پھوپی (ج) بھاگتی ہوئی آرہی ہیں میں ان سے بچنے کیلئے مسجد میں چلی جاتی ہوں۔ مسجد میں بہت ٹھنڈک اور سکون ہوتا ہے اور میں سوچتی ہوں کہ میں استغفار پڑھوں تو یہ بھاگ جائیں گی۔ میں استغفار پڑھتی ہوں تو وہ غائب ہو جاتی ہیں۔ (سائرہ' لاہور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو اللہ پاک نے کسی بڑی پریشانی میں مبتلا ہونے سے بچا لیا ہے۔ آپ نیک اعمال کی پابندی کریں۔ بالخصوص صدقہ دیں اور استغفار کثرت سے پڑھا کریں۔

یادیں

میں نے دیکھا ہے کہ میں ایک شادی میں گئی ہوئی ہوں اور خوش ہوں ہنس رہی ہوں لیکن اس شادی میں ایسی عورتیں ہیں جنہیں میں نے برسوں بعد دیکھا ہے۔ ان میں سے ایک عورت مجھ سے بات کرنی لگی تو میں نے ان کو پہچان لیا۔ یہ تین چار سال پہلے مر چکے تھے۔ وہ مجھ سے کہنے لگی کہ میں مری نہیں ہوں زندہ ہوں۔ مجھے ایسا لگا سب کے سب مر چکے ہیں اور میں ان کے ساتھ ہوں۔ (رخسانہ' گوجرانوالہ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے پھانسے ہوئے کام انشاء اللہ جلد پورے ہو جائیں گے۔ آپ یَا حَفِیْظُ پڑھا کریں۔

حقیقت پسندی

میں نے دیکھا کہ حقیقت میں میں جس لڑکی کو پسند کرتا ہوں میں اس کے گھر کے سامنے کھڑا ہوں۔ جب دروازہ کھٹکھٹاتا ہوں تو اس کا چھوٹا بھائی دروازہ کھولتا ہے۔ میں اس سے کہتا ہوں کہ (س) کو بلاؤ۔ وہ بلا کر لے آتا ہے پہلی نظر میں تو وہ مجھے پہچانتی نہیں ہے مگر جب تھوڑا غور کرتی ہے تو خوشی سے کھل اٹھتی ہے (حقیقت میں ہم تین سال سے نہیں ملے) اور مجھے گھر کے اندر لے جاتی ہے۔ وہاں اس کے امی اور ابو بھی آتے ہیں اور مجھ سے مل کر خوش ہوتے ہیں۔ اس کی امی مجھ سے چائے کا پوچھتی ہیں۔

میں سوچتا ہوں تکلف میں منع کر دوں مگر منع نہیں کرتا۔ وہ چائے بنا کر (س) کے چھوٹے بھائی کے ہاتھ بھجوا دیتی ہیں مگر وہ صحیح طرح سے چائے کا کپ پکڑ نہیں پاتا۔ یہ دیکھ میں اٹھتا ہوں اور خود چائے کا کپ لے لیتا ہوں۔ جب میں چائے کا کپ لیکر بیٹھتا ہوں تو تھوڑا کنفیوز ہوتا ہوں اور میرا ہاتھ تھوڑا سا کانپنے لگتا ہے مگر پھر اپنی اس حالت پر کنٹرول کر لیتا ہوں اسکے بعد یہ سب کمرے سے چلے جاتے ہیں اور کمرے میں صرف (س) اور میں رہ جاتے ہیں اور پھر میں اسے سارے حالات یا کہانی سناتا ہوں وہ حالات کہانی جو اس سے بچھڑنے کے بعد سے اب تک ہوئے اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (شیر' حیدرآباد)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق جس لڑکی کو آپ پسند کرتے ہیں وہ صرف تصوراتی محبت ہے' حقیقت میں اس کیلئے کوشش کرنا آپ کیلئے صرف پریشانیوں اور تفکرات ہی لاسکتا ہے لہٰذا آپ حقیقت پسندی اختیار کریں۔

تمام پھلوں سے زیادہ وٹامن آملہ میں

(بنت فضل)

آملے میں نئی قوت اور توانائی مہیا کرنے کی تاثیر پائی جاتی ہے۔ اس میں ایک ایسا عنصر پایا جاتا ہے جو نہ صرف بڑھاپے کے آثار روکتا بلکہ طاقت بھی برقرار رکھتا ہے۔ یہ انسان کی جسمانی قوت مدافعت بڑھاتا اور اسے بیماریوں سے محفوظ رکھتا ہے

مثل مشہور ہے کہ آملے کا کھایا اور بزرگوں کا کہا بعد میں پتا چلتا ہے یعنی ان دونوں میں جو فوائد پوشیدہ ہیں وہ آگے چل کر سامنے آتے ہیں۔ آملے میں قوت و توانائی کا خزانہ بند ہے۔ جو لوگ آملے کا خوردنی استعمال کریں وہ صحت کے ساتھ لمبی عمر پاتے ہیں۔ آملے کا پھل گول شکل کا ہوتا ہے گودا سخت اور موٹا ہوتا ہے۔ تحقیق کے مطابق اس میں موجود وٹامن سی کی مقدار دنیا کے سبھی پھلوں سے زیادہ ہے۔ یہ وٹامن بہت جلد انسانی بدن میں جذب ہو کر صحت اور قوت مدافعت بڑھانے اور درازی عمر میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

غذائی صلاحیت: آملے کی زبردست قدر و قیمت اس کے بڑے جزو حیاتین ج کی وجہ سے ہے۔ مزید برآں اس میں کیلشیم' فاسفورس' فولاد اور وٹامن ب بھی ملتے ہیں۔ آملہ استعمال کرنے کا سب سے بہتر طریقہ یہ ہے کہ اسے نمک کے ساتھ کچا کھایا جائے۔ یوں اس میں موجود حیاتین ج (سی) اور فولاد کم سے کم ضائع ہوتا ہے۔ آملے کے دانے بطور سبزی بھی استعمال ہوتے ہیں۔ یہ عموماً دوا کے کام زیادہ آتا ہے۔

طبی استعمال: پھیپھڑوں کے امراض آملے کے استعمال سے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ ☆ امراض قلب' زور زور سے دل دھڑکنے کی حالت اور کمزور دل حضرات کیلئے آملے کا مربہ مفید ہے۔ ☆ زیادہ پیاس لگنے یا تے آنے کی صورت میں آملہ چوستے رہیے۔ ☆ آملے کا سفوف منجن کے طور پر انگلی سے دانتوں پر ملنے' مسوڑھوں سے خون آنا بند' دانتوں کا میل صاف اور ہلتے اور دکھتے دانتوں کو آرام ملے گا۔ ☆ آملے کا باریک سفوف اگر چوٹ کے مقام پر چھڑک کر باندھ دیا جائے تو خون بہنا بند ہو جائے گا اور زخم بھی جلد ٹھیک ہوگا۔ ☆ تازہ آملے کا رس ایک چمچ اور ایک چمچ شہد ملا کر جو آمیزہ بنے وہ انتہائی عمدہ اور قیمتی دوا ہے۔ یہ متعدد بیماریوں کا شافی علاج ہونے کے ساتھ ساتھ صحت بخشتی ہے۔ ایک ہفتے تک روزانہ صبح سویرے اس آمیزے کا استعمال جسم کو قوت و توانائی سے بھر دیتا ہے۔ شدید کمزوری کی صورت میں اسے دو ہفتے استعمال کیجئے۔ اگر تازہ پھل دستیاب نہ ہو تو خشک سفوف کو بھی شہد میں ملا کر معجون بنالیجئے۔

یہ آمیزہ سانس کی بیماریوں میں بہت مفید ہے۔ خاص طور پر پھیپھڑوں کی تپ دق' دمے اور کھانسی میں موثر ہے۔

☆ آملہ' تخم جامن اور کریلوں کا ہم وزن سفوف ذیابیطس کی عمدہ دوا ہے۔ اس سفوف کی ایک چھوٹی چمچی دن میں ایک یا دو بار لینا مرض بڑھنے سے روکتا ہے۔ ☆ دس گرام آملہ پانی میں کوٹ کر چھان لیں۔ بعد ازاں اس میں مصری یا شکر ملا کر پینے سے نکسیر کا خون بند ہو جاتا ہے۔ اسی طریقے سے بواسیر کے خون کا علاج بھی کیا جاسکتا ہے۔ ☆ جوڑوں کے درد اور سوزش میں بھی آملہ مفید ہے۔ خشک آملے کا سفوف ایک چمچ شکر دو چمچ ملا کر ایک ماہ تک دن میں دو مرتبہ لینا اس مرض کا موثر علاج ہے۔

بڑھاپا: آملے میں نئی قوت اور توانائی مہیا کرنے کی تاثیر پائی جاتی ہے۔ اس میں ایک ایسا عنصر پایا جاتا ہے جو نہ صرف بڑھاپے کے آثار ختم کرتا ہے بلکہ طاقت بھی برقرار رکھتا ہے۔ یہ انسان کی جسمانی قوت مدافعت بڑھاتا اور اسے بیماریوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ دل کو قوت دیتا' بالوں کو مضبوط بناتا اور جسم کے مختلف غدودوں کو فعال کرتا ہے۔ ایک سنیاسی کی مثال ہے کہ اس نے ستر برس کی عمر میں آملے کے استعمال سے خود کو پھر سے جوان بنالیا تھا۔

بال: گھنے بالوں اور آملے کا تو چولی دامن کا ساتھ ہے۔ بالوں کو چمکدار بنانے کیلئے دیسی نسخوں اور ٹوٹکوں میں آملے کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ تازہ آملہ ٹکڑوں میں کاٹ کر سائے میں خشک کرلیں۔ پھر انہیں ناریل کے تیل میں اتنا پکائیے کہ تیل کی شکل جلے ہوئے برادے جیسی ہو جائے۔ یہ سیاہی مائل تیل بالوں کو سفید ہونے سے بچانے کیلئے عمدہ دوا ہے۔ ☆ تازہ یا خشک آملے کے ٹکڑے رات کو پانی میں بھگو دیں۔ اگلے دن اس پانی سے سر کے بال دھوئیں۔ یہ ان کی نشوونما کیلئے اچھی غذا ہے۔ یاد رہے کہ صرف اسی پانی سے بال دھوئیے کسی قسم کا شیمپو استعمال نہ کریں۔

☆ آملے کا سفوف پانی میں ملا کر گاڑھا سا لیپ بنالیجئے۔ پھر اسے بالوں کی جڑوں میں لگا کر کچھ دیر بعد سر دھولیں۔ سفوف اور پانی کا مرکب اتنا گاڑھا ہونا چاہیے کہ تمام بالوں کی جڑوں میں لیپ ہو سکے۔

ڈینگی بخار کا توڑ

کسی صالح متقی پرہیزگار اور نمازی یا خود جو کہ پابند نماز ہو۔ دو نقش کالی سیاہی سے لکھیں۔ ایک نقش کو موم جامہ کروا کر اپنے گلے میں پہن لیں جبکہ دوسرا نقش کسی پانی والی بوتل جس میں آب زمزم کا کچھ پانی شامل ہو۔ صبح دوپہر شام اپنے استعمال میں رکھے ہر تیسرے یا چوتھے دن نیا نقش لکھ کر دوبارہ آب زمزم میں شامل شدہ پانی استعمال کریں۔ استعمال شدہ نقش گولی بنا کر نگل لیں۔ جب تک آدمی صحت یاب نہیں ہوتا یہی پانی استعمال کرتا رہے۔ یہ نقش تیسرے بخار میں بھی تیر بہدف ثابت ہوتا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ چند دنوں میں مکمل صحت یابی نصیب ہوگی آزما کر دیکھیں حیرت انگیز نتیجہ برآمد ہوگا۔ نقش یہ ہے:۔

بسم اللہ الرحمن الرحیم

اللہ محمد ﷺ

بحرمت حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ

بحرمت حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ

بحرمت حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ

بحرمت حضرت علی کرم اللہ وجہہ

یانار کونی بردا و سلاما علی ابراھیم

اللھم احفظنا من کل بلاء الدنیا والاخرۃ

ڈینگی وائرس کا روحانی علاج: سورۃ الفاتحہ 41 مرتبہ اول و آخر درود ابراہیمی کے ساتھ پڑھ کر صبح و شام مریض پر دم کریں اور پانی پر دم کر کے پلائیں۔ اللہ کے فضل و کرم سے مریض جلد صحت یاب ہوگا۔ ☆ سورۃ رحمن اور سورۃ تغابن مریض پر پڑھ کر دم کریں اور پانی پر دم کر کے پلائیں اور سورۃ رحمن مریض کو سنائیں تین دن میں شفا یابی ہوگی۔ **ڈینگی وائرس کا طبی علاج:** ہلدی' ثابت پودینہ خشک' چھوٹی الائچی' بڑی الائچی سب ایک ایک چھٹانک لیں۔ پانی میں ڈالیں اور اسے خوب پکائیں۔ 15 کپ پانی میں سے جب 12 کپ رہ جائے تو اس میں حسب ضرورت شہد مکس کرلیں اور ہر گھنٹے بعد پئیں انشاء اللہ تین دن میں شفاء ہوگی۔ ☆ سیب کے جوس کے گلاس میں چند قطرے لیمن جوس کے ملا کر ہر گھنٹے بعد مریض پیے انشاء اللہ تین دن میں شفاء ہوگی۔ ☆ پپیتہ کا عرق دن میں چار دفعہ پلائیں کوشش کریں کہ خالص نکلا ہوا ہو۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی یہ بھی بہت آزمودہ نسخہ ہے جس سے اللہ تعالیٰ نے بہت سے مریضوں کو شفاء دی ہے۔ (محمد یونس لاہور)

جو ہر شفائے مدینہ کا قہوہ بنا کر ہر دو گھنٹے بعد ایک پیالی پیئے اور ساتھ اکسیر البدن استعمال کرنے سے بھی ڈینگی بخار بہت جلد ختم ہو جاتا ہے اور کمزوری بالکل نہیں ہوتی' ساتھ روحانی عمل لازمی کریں۔ یہ بہت سارے لوگوں کا آزمایا ہوا ہے۔ (قہوہ تھوڑا سا گلے کو لگے گا مگر لازمی پئیں)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بال اتر رہے ہیں

مجھے کچھ عرصہ پہلے ٹائیفائیڈ ہوا تھا اس کے بعد سے بال گچھوں کی شکل میں اتر رہے ہیں اور جسم بھاری ہوتا جارہا ہے۔ خوراک ایسی ہونی چاہیے جس سے میرا جسم موٹا نہ ہو۔ (پ خان' اسلام آباد)

مشورہ: پ بی بی! کالج کی لڑکیوں کو چٹ پٹی چیزیں بہت پسند ہوتی ہیں۔ آپ پراٹھے' سموسے' تلی ہوئی چیزیں اپنی غذا سے نکال دیجئے اور سبزی' دہی' تازہ پھل' سلاد کھایئے۔ کچھ ماہ اکسیر البدن استعمال کریں۔ سر پر تیل کی مالش کیجئے اور سادہ کھانا جو گھر میں پکے وہ کھایئے۔ بازاری کھانے مت کھائیں۔

سیب کے فوائد

سیب کئی طرح کے ہوتے ہیں۔ بڑے بڑے لال سرخ سیب دیکھ کر دل للچاتا ہے۔ میری امی بازار سے چھوٹے سیب لاتی ہیں کیا ان کا کوئی فائدہ ہے۔ مجھے تو یہ ننھے سیب اچھے نہیں لگتے۔ گھر والے شوق سے یہ سیب کھاتے ہیں اور میں پریشان رہتی ہوں۔ (راحت ملک' گجرات)

راحت بی بی! سیب بہت اچھا پھل ہے سیب کی کئی قسمیں ہیں۔ سرخ' گلابی' زرد' سبز' سرخ زرد' سیاہی مائل سرخ سیب عام ملتے ہیں۔ اس میں موجود فولاد' کیلشیم' فاسفورس اور دوسرے اجزاء سے اچھا خون بنتا ہے اور عمدہ خون صحت کیلئے ضروری ہے۔ چھوٹے سیب بھی اچھے ہوتے ہیں۔ انہیں چھلکوں کے ساتھ کھانا چاہیے۔ اس طرح مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں۔ آج کل لوگ ڈیپریشن کا شکار رہتے ہیں۔ کام بہت زیادہ ہوتا ہے اپنی غذا میں صرف ایک سیب شامل کرلیں تو بہت فائدہ ہوگا۔ جسم کے خراب مادے خارج ہوں گے۔ طبیعت بحال رہے گی۔ سیب کا رس بھی پیا جاتا ہے مگر بہتر یہی ہے کہ اچھی طرح دھلا ہوا سیب آہستہ آہستہ چبا کر کھایا جائے تاکہ دانت بھی صاف ہوتے ہیں جن کی وجہ سے جگر اچھا کام کرتا ہے۔ جوڑوں کا درد بھی نہیں ہوتا۔ دل کو قوت ملتی ہے۔ آپ سیب کھایئے آپ کی پریشانی دور ہوجائے گی۔

خاوند کی بدسلوکی

میں بارہ برس سے امریکہ میں مقیم ہوں۔ میرے شوہر انتہائی پڑھے لکھے ہیں۔ یہاں پڑھاتے ہیں۔ میں خود ڈاکٹر ہوں۔ میرا ایک بچہ ہے آپ پڑھ کر حیران ہوں گی کہ دوسروں کو پڑھانے اور انہیں راہ راست دکھانے والا میرے ساتھ کیسا گھٹیا سلوک کرتا ہے۔ نو برس سے وہ میرے کمرے میں نہیں آیا۔ گھر آتے ہی بک بک شروع کردیتا ہے۔ گندی سوچ کا مالک ہے' اٹھتے' بیٹھتے مجھے فحش گالیاں دیتا ہے۔ ایک پیسہ نہیں دیتا۔ گھر کا تھوڑا بہت سامان لادیتا ہے اور بس۔ میرا ایک اہم امتحان ہونے والا ہے مگر اس حالت میں' میں کیسے پڑھ سکتی ہوں؟ ذہنی سکون ہی نہیں۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں؟ کہاں جاؤں آپ کا رسالہ دیکھا تو سوچا شاید آپ میری مدد کرسکیں اور اس اذیت سے نکال دیں۔ (م۔ر' فیصل آباد)

مشورہ: آپ کا خط ملا۔ اس کا جواب آپ کو مل گیا ہوگا۔ ہم لوگ سمجھتے ہیں کہ امریکہ اور لندن لڑکیاں بیاہ کر جائیں تو بڑی اچھی زندگی گزارتی ہیں۔ ایسی کوئی بات نہیں مجھے وہاں سے بھی لڑکیوں کے بے شمار خطوط آتے ہیں امریکہ میں قانون کی حکمرانی ہے۔ عدالت باآسانی خرچہ دلوادیتی ہے۔ بچے کی تعلیم بھی ہوسکتی ہے۔ اس کے باوجود عموماً مشرقی لڑکیاں روایتی شرافت کے ساتھ وہاں رو پیٹ کر گزارہ کرتی ہیں اور شکایت تک نہیں کرتیں حالانکہ صرف ایک ٹیلی فون کرنے سے ہی حکومت ان کی مدد کرسکتی ہے۔ مگر وہ لڑکیاں خود شوہر سے چھٹکارا نہیں چاہتیں۔

آپ کو میں یہ مشورہ دوں گی کہ اللہ تعالیٰ کی ذات پر بھروسہ کرتے ہوئے اپنی پڑھائی مکمل کیجئے۔ مستقبل کے منصوبے پر عملدرآمد آپ کے اپنے ہاتھ میں ہے۔ ساری باتیں بھلادیجئے اور یہ سوچیے کہ آپ نے نئی زندگی شروع کرنی ہے۔ اس کیلئے آپ کو ساری توجہ پڑھائی پر دینی پڑے گی۔ یہ اچھا خاصا مشکل امتحان ہے مگر جب آپ کامیاب ہوں گی تو خود دیکھیں گی کہ طلوع ہونے والا چمکتا سورج بھی آپ کی خوشیاں میں شریک ہے۔ ساتھ ساتھ دعا بھی کیجئے اللہ تعالیٰ بڑا رحیم ہے دعا میں بڑی طاقت ہے۔ میں نے آپ کیلئے دعا کروادی ہے اب آپ ہمت کیجئے اور اپنے شوہر کو دکھا دیجئے کہ آپ امتحان پاس کرکے اچھی پوسٹ پر ڈاکٹر لگ سکتی ہیں اور یہ اتنا مشکل بھی نہیں۔

گوہانجی کا مسئلہ

پچھلے سال میری سیدھی آنکھ میں گوہانجی نکل آئی پہلے درد ہوتا ہے پھر دانہ بن کر پیپ پڑتی ہے تب آدھی آنکھ بند ہوجاتی ہے۔ ہر ماہ ایک بار ضرور نکلتی ہے۔ میں اس کا علاج کرواتے کرواتے تھک گئی ہوں۔ آپ کے رسالے کی قاریہ ہوں۔ مجھے دوا نہیں تو ٹوٹکا بتایئے پریشان ہوکر خط لکھ رہی ہوں۔ (فائزہ رحیم' شکر گڑھ)

مشورہ: گوہانجی جب بھی نکلے تو واقعی پریشانی ہوتی ہے۔ ایک سادہ سا ٹوٹکہ یہ ہے کہ جب بھی محسوس کریں آنکھ متاثر ہورہی ہے سیدھے ہاتھ کی انگلی دوسرے ہاتھ کی ہتھیلی پر خوب رگڑیں جب انگلی گرم ہوجائے تو متاثرہ آنکھ پر رکھ دیجئے۔ پانچ چھ دفعہ ایک ایک گھنٹہ بعد یہ عمل کرنے سے گوہانجی عموماً دب جاتی ہے۔ لونگ رگڑ یا پیس کر لگانے سے بھی آرام آتا ہے۔ بڑی بوڑھی عورتوں کا ٹوٹکہ یہ تھا کہ املی کا بیج پیس کر روزانہ تین چار بار لگانے سے گوہانجی دوبارہ نہیں نکلتی۔ گھیکوار بھی مفید ہے۔ اس کا گودا یا رس پلیٹ میں رکھ کر بار بار آنکھ پر لگائیں۔ روزانہ کم از کم تین چار بار لگایئے۔ اس سے دو دن میں آرام آجاتا ہے۔

جن میری نانی کو پیسے دیتے ہیں

نسیم احمد، ایبٹ آباد

ان کو کشتی میں بٹھا کر سمندر کی سیر کرائی سمندر میں نانی صاحبہ نے کشتی کے بالکل ساتھ ایک کاغذ کا ٹکڑا تیرتا ہوا دیکھا انہوں نے اس کو وہاں سے اٹھایا تو دیکھا کہ پانچ سو کا نوٹ تھا۔ سب حیران ہوئے بالکل سوکھا نوٹ تھا۔ ذرا بھر بھی پانی نہ لگا تھا

میرے ایک رشتہ دار عید کے دوسرے دن میرے گھر تشریف لائے' کچھ جادو ٹونے اور جنات کی باتیں ہو رہی تھیں۔ انہوں نے اپنی نانی صاحبہ کا قصہ سنایا جو آج بھی زندہ حیات ہیں۔ کہنے لگے کہ جب یہ چھوٹے تھے اپنے ننھیال جایا کرتے تھے۔ ہر جمعرات کو ان کی نانی صاحبہ بیہوش ہو جاتیں۔ ہاتھوں کی مٹھیاں بھینچ جاتیں۔ انگوٹھے مٹھی کے اندر ہو جاتے۔ پسینہ سے شرابور ہو جاتیں۔ جمعرات کو جن آجاتا اور جمعہ کی صبح کو چلا جاتا۔ ان کے نانا صاحب اچھے خاصے عالم تھے۔ جن سے جان چھڑانے کے کئی علم کیے مگر جن کہتا کہ میں کبھی نہیں جاؤں گا۔ سارے گھر والے اس سے طرح طرح کی باتیں پوچھتے وہ بالکل صحیح جواب دیتا۔ ایک مرتبہ چینی کی قلت ہو گئی قلت کی وجہ سے گھر والے پریشان تھے کیونکہ صبح کا ناشتہ چائے کے ساتھ کیا جاتا تھا جمعرات کو جب جن آیا تو نانا صاحب نے کہا کہ چینی نہیں مل رہی تم کسی جگہ سے لا سکتے ہو جن نے جواب دیا فکر نہ کریں آجائیگی۔ جمعہ کو جب سویرے اٹھے تو ایک تھیلی میں کافی چینی پڑی ہوئی گھر میں موجود تھی۔ کبھی کبھی وہ پھل وغیرہ بھی لایا کرتا تھا گھر کے کسی کونے میں رکھ دیتا تھا۔ وہاں سے کسی کی نظر پڑتی تو اٹھا کر کھا لیتے تھے جس چیز کا کہتے تو وہ جواباً کہتا کہ میں لے آؤں گا مگر میری ملکیت نہیں میں چوری کر کے لاؤں گا اور قیامت کے دن آپ ذمہ دار ہوں گے۔ کئی چیزیں پھل مٹھائیاں بچوں کے کہنے پر لا کر رکھ دیتا تھا۔

ان کے نانا صاحب نے بڑی منت کی کہ وہ نہ آیا کرے مگر وہ کہنے لگا کہ کچھ بھی کرو میں ضرور آؤں گا۔ میں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتا۔ نہ کوئی ایذا دیتا ہوں' مسلمان ہوں۔ مالی مدد بھی کچھ نہ کچھ کرتا رہتا تھا۔ جن جس وقت نکلتا نانی صاحبہ کو ہوش آتا مگر جسم میں اتنا درد ہوتا کہ دو تین دن چل بھی نہ سکتیں اور نماز بھی نہ پڑھ سکتیں۔ اس وجہ سے سارے گھر والے پریشان ہوتے۔

ایک دن ان کو ایک مزار پر جو مظفر آباد سے کچھ میل کے فاصلہ پر ہے لے گئے وہاں کے صاحب کو سارا قصہ سنایا انہوں نے چلہ کیا جن حاضر ہوا اور انہوں نے اس سے عہد لیا کہ وہ آئندہ نہیں آئیگا۔ اس کے بعد جن نے آنا بند کر دیا مگر غائبانہ طور پر نانی صاحبہ کی مالی مدد کرتا رہتا ہے جو آج تک جاری ہے۔ چارپائی کے پاس فرش پر کئی دفعہ ان کو روپے ملے ہیں اگر کسی رشتہ دار کے گھر جا رہے ہوں تو راستے میں سے نوٹ پڑے مل جاتے ہیں' کہتے ہیں کہ جب وہ کراچی میں تھے تو نانی صاحبہ ان کے ہاں گئیں انہوں نے ان کو کشتی میں بٹھا کر سمندر کی سیر کرائی سمندر میں نانی صاحبہ نے کشتی کے بالکل ساتھ ایک کاغذ کا ٹکڑا تیرتا ہوا دیکھا انہوں نے اس کو وہاں سے اٹھایا تو دیکھا کہ پانچ سو کا نوٹ تھا۔ سب حیران ہوئے بالکل سوکھا نوٹ تھا۔ ذرا بھر بھی پانی نہ لگا تھا۔

دوسرا واقعہ: انہوں نے سنایا کہ گزشتہ عید قربان کے چند دن پہلے نانی صاحبہ ان کے گھر آئیں۔ دو تین دن رہ کر واپس اپنے گھر کیلئے رخصت ہوئیں میں بھی اور دو بچے بھی ان کے ساتھ اڈے پر چھوڑنے کیلئے گھر سے نکلے کچھ دیر چلے تو نانی صاحبہ کو راستے میں دو ڈھائی سو روپے پڑے ہوئے ملے کچھ انہوں نے اپنے پاس رکھ لیے اور کچھ بچوں کو دے دیئے۔ ہمیشہ کہتی رہتی ہیں کہ جن ان کی غائبانہ مدد کرتا رہتا ہے اور کسی وقت مجبور نہیں ہونے دیتا۔

پیٹ درد' پیچش' مروڑ' گرمی' سینے میں جلن

آدھ پاؤ دھنیا خشک' آدھ پاؤ سفید زیرہ ان دونوں کو باریک پیس کر نمک 20 گرام اور دو چمچ چینی ڈال کر ٹھنڈے پانی سے ایک بڑا چمچ۔ پھر دس منٹ کے وقفے سے آدھا چمچ لیں۔ آدھ گھنٹے میں ہی آرام آجائیگا۔ یہ نسخہ ہمارے خاندان کا آزمودہ ہے۔ آج تک ایسا نہیں ہوا کہ ہم نے کسی کو یہ دوائی دی ہو اور اس کو آرام نہ آیا ہو۔

لیکوریا کا کامیاب علاج

کیکر کے پھول' گوند کتیرا' چھوٹی الائچی' موصلی سفید' سرمہ سفید' مغز بادام' کھوپرا پاؤ۔ مصری ایک کلو لیکر ان سب چیزوں کو کوٹ کر دودھ کے ساتھ صبح نہار منہ اور زیادہ مرض ہو تو رات کو بھی کھائیں۔ یہ دوائی میری والدہ کی آزمودہ ہے اور میری والدہ کافی سالوں سے بنا کر لوگوں کو دے رہی ہیں اور اللہ ان کو شفاء دے رہا ہے۔ (فرزانہ ذیرہ اسماعیل)

کیا تھیں وہ عورتیں......؟

عرین شمسی، لاہور

میرے ساتھ میری حبشی باندی بھی تھی میں اس کو ایک جگہ بٹھا کر آگے چلا گیا اور اس سے کہہ گیا کہ یہیں بیٹھی رہ میں ابھی آتا ہوں

حضرت حبیبہ عدویہ رضی اللہ عنہا جب نماز سے فارغ ہو جاتیں تو اپنے کپڑے کو اپنے اوپر لپیٹ کر چھت پر کھڑی ہو جاتیں اور دعا میں مشغول ہو جاتیں اور کہتیں یا اللہ ستارے چھپ گئے اور لوگ سو گئے...... بادشاہوں نے اپنے دروازے بند کر دیئے اور ہر شخص اپنے محبوب کے ساتھ تکیہ میں چلا گیا اور میں تیرے سامنے کھڑی ہوں یہ کہہ کر نماز شروع کر دیتیں اور ساری رات نماز پڑھتیں جب صبح صادق ہو جاتی تو کہتیں یا اللہ رات چلی گئی کاش مجھے معلوم ہو جاتا کہ میری یہ رات تو نے قبول فرما لی تاکہ میں اپنے آپ کو مبارکباد دوں یا تو نے رد کر دی تاکہ میں اپنی تعزیت کروں۔ تیری عزت کی قسم! اگر تو نے مجھے اپنے دروازہ سے دھکیل بھی دیا تب بھی تیرے کرم اور تیری بخشش کا جو حال مجھے معلوم ہے اس کی وجہ سے تیرے در سے نہیں ہٹوں گی۔

حضرت عجرۃ رحمۃ اللہ علیہا نابینا تھیں ساری رات جاگتیں اور جب سحر کا وقت ہوتا تو بہت غمگین آواز سے کہتیں یا اللہ! عابدوں کی جماعت نے تیری طرف چل کر رات کے اندھیرے کو قطع کیا وہ تیری رحمت اور تیری مغفرت کی طرف ایک دوسرے سے آگے بڑھنے کی کوشش کرتے رہے۔ یا اللہ! میں صرف تجھ ہی سے سوال کرتی ہوں۔ تیرے سوا کسی دوسرے سے میرا سوال نہیں ہے کہ تو مجھے سابقین کے گروہ میں شامل کر لے اور عالی علیین تک پہنچا دے اور مقرب لوگوں کے درجہ میں داخل کر دے۔ سارے کریموں سے زیادہ کریم ہے اے کریم...... یہ کہہ کر سجدہ میں گر جاتیں کہ ان کے رونے کی آواز سنائی دیتی اور صبح تک روتی رہتیں اور دعائیں کرتی رہتیں۔ ایک بزرگ کہتے ہیں کہ میں ایک دن بازار جا رہا تھا میرے ساتھ میری حبشی باندی بھی تھی میں اس کو ایک جگہ بٹھا کر آگے چلا گیا اور اس سے کہہ گیا کہ یہیں بیٹھی رہ میں ابھی آتا ہوں۔ جب میں واپس آیا تو وہ اس جگہ نہ ملی۔ مجھے بہت غصہ آیا اور اسی حالت میں گھر گیا جب اس نے مجھے غصہ میں دیکھا تو کہنے لگی میرے آقا عتاب میں جلدی نہ کرو ذرا میری بات سن لو۔ مجھے آپ ایسی جگہ بٹھا کر گئے تھے جہاں کوئی اللہ کا نام لینے والا نہیں تھا مجھے ڈر ہوا کہیں یہ جگہ زمین میں نہ دھنس جائے۔ اس کی بات سے مجھے بڑا تعجب ہوا میں نے اس سے کہا کہ تو آزاد ہے۔ کہنے لگی آقا تم نے میرے ساتھ اچھا سلوک نہ کیا۔ میں نے کہا کیوں؟ کہنے لگی کہ پہلے جب میں باندی تھی تو مجھے دوہرا ثواب ملتا تھا (جیسا کہ حدیث میں ہے کہ جو غلام اللہ کی اطاعت کرے اور اپنے مالک کی خدمت کرے اس کو دوہرا اجر ہے) اب آپ نے آزاد کر کے میرا ایک اجر ضائع کر دیا۔

فردوس جہاں

ڈیپریشن سے چھٹکارے کا آسان انداز

اپنے بچوں کو بری باتوں سے منع کریں۔ ہر بچے کو اس کے مزاج کے مطابق سمجھائیے۔ کبھی کسی کی برائی اس کے پیچھے نہ کریں ہمسایوں اور رشتے داروں سے نرم لہجے میں بات کریں۔ کسی پریشانی والی بات پر اپنا موڈ خراب مت کریں

آج کل ہر دوسرا آدمی ذہنی دباؤ کا شکار نظر آتا ہے۔ آیئے! علاج سے پہلے ہم اس کے اسباب پر غور کریں۔

ذہنی دباؤ اور بے اطمینانی کی سب سے بڑی وجہ تو یہ ہے کہ ہم قناعت پسند نہیں رہے۔ اعتدال ہمارے زندگیوں سے نکل چکا ہے اور بہت زیادہ کمانے کی ہوس نے ہمیں اخلاق اقدار سے بھی دور کر دیا ہے۔

دوسری وجہ کم افرادی قوت سے زیادہ کام لینے کا رجحان ہے ایک طرف بیروزگار ڈیپریشن کا شکار نظر آتے ہیں تو دوسری طرف ایمانداری سے کام کرنے والے افراد پر زندگی تنگ کر دی جاتی ہے۔ خواتین میں ذہنی دباؤ عموماً گھریلو حالات کی وجہ سے ہوتا ہے کیونکہ ہر دور میں خواتین کے جذبات کو سمجھنے کے بجائے ان سے ایک نچلے درجے کی مخلوق کا سا برتاؤ کیا جاتا رہا ہے۔ نتیجتاً خواتین اپنے ذہنی دباؤ کا اظہار لڑائی' جھگڑے کی صورت میں کرتی ہیں۔

افراط زر انسانوں میں بے حسی پیدا کرنے کے ساتھ ساتھ ذہنی اور دلی انتشار کا شکار کرتا ہے پھر غلط کاموں سے کمایا ہوا مال و دولت انسان کو اندر سے بے چین رکھتا ہے۔ اسی لیے ایک حیرت انگیز بات جو دیکھنے میں آتی ہے کہ ڈیپریشن کا مرض بڑی تیزی سے صاحب حیثیت لوگوں میں پھیل رہا ہے۔ بے انتہا دولت اور شہرت کے باوجود یہ لوگ اندر سے مردہ ہو چکے ہیں۔ اس کے علاوہ بے اعتدال معمولات زندگی نے بھی ہمیں ذہنی دباؤ' بے سکونی اور بے خوابی سے نوازا ہے حالانکہ یہ بات بھی جاننا ضروری ہے کہ چونکہ ہر ذی روح کو دکھ سکھ اور اچھے اور برے حالات سے گزرنا پڑتا ہے لہٰذا اسے ہر طرح کے حالات سے مقابلے کیلئے تیار رہنا چاہیے۔

ذہنی دباؤ کا علاج دراصل خود آپ کے اپنے ہاتھ میں ہے۔ آیئے! طریقہ علاج پر ایک نظر ڈالیں۔ سب سے پہلی بات تو یہ کہ عورت معاشرے کا بڑا فعال اور اہم ستون ہے اس بات کو کھلے دل سے تسلیم کرلیں۔ دوسری تلخ بات یہ ہے کہ بے سکونی دراصل اسی اہم ستون کی کمزوریوں کی وجہ سے جنم لے رہی ہے چونکہ ایک عورت (اچھی ماں' بیوی) اپنے گھر اور گھر والوں کے معمولات پر گہری نظر رکھتی ہے لہٰذا سب سے پہلا قدم عورتوں کو اٹھانا ہوگا۔ پہلے اپنے اندر تبدیلی پیدا کریں۔ اپنے روزانہ کے معمولات کو صحیح ترتیب میں رکھیں۔ کوشش کریں کہ گھر کے کام اپنے ہاتھوں سے انجام دیں دو سے تین گھنٹے اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت پر لگائیں۔

یہ تھی پہلی سیڑھی دوسری سیڑھی یہ ہے کہ اپنے بچوں کو بری باتوں سے منع کریں۔ ہر بچے کو اس کے مزاج کے مطابق سمجھائیے۔ کبھی کسی کی برائی اس کے پیچھے نہ کریں ہمسایوں اور رشتے داروں سے نرم لہجے میں بات کریں۔ کسی پریشانی والی بات پر اپنا موڈ خراب مت کریں۔ آپ کے اندر تبدیلی آتے ہی کچھ چیزیں خودبخود ٹھیک ہو جائیں گی۔

مردوں کو ذہنی دباؤ عموماً گھریلو لڑائی جھگڑے اور دفتر کی پریشانیوں کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ اپنی پریشانیاں کسی کو سنا دینا بھی ایک علاج ہے۔ گھر میں والدین اور شریک حیات سے بڑھ کر کوئی رازدار نہیں ہو سکتا۔ زندگی کو ممکنہ حد تک سادہ رکھئے اپنا مقابلہ دوسروں سے نہ کریں۔ اپنی زندگی کے اچھے لمحات اور کامیابیوں کو ہمیشہ یاد رکھیں اور تلخیوں کو بھلانے کی کوشش کریں جو لوگ آپ کی زیر نگرانی کام کرتے ہیں ان سے ہمیشہ حسن سلوک کریں ان کے مسائل کو حل کریں وقتاً فوقتاً آپس میں گھل مل کر ایک دوسرے کو سننے کی کوشش کریں۔

اگر آپ غصے کے تیز ہیں تو غصے کی حالت میں ایک گلاس ٹھنڈا پانی پی کر آنکھیں بند کر کے چند منٹ لیٹ جایئے۔ اپنی عبادتوں میں مستقل مزاجی پیدا کریں اللہ سے رابطہ آپ کو بہت سی برائیوں سے بچائے گا۔ کھانا ہمیشہ وقت پر کھانے کی کوشش کریں۔ غذا سادہ اور توانائی سے بھرپور ہو۔ یعنی سبزی اور پھلوں کا استعمال زیادہ کریں۔ میٹھی اور چکنائی سے بھرپور چیزوں' باہر کے کھانوں اور بے وقت کھانے سے پرہیز کریں آدھے ایک گھنٹہ اپنی ورزش کیلئے نکالیں۔ تیز چہل قدمی' ہلکی پھلکی جسمانی ورزش آپ کو تر و تازہ کر دے گی۔

ایک بات کا خیال رکھئے کہ ورزش ہمیشہ کھانے سے پہلے کریں اور روزانہ مستقل مزاجی سے کریں۔ نیند ہمیشہ پوری کریں۔ بہت زیادہ چائے کافی نہ پئیں۔ تمباکو سگریٹ نوشی سے بالکل دور رہیں۔ خود سے کبھی کوئی دوا استعمال نہ کریں۔ اپنے مزاج کے مطابق کچھ ایسی سرگرمیاں ڈھونڈ نکالیں جن سے آپ ہلکا پھلکا محسوس کرتے ہوں مثلاً کتابیں پڑھنا' ڈائری لکھنا' دوسروں کی مدد کو ہمہ وقت تیار رہنا وغیرہ وغیرہ۔۔۔۔ ہر سال کچھ عرصے کیلئے چھٹی لے کر اپنے اہل خانہ کے ساتھ ضرور وقت گزاریں۔ آپ کا ذہنی دباؤ کچھ حد تک آپ کو محنت کی طرف مائل کرتا ہے اگر یہ ضرورت سے زیادہ ہو جائے تو مندرجہ بالا باتوں پر ضرور عمل کریں۔

دانتوں میں پتھر جیسی مضبوطی کیلئے

میرے دانتوں میں پیپ تھی جس کے علاج کیلئے میں مقامی حکیم کے پاس گئی انہوں نے درج ذیل نسخہ دیا اور کہا کہ یہ نسخہ ہلتے دانت جمادے گا اور پائیوریا سے جلد آرام آجائیگا' یعنی پیپ کو خشک کرتا ہے' خون کو بند کرتا ہے' جیسا بھی درد ہو ختم ہو جائیگا۔ نسخہ یہ ہے:۔ سپاری چکنی دو تولہ' مازو پھل ایک تولہ' پھٹکڑی کی کھیل ایک تولہ' ہڑ بڑا ایک تولہ' سبز ایک تولہ' طباشیر چھ ماشہ' پھول کتھا تین ماشہ' کافور دو ماشہ۔ یہ سب باریک پیس کر کم از کم دن میں تین بار دانتوں پر ملیں' زرد دور ہو جائیگا' دانتوں میں چمک اور پتھر جیسی مضبوطی آجائیگی۔ نوٹ: دانت جب پیلے ہوئے تھے تو اسی حکیم صاحب نے بتایا کہ شہد میں لہسن کا رس ملا کر دانتوں پر ملیں اس سے دانتوں میں سفیدی آجاتی ہے میں نے تجربہ کیا تو واقعی میرے دانت سفید ہو گئے۔ (ا۔ن۔ب۔ ہری پور)

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں: بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

روحانی پھکی سے کینسر اور لاعلاج بیماریاں ختم

ایک صاحب بتانے لگے ایک خاتون نے اپنے رشتہ داروں کو جو کہ پنڈی ڈھوک الٰہی بخش رہتے ہیں انہیں روحانی پھکی بھیجی ان کا کینسر ٹھیک ہوگیا اس سے پہلے وہ جائیداد کا آٹھواں حصہ اور تمام زیورات اس کینسر کے علاج میں ختم کر چکے تھے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

پچھلے دنوں دوران سفر بہاولپور میں عبقری کے ڈیلر اشرف علی صاحب سے ملاقات ہوئی موصوف بغیر معاوضے کے ہوم ڈلیوری اور دوسری ایسی ترجیحات جو عام ڈیلر نہیں دے سکتے عبقری کے قارئین کو دے رہے ہیں۔ موصوف اور ان کے احباب بیٹھے تو حسب معمول میں نے عرض کیا کہ اپنے مشاہدات اور تجربات بتائیں جو قارئین کی نذر کرنے ہیں جو مشاہدات مجھے ملے وہ قارئین آپ کی امانت ہیں‘ امانت کو لوٹانا امانت ہوتی ہے ورنہ خیانت۔ ☆ایک صاحب بتانے لگے کہ میرا سورۃ الفیل پر اتنا اعتماد ہے کہ دنیا کا کوئی مسئلہ ہو میں سورۃ الفیل مع تسمیہ ہر وقت پڑھتا ہوں وضو بے وضو سارا دن میرا یہی ورد رہتا ہے اور میرا ناممکن ممکن ہوتا ہے۔ میرے گھریلو مسائل بہت زیادہ پیچیدہ تھے‘ معاشی مسائل کاروباری مسائل بہت ناممکن کی حد تک پہنچ چکے تھے میں نے دن رات اسے پڑھنا شروع کیا میری آنکھوں کا مشاہدہ ہے میرے لیے ناممکن راہیں ممکن ہوگئیں کمالات کی دنیا ملی مسائل حل ہوئے پریشانیاں دور ہوئیں اب تو میرا یہ یقین ہے کہ جب بھی کوئی مشکل ہو میں حضرت حکیم صاحب کا بتایا ہوا یہ وظیفہ یعنی سورۃ الفیل پڑھتا ہوں اور میرا ہر کام ہو جاتا ہے۔ ایک اور صاحب بتانے لگے کہ مجھے حکیم صاحب نے اذان کا عمل بتایا تھا بیٹی کے 76 فیصد نمبر شاندار کامیابی کے ساتھ ملے بس اس کا ایک عمل تھا کہ جب بھی اس کو ڈرائیور گاڑی میں چھوڑنے جاتا تو وہ جاتے ہوئے کم از کم سات دفعہ اذان پڑھ لیتی اور خود بیٹی بتاتی ہے کہ گھر میں کسی کا کوئی جھگڑا ہو مسئلہ ہو یا کسی کو غصہ آرہا ہو تو میں وہیں کھڑے کھڑے اذان پڑھنا شروع کردیتی ہوں۔ غصہ اور جھگڑا ختم ہو جاتا ہے۔ ان کی بہن کا بیٹا امریکہ چلا گیا اور پھر واپس نہیں آرہا تھا ماں نے لاہور بیٹھ کر ہر نماز کے بعد اذان سات دفعہ پڑھنا شروع کی۔ بیٹا کچھ ہی عرصے کے بعد واپس آیا اور معذرت کی۔ ☆ایک اور خاتون کا مشاہدہ ان کے بھائی نے بتایا ان کی بیٹی کے پیپروں کا ایک نہایت پیچیدہ مسئلہ تھا۔ وہ گھر سے نکلتے ہوئے اذان پڑھنا شروع کردیتی جب وہ پروفیسر کے پاس گئیں تو ان کا کام ہوگیا۔ ایک اور صاحب بتانے لگے کہ میری عادت ہے میں روزانہ اپنی دکان کے قریب تھانے میں قیدیوں کو برف دینے جاتا ہوں ایک قیدی نے مجھے اپنی قید کی تکالیف بتائیں میں نے اسے سورۃ الکوثر مع تسمیہ مسلسل پڑھنے کو بتایا وہ پڑھتا رہا کچھ ہی دنوں کے بعد وہ قید سے آزاد ہوگیا۔ ☆ایک صاحب بتانے لگے ایک خاتون نے اپنے رشتہ داروں کو جو کہ پنڈی ڈھوک الٰہی بخش رہتے ہیں انہیں روحانی پھکی بھیجی ان کا کینسر ٹھیک ہوگیا اس سے پہلے وہ جائیداد کا آٹھواں حصہ اور تمام زیورات اس کینسر کے علاج میں ختم کر چکے تھے۔ اب وہ روحانی پھکی لے کر مخلوق خدا کو بانٹ رہی ہے اور ہر شخص کو کہہ رہی ہے کہ میں آغا خان ہسپتال کے علاج سے مایوس ہوکر آخر روحانی پھکی سے فیض یافتہ ہوں۔ ☆صادق آباد کے ایک بہت بڑے جاگیردار کی اہلیہ کا بتایا کہ وہ جوڑوں کے درد کیلئے بیرون ملک علاج کیلئے گئیں جوڑ پتھرا گئے مایوس ہوکر واپس آئے انہوں نے جوہر شفائے مدینہ کا استعمال مسلسل شروع کیا آج وہ بالکل ٹھیک ہیں۔ ☆بتانے لگے کہ اقبال صاحب سابق آفیسر فیصل بینک ستر سال کی عمر میں ہیں‘ شدید کمر اور جوڑوں کے درد میں مبتلا ہوئے اٹھنا بیٹھنا مشکل ہوگیا۔ دس ڈبیاں جوہر شفائے مدینہ کی استعمال کیں سو فیصد تندرست ہوگئے۔ کہنے لگے رات کو مصلے پر حکیم صاحب کیلئے مسلسل دعا کرتا ہوں۔ ☆انہی میں سے ایک صاحب بتانے لگے کہ جلال پور پیر والا (ملتان کے قریب) اللہ وسایا پٹواری شوگر کی وجہ سے انسولین لیتے تھے پانچ شوگر کورس استعمال کیے اب لاہور سے بہاولپور تک تمام راستہ سوہن حلوہ کھایا کیونکہ انہیں بہت پسند ہے شوگر کنٹرول رہی۔ کہنے لگے بیٹا چار سال کی عمر میں بھوک نہیں لگتی تھی نظر کمزور ہڈیاں باہر نکلی ہوئیں جسم پیلا طبیعت نڈھال اسے آدھی گولی اکسیر البدن اور آدھی گولی روشن دماغ صبح و شام ایک ماہ استعمال کرائی نہایت بہترین رزلٹ ہے اور ایک تندرست بچے کی حیثیت سے زندگی گزار رہا ہے۔ محمد سلیم بتانے لگے کہ ان کے والد کو گیس‘ تبخیر‘ طبیعت میں بے طاقتی کوئی چیز ہضم نہیں ہوتی تھی ہر وقت دل کی گھبراہٹ بے چینی انہوں نے روحانی پھکی استعمال کی آج بالکل تندرست ہیں۔

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-2168390۔ پشاور: عباس نیوز ایجنسی اشرف روڈ 091-2573666۔ راولپنڈی: کہکشاں نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 051-5505194۔ لاہور: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 042-7236688۔ سیالکوٹ: بلال بک سٹال ریلوے روڈ 0321-7120318۔ ایبٹ آباد: طیب بک سنٹر 0344-9381998۔ ملتان: ادارہ اشاعت الخیر ملتان 0322-6748121۔ رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز 068-5872626۔ خانیوال: طاہر سٹیشنری مارٹ۔ علی پور: ملک نیوز ایجنسی 0333-7684684۔ ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی 064-2017622۔ جھنگ: حافظ محمد اسلام، قرآن محل سلطان ہاؤس 0314-3401441۔ حاصل پور: اسلام الدین نیوز ایجنسی اخبار حاصل پور 0622-442439۔ دنیا پور/پاکپتن: میر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ گلور کوٹ: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ مظفر گڑھ: مولانا محمد یوسف المحبوب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔ گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظ اشرف علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ شورکوٹ کینٹ: حبیب اللہ ٹریڈ بک اسلامیہ والے 0302-7296211۔ بہاولپور: نوید صاحب، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755۔ بورے والا: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ وہاڑی: فاروق نیوز ایجنسی شیخ کالونی 0301-6661714۔ بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنسی 0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد حسین جھنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی 0345-6892591۔ ڈسکہ: نایاب نیوز ایجنسی 0300-6430315۔ حیدر آباد: المحبوب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0300-3037026۔ سکھر: شیخ نیوز ایجنسی مہران مرکز 071-5613548۔ کوئٹہ: قرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-7812805۔ حضرو: خواجہ نعیم پنساری سٹور حضرو ضلع اٹک 0301-5514113۔ اٹک شہر: ظفر اقبال بک مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ میلسی: امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس 0321-7982550۔ خان پور: چوہدری نذیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو 068-5572654۔ واہ کینٹ: حبیب الامیر بری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نیو اتفاق اخبار مارکیٹ 0300-6698022۔ بہاولنگر: المدینہ بک تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766۔ صادق آباد: عاصم نذیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی 068-5705624۔ قلعہ دیدار سنگھ: عطاء الرحمن میڈیکل سٹور سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ 0300-7451933۔ بھکر: ممتاز نیوز ایجنسی چوک 0300-7781693۔ کوٹ ادو: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی 0333-6008515۔ کنڈیارو: باشا، اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ منڈی بہاؤالدین: 1۔ حذیفہ دواخانہ 0345-6810615۔ 2۔ آصف ہنگرین اینڈ کریم سنٹر 0345-5861514۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی 0302-7768638۔ خوشاب: امیر احمد جان 0333-9748847۔ نارووال: باذل نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال 0333-8749464۔ جہانیاں: محمود یہ کتب خانہ 0321-7359861۔ گوجرانوالہ: رحمن نیوز ایجنسی 0300-6422516۔ سرگودھا: احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480۔ چکوال: عمران فاروق 0333-5778810۔ لیاقت پور: بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ گوجر خان: الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ تونسہ شریف: اسلامی کتب خانہ کوٹ روڈ 0345-2508728۔ حضرو: بلال کولڈ کارنر بڑا چوک 0314-2192166۔ ایبٹ آباد: آصف خلیل فریدی طیب بک سنٹر۔ میانوالی: نور سلیم بک سنٹر 0333-9836818۔ کوہاٹ: عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ مری: عمید ادب ڈائریکٹر 051-3411116۔ دائرہ دین پناہ: ندیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ ساہیوال: محمد ندیم حیدر نیوز ایجنسی۔ مانسہرہ: مدنی نیوز ایجنسی شیر روڈ 03449580095۔ سمانولی: احباب کتب خانہ 0300-5665317۔ کامونکی: رمضان ساگی کارنر نیوز ایجنسی 0344-4070752۔ نور پور تھل: 0306-5601613

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کی الجھے خطوط اور سلجھے جواب

کیا ہی اچھا ہو اگر یہ میڈیا کی اندھی تقلید نہ کریں اور خاص طور پر دینی بصیرت کے حامل لوگوں کی صحبت اختیار کریں۔ نوجوان ملک و قوم کا سب سے قیمتی سرمایہ ہیں۔ ان کے بہترین اعمال و کردار پر ملک کے روشن مستقبل کا انحصار ہے۔

بہرہ پن

قوت سماعت سے محروم ایک معذور ٹیچر ہوں۔ اس وقت پنجاب کے صف اول کے اسکول میں بحیثیت ڈرائنگ ٹیچر خدمات انجام دے رہا ہوں۔ سماعت سے محرومی کے سبب میں دوستوں سے بھی محروم ہوں۔ اسکول میں تقریباً 80 کے قریب اساتذہ ہیں لیکن وہ میرے پاس پل دو پل کیلئے بھی بیٹھنا پسند نہیں کرتے۔ وجہ پوچھی جائے تو جواب ملتا ہے کہ آپ سماعت سے محروم ہیں۔ آپ سے کس طرح بات کی جائے۔ میں نے بہت کوشش کی مگر بہرہ پن آڑے آیا۔ خود کو تنہا محسوس کرتا ہوں۔ اپنا فارغ وقت لائبریری میں گزارتا ہوں۔ خواہش ہے کہ میرے بھی دوست ہوں جو میرے ساتھ بیٹھیں۔ مجھ سے باتیں کریں۔ میری عمر 26 سال ہے۔ غیر شادی شدہ ہوں۔ سماعت سے محرومی کے علاوہ مجھ میں کوئی کمی نہیں۔ (شکیل، کراچی)

مشورہ: جو لوگ سماعت سے محروم ہوتے ہیں وہ عموماً قوت گویائی سے بھی محروم ہوتے ہیں لیکن آپ نے اس بات کا ذکر نہیں کیا یعنی آپ صرف سن نہیں سکتے۔ بول سکتے ہیں۔ اس سلسلے میں آپ نے سماعت کے ماہر معالجین سے بھی رابطہ کیا ہوگا جو لوگ کم سنتے ہیں ان کیلئے آلے ہیں جنہیں لگا کر وہ ٹھیک سننے لگتے ہیں۔ اگر ایسا کوئی علاج ممکن ہو تو آپ کا مسئلہ حل ہو سکتا ہے لیکن اگر آپ کی سماعت کو ٹھیک کرنے کا علاج ممکن نہیں تو اشاروں سے باتیں کی جاسکتی ہیں اور یہ کوئی مشکل بات نہیں۔ پوری دنیا میں اشاروں کی زبان سمجھی اور جانی جاتی ہے۔ لوگ بھی اشاروں سے باتیں کریں گے تو آپ جلد سمجھ جائیں گے۔ آپ لوگوں سے ملنا اور بات کرنا پسند نہ کریں۔ مثلاً ہر روز جب اسکول آئیں تو جن لوگوں سے سامنا ہو ان سے حال احوال پوچھیں۔ ہاتھ ملائیں اور کام کے دوران بھی لوگوں کے ساتھ رابطے میں رہیں۔ اپنے شاگردوں سے بھی تو آپ گفتگو کرتے ہوں گے۔ اس طرح دیگر ملنے والوں سے رابطہ رکھیں۔ ابھی آپ کی شادی نہیں ہوئی کوشش کریں کہ ایسی لڑکی سے شادی ہو جو سن سکتی ہو۔ اس طرح آپ خود کو سب لوگوں کو سمجھنے میں زیادہ آسانی محسوس کریں گے۔

ستارے نہیں ملتے

میں سکول میں پڑھاتی ہوں۔ تعلیم بی ایس سی ہے۔ میرا ہمیشہ ہی یہ خیال رہا ہے کہ جو انسان محنت اور لگن سے کام کرتا ہے کبھی مایوس یا ناکام نہیں ہوتا۔ مگر کچھ لوگ ستاروں پر یقین رکھتے ہیں ان کا کہنا ہے کہ جہاں میری شادی کی بات ہوتی ہے اس لڑکے سے ستارے نہیں ملتے۔ اس لیے یہاں شادی نہیں ہوگی۔ میری والدہ بھی کہتی ہیں کہ میں اب شادی کرلوں لیکن میں شاید کبھی کسی کو وہ محبت نہیں دے سکوں گی جو اس شخص کو حاصل ہے۔ یہ سیکنڈ ایئر کا طالب علم ہے۔ ابھی کوئی ملازمت اس کے پاس نہیں ہے۔ ان لوگوں نے انتظار کرنے کو کہا ہے۔ (ج۔ا۔ لاہور)

مشورہ: سیکنڈ ایئر کے طالب علم سے تو سکول میں پڑھانے والی طالب کا رشتہ کیسے ہوسکتا ہے؟ آپ جیسی میچور لڑکی کیلئے تو آپ سے کچھ سال بڑا ملازمت پیشہ یا کاروباری شخص ہی موزوں ہوگا۔ آپ کی والدہ کا کہنا بھی ٹھیک ہے کہ شادی کرلیں اگر لڑکے والوں نے انتظار کروانے میں کچھ سال اور گزار دیے تو آپ کی عمر زیادہ ہو سکتی ہے۔ ستارے ملنے نہ ملنے کی فکر نہ کریں۔ حقائق کو دیکھ کر مستقل کے فیصلے کرنے کی کامیاب کوشش ہی آپ کی زندگی کو بہتر بنانے میں مددگار ہوگی۔

کیا یہی زندگی ہے؟

آج کل میں اپنے دوستوں کی وجہ سے سخت ذہنی دباؤ میں ہوں جبکہ میں ان کے مقابلے میں شکل وصورت اور ہر اعتبار سے بہتر ہوں' اعتماد بھی مجھ میں ان سے زیادہ ہے مگر یہ سب میرے سامنے خود کو بہت بڑے ہیرو ظاہر کرتے ہیں کیونکہ ان کا کسی نہ کسی لڑکی سے کوئی نہ کوئی افیئر چل رہا ہے۔ میں کہتا ہوں کہ یہ سب فضول کام ہیں۔ پھر سب میرا مذاق بناتے ہوئے کہتے ہیں کہ یہ تمہارے بس کا روگ نہیں۔ میں یہ سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہوں کہ واقعی مجھ میں کوئی کمی ہے۔ کیا کسی لڑکی سے دوستی کرنا ہی بہادری ہے۔ کیا یہی زندگی ہے......؟؟؟ (عبدالرحمن، کراچی)

مشورہ: یہ زندگی نہیں ہے بلکہ زندگی کے ساتھ مذاق ہے۔ ذہنی طور پر ناپختہ' جلد باز' ناتجربہ کار اور فلمی ہیرو بننے کے خواہشمند نوجوان کسی نہ کسی لڑکی کے ساتھ اپنی کوئی کہانی بنانے میں وقت خراب کرتے ہیں۔ ہماری کوشش ہوتی ہے کہ ایسی الجھنوں کا بہت احتیاط اور سنجیدگی سے محض اصلاحی مقصد مدنظر رکھتے ہوئے حل پیش کریں۔ افسوسناک حقیقت یہ بھی ہے کہ نفسیاتی مسائل کا شکار لوگوں کے ساتھ صنف مخالف کی محبت میں گرفتار نوجوانوں کی تعداد بھی بہت ہے۔ افسوس ہوتا ہے کہ آج ہمارے ملک کے نوجوان ذہین اور باصلاحیت ہونے کے باوجود اس تیزی سے اپنے وقت اور صلاحیتوں کو برباد کررہے ہیں جس کا خمیازہ آج اور آنے والے کل انہیں بھگتنا ہی ہوگا۔ کیا ہی اچھا ہو اگر یہ میڈیا کی اندھی تقلید نہ کریں اور خاص طور پر دینی بصیرت کے حامل لوگوں کی صحبت اختیار کریں۔ نوجوان ملک و قوم کا سب سے قیمتی سرمایہ ہیں۔ ان کے بہترین اعمال و کردار پر ملک کے روشن مستقبل کا انحصار ہے۔

میں غلط قسم کا آدمی نہیں

میں جہاں کہیں کام کرتا ہوں دو یا تین ماہ بعد بیمار ہو جاتا ہوں۔ میں تو لوگوں سے خلوص و محبت سے پیش آتا ہوں مگر لوگ سمجھتے ہیں کہ برائی کررہا ہوں۔ لوگ مجھ پر طرح طرح کے الزامات بھی لگاتے ہیں جبکہ میں کوئی غلط قسم کا آدمی نہیں ہوں۔ (عمران، راولپنڈی)

مشورہ: آپ کا ایک مسئلہ اپنی بیماری کا ہے اور دوسرا مسئلہ لوگوں کے غلط سمجھنے سے متعلق ہے۔ بیماری سے آرام کیلئے تو آپ اپنی صحت پر توجہ دیں اور مکمل طبی معائنہ کروالیں کہیں کام کرنے کی وجہ سے بیماری نہیں ہوتی بلکہ کام تو انسان کو صحت اور نارمل زندگی سے قریب کرتا ہے۔ کبھی آپ نے سوچا کہ لوگ آپ سے ناراض کیوں ہوتے ہیں۔ کہیں نہ کہیں آپ کے رویے یا گفتگو سے لوگوں کے بارے میں کوئی نہ کوئی غلط بات یا منفی تاثر ضرور ظاہر ہوتا ہوگا اس لیے تو وہ ناراض ہو جاتے ہیں۔ آئندہ کہیں کام کریں تو محتاط رویہ اپنائیں۔ صحت کا بھی خیال رکھیں۔ نارمل اور مثبت رویہ اختیار کرنے سے ذہنی الجھنیں اور مسائل حل ہونے لگیں گے۔

عظمت قرآن اور جدید سائنس

حیوانات و نباتات کی ترکیب آکسیجن ہائیڈروجن کاربن نائٹروجن اور چند دیگر نمکوں سے ہوئی انہی عناصر سے ہڈیاں پٹھے خون اور بال تیار ہوئے اور انہی سے درختوں کے پتے شگوفے پھول خوشے رس اور پھل بنے۔ کڑواہٹ ترشی اور مٹھاس انہی عناصر کا کرشمہ ہے

کپاس اور گندم کی ترکیب آٹھ عناصر سے ہوئی اختلاف مقادیر سے کہیں وہ عناصر گندم کی صورت میں جلوہ گر ہوئے اور کہیں کپاس کی شکل میں پانی میں دو حصے ہائیڈروجن اور ایک حصہ آکسیجن ہے اگر اس مقدار کو ذرہ بھر گھٹا بڑھا دیا جائے تو ایک زہر تیار ہوگا اگر یہ دو عناصر مساوی مقدار میں جمع کر دیئے جائیں تب بھی ایک مہلک مرکب بنے گا۔ آکسیجن و ہائیڈروجن ہر دو قاتل و مہلک گیسیں ہیں جن کے مختلف اوزان سے لاکھوں مرکبات تیار ہو سکتے ہیں اور ہر مرکب زہر ہلاہل ہوتا ہے لیکن اگر دو حصے ہائیڈروجن اور ایک حصہ آکسیجن کو ترکیب دی جائے تو ان دو زہروں سے پانی تیار ہوگا جو تمام عالم کا مدار حیات ہے۔

ترجمہ: ہم نے پانی کو ہر چیز کا مدار حیات قرار دیا ہے۔" (انبیاء 30)

غور فرمایئے کہ اللہ مقادیر کا کتنا بڑا عالم ہے وہ کس طرح معین مقداروں سے کائنات کی مختلف اشیاء تیار کر رہا ہے۔

ترجمہ: ہم نے ہر چیز کو (عناصر کی) معین مقدار سے پیدا کیا ہے۔ (قمر 49)

لیموں اور کالی مرچ ہر عدد ہائیڈروجن دس حصے اور کاربن میں حصے سے تیار ہوئے ہیں لیکن سالمات کے تفاوت سے ہر عدد کی شکل رنگ ذائقہ اور تاثیر بدل گئی۔ اسی طرح کوئلہ اور ہیرا کاربن سے بنے ہیں لیکن سالمات کے اختلاف سے ایک کا رنگ کالا دوسرا سفید ایک قابل شکست اور دوسرا ٹھوس ہے۔

ترجمہ: ہر چیز کے خزانے ہمارے پاس ہیں اور ہم معین مقدار میں ہر چیز کو نازل کرتے ہیں۔ اور ہم اشیاء کی تخلیق (وترکیب) سے غافل نہیں تھے۔ (مومنون 71)

کائنات کی ہر چیز عناصر کی نہایت دقیق وانسب آمیزش سے تیار ہوتی ہے اگر یہ ترکیب ذرہ بھر کم وبیش ہو جائے تو سلسلہ حیات آناً فاناً درہم برہم ہو جائے اگر آج اللہ تعالیٰ پانی کی ساخت میں سے ہائیڈروجن صرف ایک درجہ کم کر دے تو دریاؤں اور سمندروں میں زہر کا سیلاب آجائے اور کوئی ذی حیات باقی نہ رہے غور فرمایئے کہ اللہ کا علم عناصر و مقادیر کس قدر لرزہ فگن اور ہیبت انگیز ہے

تمام نباتات کے عناصر ترکیبی ایک ہیں یہ صرف اختلاف مقادیر کا اعجاز ہے۔

حیوانات و نباتات کی ترکیب آکسیجن' ہائیڈروجن' کاربن' نائٹروجن اور چند دیگر نمکوں سے ہوئی انہیں عناصر سے ہڈیاں' پٹھے' خون اور بال تیار ہوئے اور انہی سے درختوں کے پتے' شگوفے' پھول' خوشے' رس اور پھل بنے۔ کڑواہٹ' ترشی اور مٹھاس انہی عناصر کا کرشمہ ہے اور رنگ و وضع کی یہ نیرنگیاں انہی کی بدولت ہیں۔

ترجمہ: ہم نے سب چیزیں تول تول کر پیدا کیں۔ (حجر 19)

قرآن حکیم میں مسلمانوں کو 756 دفعہ مناظر قدرت و قوانین فطرت پر غور کرنے کی ہدایت کی گئی۔ علامہ ابن رشد' فارابی' بوعلی سینا اور فخرالدین رازی نے بھی ہمیں اسی طرف متوجہ کیا لیکن ہم نے توجہ نہ کی۔ نتیجہ یہ کہ آج دوسری قومیں برق وباد پر سوار ہو کر منازل حیات طے کر رہی ہیں اور ہم صحرائے حیات میں طوفان ریگ کے تھپیڑے کھا رہے ہیں۔ علامہ شعرانی اسلام کے طبعی پہلو کو سمجھتے تھے اور انہیں یقین تھا کہ اگر مسلمان' مسلمان رہا تو وہ علم شریعت کی طرح علم فطرت میں بھی ایک نہ ایک دن کمال پیدا کر کے رہے گا۔ اسلئے تو فرمایا تھا کہ ترجمہ: "اسلام آغاز میں محض شریعت تھا اور آخری زمانے میں حقیقت بن جائے گا۔" وہ آخری زمانہ یہی ہے ضرورت ہے کہ آیات ارض و سما کی طرف متوجہ ہو کر اسلام کو ایک حقیقت اور ٹھوس اصلیت ثابت کرنے کی کوشش کریں۔

ترجمہ: زمین و آسمان میں اہل ایمان کیلئے حقائق و بصائر موجود ہیں۔ (جاثیہ۔ 3) دولت یقین سے مالا مال اقوام کیلئے خلق انسانی وحیوانی میں آیات الٰہیہ موجود ہیں۔ (جاثیہ۔ 4)

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ عبدالغفار' مظفرگڑھ۔ سحرش سہیل' فیصل آباد۔ قاضی محمد اسرائیل گرنگی' مانسہرہ۔ سدرہ الطاف' کراچی۔ والدہ محمد فیصل' لاہور۔ میاں فاروق الحسن قریشی' بہاولپور۔ عائشہ خان' امریکہ۔

عبقری ٹرسٹ تیرا شکریہ

اعتماد سے عبقری ٹرسٹ کی معاونت کریں۔ آپ کے عطیات محفوظ ہوں گے

محترم حکیم صاحب! آج جب میں یہ ٹوٹی پھوٹی تحریر لکھوا رہا ہوں تو میری آنکھیں آنسوؤں سے بھری ہیں۔ میں ایک غریب اور حالات کا مارا ہوا اندرون سندھ کا ہاری ہوں۔ میرے گیارہ بچے ہیں جب سے آنکھ کھولی غربت اور تنگدستی دیکھی لیکن موجودہ حالات آپ کے سامنے ہیں جب دو کمروں کے چھوٹے سے گھر میں گیارہ بچے' میں' میری بیوی اور میری بوڑھی والدہ رہتے تھے۔

آج سے دو سال پہلے والد کی وفات پر اپنے علاقے میں ایک ہندو سے سود پر قرض لیا جس کا سود کچھ عرصہ پہلے تک ادا کرتا تھا۔ زندگی مزید تنگ ہوگئی تھی۔ اکثر اوقات دن رات میں ایک وقت کا کھانا نہیں ہوتا تھا اور ہمارا کھانا کیا ہوتا تھا...... وہ بھی لکھے دیتا ہوں——ایک چائے کی پیالی بغیر دودھ کے اور ایک رس کا ٹکڑا...... یہ ہمارا ایک وقت کا کھانا ہوتا تھا جو سود کے معاملے کے بعد قسمت سے ملنے لگا۔ جس سے قرض لیا تھا وہ مسلسل مجھے ڈراتا دھمکاتا رہتا آخر اس کے مجبور کرنے پر میں نے اپنی بیٹی جس کی عمر 14 سال تھی —— 47 سال کے ہندو بیٹے کو دے دی۔ آخر میں مجبور بے بس شخص کیا کرتا؟ دن رات سسکتے بلکتے گزر رہے تھے جس کی زمینوں پر کام کرتا تھا میرے باپ دادا ان کے غلام تھے اور ہم نسل در نسل ان کے غلام ہیں پتا نہیں ہمارے بڑوں کی کوئی نیکی تھی یا خدا کو ہمارا بلکنا پسند آگیا...... مجھے تو یہ بھی نہیں معلوم تھا کہ خدا کس کو کہتے ہیں۔ پھر عبقری ٹرسٹ کے نمائندے مجھ تک پہنچے۔ وہ کیسے پہنچے؟ اس کی الگ کہانی ہے۔ سفر کے دوران کچھ مسافر کچھ دیر کیلئے رکے میں نے ان کو پانی وغیرہ پلایا انہوں نے ہماری دلجوئی کی اور کچھ پیسے دیئے میں سسک پڑا انہوں نے رونے کی وجہ معلوم کی تو میں نے اپنی کہانی اور اپنے جیسے کئی افراد کی کہانی بیان کی۔ کچھ عرصہ بعد انہوں نے ان باتوں کی تحقیق کی۔ عبقری ٹرسٹ کی امداد جس میں بچوں کے کپڑے ضرورت کا سامان تھا اور انہوں نے خود میرا قرض ادا کیا اور مجھے میرے خاندان کو مالکوں سے لاکھوں ادا کر کے آزاد کروایا۔ مجھے کراچی میں آباد کروایا اور مالی مدد کی۔ آج میں خوانچہ لگاتا ہوں اور دن رات عبقری ٹرسٹ والوں کیلئے جھولی پھیلا کر دعائیں کرتا ہوں۔

قارئین! یہ ایک کہانی ہے ایسی بے شمار کہانیاں عبقری ٹرسٹ کیساتھ وابستہ ہیں۔ آپ بھی عبقری ٹرسٹ کے معاون بنیں اور ان دعاؤں کے حصہ دار بنیں۔

عزیز الرحمن عزیز، پشاور

اچانک تراویح کا فیصلہ اور اللہ کی مدد

ہر کوئی ان کی تعریفیں کرنے میں بخل سے کام نہ لیتا تھا اور پریشان تھے کہ دو ماہ بعد رمضان المبارک شروع ہونے والا ہے اب ہمیں کوئی دوسرا حافظ لانا پڑے گا مگر اللہ رب العزت نے ان لوگوں کی لاج رکھ لی اور اس فوت ہوجانے والے حافظ قرآن کی دلی مراد پوری کر دی

میرا ہر واقعہ حیران کر دینے والا ہوتا ہے اور انسان سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہے کہ یہ ناممکن ہے یہ تو ہو ہی نہیں سکتا مگر یہ واقعہ آپ کو سوچنے پر مجبور کر دے گا کہ ناممکن ممکن ہو سکتا ہے۔

ہاں تو بچو! آج میں ایک حافظ قرآن کا ایک معجزانہ کارنامہ تحریر میں لاؤں گا جس تحریر سے شاید آپ کی ڈکشنری میں ناممکن کا لفظ "ممکن" میں بدل جائے اور ہر کام آپ کی نظر میں آپ کو "ممکن" نظر آنے لگے۔ مگر شرط ہے کہ محنت اور دیوانگی کی حد تک آپ اپنے مشن پر جت جائیں بس اسی میں کامیابی کا راز مضمر ہے۔

ہاں تو بات ہو رہی تھی سیالکوٹ کے ایک حافظ قرآن کی۔ ہوا یوں کہ سیالکوٹ کے کسی گاؤں کی مسجد کے مولوی صاحب امام مسجد بھی تھے اور حافظ قرآن بھی تھے۔ لوگ مولوی صاحب سے بڑے خوش تھے ان کا احترام لوگ اپنے اوپر فرض کرکے کرتے تھے ان مولوی صاحب کا نرینہ اولاد میں ایک بیٹا بھی تھا اور باقی 3 لڑکیاں۔ خدا کو جو منظور ہوتا ہو وہی کچھ ہوتا ہے اس راز کو اللہ ہی جانتا ہے کوئی انسان نہیں جان سکتا مگر اس واقعہ کے بعد جو کے سب کیلئے افسوسناک ہوتا ہے' حقیقت میں وہ ویسا نہیں ہوتا۔ رمضان شریف کی آمد آمد تھی کہ مولوی صاحب اس فانی دنیا سے انتقال فرما گئے اللہ ان کو اپنی رحمتوں سے نوازتا رہے آمین ثم آمین۔ اللہ مہربان و رحیم ہے تمام عمر اپنے علاقے کے مسلمانوں کی خدمت میں گزار دی۔ اصل دنیاوی زندگی تو یہی ہے کہ دوسروں کی خدمت میں گزاری جائے اور اس کا فائدہ ان صاحب کو جو کہ اہل علاقہ کی تربیت اور اصلاح میں صرف کی اس کا بدلہ انہوں نے ان کی وفات کے بعد دیا کہ ہر کوئی ان کی تعریفیں کرنے میں بخل سے کام نہ لیتا تھا اور پریشان تھے کہ دو ماہ بعد رمضان المبارک شروع ہونے والا ہے اب "ہمیں" کوئی دوسرا حافظ لانا پڑے گا مگر اللہ رب العزت نے ان لوگوں کی لاج رکھ لی اور اس فوت ہوجانے والے حافظ قرآن کی دلی مراد پوری کر دی اور وہ بھی فوتگی کے بعد۔ اللہ مہربان نے قرآن عظیم الشان کا معجزہ کر دیا۔

فوت ہونے والے مولوی صاحب کی دلی خواہش تھی کہ ان کا بیٹا بھی حافظ قرآن بنے اور مسجد میں تراویح پڑھائے۔

اب جب بھی کوئی مولوی صاحب کے صاحبزادے سے افسوس کرنے کیلئے ملتا یہ ذکر ضرور کرتا کہ آپ نے اگر اپنے والد مرحوم کی بات مانی ہوتی تو آج نہ ہمیں اور نہ ہی تمہیں پچھتانا پڑتا اور تمہیں ہم مصلے پر دیکھتے اور تراویح بھی پڑھتے۔ مگر افسوس کہ آپ کے والد مرحوم کی یہ خواہش نہ پوری ہوسکی ہر ایک گاؤں کا فرد بشمول خواتین کے کہہ دیتیں مگر سوائے خاموشی اور سر جھکائے رکھنے کے سوا کچھ بھی تو نہیں کر سکتا تھا۔

ایک دن معلوم نہیں مولوی صاحب کے صاحبزادے کو کیا ہوا کہ اس نے اعلان کر دیا کہ میں تراویح ضرور بضرور پڑھاؤں گا اور واقعی کہ موصوف نے ہی کر دکھایا جو اس نے کہا تھا کہ اس نے ایک پارہ انتہائی خوش الحانی سے سنایا تو سارا گاؤں سوچ میں پڑ گیا کہ کل کیا ہوگا؟ مگر ہر روز ایک پارہ روزانہ سنا کر اپنے حجرہ میں چلا جاتا رہا (نماز مکمل کرنے اور دعا کرنے کے بعد) اور اسی طرح اس صاحبزادہ نے تیس دنوں میں پورا قرآن عظیم الشان حفظ کرلیا یہ ہے قرآن عظیم الشان کا معجزہ اگر کوئی بھی شخص اگر یہ یاد کام کرنے کا مصمم ارادہ کرلے اگر کوئی کتاب جو کہ اردو' فارسی' عربی یا انگریزی میں ہو تو اس کو یاد کرنا کوئی مشکل نہیں ہے۔ صرف پختہ ارادہ کرلینا ہی ضروری ہے۔ دیکھا آپ نے کہ ایک لڑکا جس نے صرف ناظرہ قرآن پڑھا ہوا تھا مگر لوگوں کے توجہ دلانے پر اور پورے یقین اور ارادے سے پورا قرآن تیس دنوں میں حفظ کرلیا۔

یہ ہے توجہ اور ارادے اور اللہ مہربان کی عنایت کہ جو کچھ کرتا ہے وہ اللہ مہربان اور پختہ ارادوں سے ہی ناممکن ممکن ہوجاتا ہے۔

محنت میں عظمت ہے

جاڑے کا موسم تھا اور سخت بارش ہو رہی تھی۔ تمام آدمی اور جانور سردی کے مارے تھر تھر کانپ رہے تھے۔ پرندے بھی پروں میں سر چھپائے اپنے اپنے گھونسلوں میں سمٹے سمٹائے بیٹھے تھے۔ کہر اور دھند کی وجہ سے کچھ بھائی نہ دیتا تھا۔ ایسی حالت میں ایک بھوکی ٹڈی چیونٹی کے پاس جا کر بولی: بہن چیونٹی سلام! چیونٹی نے جواب دیا "سلام بہن ٹڈی کہو! ایسی بارش میں کیسے آنا ہوا؟ ٹڈی کا تمام جسم بھیگا ہوا تھا اور وہ سردی سے کانپ رہی تھی۔ ٹھنڈی سانس لے کر بولی کیا بتاؤں۔ بہن! دیکھتی ہو دو دن سے کیسی سخت بارش ہو رہی ہے۔ آج تمام دن پھرتے پھرتے تھک گئی مگر کھانے کو کچھ نہ ملا۔ بھوک کے مارے برا حال ہے۔ مجبور ہو کر تمہارے پاس آئی ہوں۔ تم نے کافی خوراک اکٹھی کر رکھی ہے۔ اگر مہربانی کرکے تھوڑی سی مجھے بھی دے دو تو یہ جاڑے کے دن نکل جائیں گے۔ تمہارا احسان ہوگا۔ چیونٹی نے منہ بنا کر جواب دیا: تمہارا خیال صحیح ہے میرے پاس کافی خوراک ہے۔ مگر یہ خوراک میں نے انہی دنوں کیلئے اکٹھی کی تھی اگر تمہیں دے دوں تو پھر میں سارے جاڑوں کیا کھاؤں گی؟ میری سمجھ میں نہیں آتا کہ تم گرمی بھر کیا کرتی رہی جو اس وقت ایک دانہ بھی تمہارے پاس نہیں ہے؟؟؟ ٹڈی نے شرما کر کہا بہن! اس وقت میں ہری بھری گھاس میں بیٹھ کر موسم کا مزا لیا کرتی تھی۔ چیونٹی نے ہنس کر کہا: موسم کا مزا لیا کرتی تھی؟؟؟ بہت خوب!!! تو میرے خیال میں اب جاڑوں میں بھی موسم کا مزا لیتی رہو اسی سے پیٹ بھر جائے گا۔ **پیارے بچوں!** جو لوگ کام کے وقت کام نہیں کرتے اور وہ وقت کھیل کود میں گزار دیتے ہیں وہ بعد میں اسی ٹڈی کی طرح پچھتاتے ہیں۔

روحانی پھکی پیغام شفاء

کافی عرصہ سے پیٹ کے مسائل کا شکار تھا ہر وقت گیس بدہضمی کا شکار تھا اور طبیعت بوجھل بوجھل رہتی تھی' اکثر قبض کی شکایت' ڈاکٹری ادویات استعمال کرکر کے حالت خراب ہوئی تھی۔ پندرہ دن سے تکلیف بہت زیادہ تھی تنگ آ کر ڈاکٹری ادویات استعمال کرنا چھوڑ دیں اور حالت یہ تھی کہ کسی محفل میں جانے سے بھی کتراتا تھا اور انتہا پریشان کہ اس مسئلے کیلئے کوئی دوائی ہی نہیں۔ اللہ بھلا کرے حکیم صاحب کا جنہوں نے روحانی پھکی بنائی اور یہاں بھیجی' عبقری سے روحانی پھکی کے متعلق پڑھا اور لے کر گیا استعمال کی اور کہنے پر مجبور ہو گیا کہ روحانی پھکی پیغام شفاء ہے۔ روحانی پھکی نے میرا بہت بڑا مسئلہ حل کر دیا۔

(محمد اسلم' گجرات)

استغفار کے چند فوائد

گناہوں سے معافی کیلئے	اولاد جیسی نعمت کیلئے
رزق کی فراوانی کیلئے	کاروبار میں ترقی کیلئے
قرضے سے نجات کیلئے	مصیبت زدوں کی خوشحالی کیلئے
بیماری سے شفاء کیلئے	اور ہر نیک مراد کیلئے
سکون حاصل کرنے کیلئے	روحانی ترقی کیلئے

اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ رَبِّیْ مِنْ کُلِّ ذَنْبٍ وَّاَتُوْبُ اِلَیْہِ۔ 100 مرتبہ شروع اور آخر میں درود ابراہیمی گیارہ مرتبہ بعد نماز فجر اور بعد نماز مغرب۔ نوٹ: نماز کی پابندی ضروری ہے۔

(قاری محمد مظہر حسین)

حیا مستور، کراچی

بدبودار سانس کا مسئلہ کیسے حل کیا جائے؟

کھانے کی بعض چیزیں ایسی ہوتی ہیں جو منہ میں بدبو پیدا کرتی ہیں۔ ان میں سب سے زیادہ دخل لہسن، پیاز اور تیز مصالحوں کو ہے۔ غذا سے پیدا ہونے والی منہ کی بو دور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ کھانے کے بعد ذرا سا زیرہ سیاہ یا اجوائن چبائیں، الائچی کھالیں

اندازہ ہے کہ دس میں سے نو لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کے منہ یا سانس سے زندگی کے کسی نہ کسی مرحلے میں بو آتی ہے۔ باقی لوگوں کے منہ کی بو تو آتی جاتی رہتی ہے یا ختم ہوجاتی ہے لیکن ہر چار میں سے ایک شخص ایسا ہوتا ہے کہ جس کیلئے یہ شکایت مزمن یا دائمی ہوجاتی ہے گو اس صورت حال سے کامیاب کے ساتھ نبٹا جاسکتا ہے لیکن ہوتا یہ ہے کہ اسے سرے سے ختم کرنے کے بجائے زیادہ توجہ وقتی علاج کی طرف دی جاتی ہے آیئے دیکھتے ہیں کہ منہ کی بدبو سے چھٹکارا پانے کیلئے کیا کیا جاسکتا ہے؟ بیکنگ یا میٹھا سوڈا منہ کی تیزابی سطح میں ایسا ردوبدل کرتا ہے کہ وہاں بیکٹیریا کیلئے سازگار ماحول باقی نہیں رہتا۔ پہلے اسے پانی میں ملا کر گلدی یا پیسٹ بنالیتے تھے یا ٹوتھ برش پر اسے سفوف کی شکل میں چھڑک کر دانت صاف کرلیتے تھے لیکن اب یہ اکثر ٹوتھ پیسٹ میں شامل کیا جاتا ہے۔ اگر روزانہ منہ کی اچھی طرح صفائی نہ کی جائے تو منہ یا سانس میں بدبو پیدا ہوتی ہے لیکن منہ کی بدبو کی وجہ صرف یہی نہیں بلکہ کچھ اور وجوہ بھی ہوسکتی ہیں۔ مثال کے طور پر جن لوگوں کے مسوڑھوں میں تعدیہ ہوجاتا ہے ان کے سانس میں بھی بدبو آنے لگتی ہے۔ عموماً مسوڑھوں کے تعدیے (انفیکشن) کی علامات یہ ہوتی ہیں کہ ان کا رنگ لال ہوجائے ان پر سوجن آجائے یا برش کرنے سے ان سے خون رسنے لگے اس صورت میں دانتوں کے ماہر سے رجوع کرنا ضروری ہوجاتا ہے۔ سانس میں بدبو پیدا ہوجانے کی دیگر عام وجوہ میں منہ کے چھالے یا دانتے دانتوں کا تعدیہ، دانتوں کا میل اور ریخوں میں پھنسے ہوئے غذا کے ذرات شامل ہیں۔

اکثر منہ، ناک، معدے اور آنتوں کی تکالیف بھی سانس کی بدبو کا باعث ہوتی ہیں اور بعض دواؤں کے استعمال سے بھی منہ سے بدبو آنے لگتی ہے۔ کافی اور الکحل پینے سے سانس میں بو پیدا ہوتی ہے جبکہ زیادہ پانی پینے سے یہ بو کم ہوجاتی ہے۔ وجہ یہ ہے کہ پانی زیادہ پینے سے تھوک زیادہ بنتا ہے اور منہ خشک نہیں رہتا۔ منہ خشک رہے گا تو بو بڑھ جائے گی۔ کھانے کی بعض چیزیں ایسی ہوتی ہیں جو منہ میں بدبو پیدا کرتی ہیں۔ ان میں سب سے زیادہ دخل لہسن، پیاز اور تیز مصالحوں کو ہے۔ غذا سے پیدا ہونے والی منہ کی بو دور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ کھانے کے بعد ذرا سا زیرہ سیاہ یا اجوائن چبائیں، الائچی کھالیں۔ زیادہ ریشے والی سبزیاں اور پھل ضرور کھانے چاہئیں اور خوب کھانا چاہیے۔ یہ ریشہ مسوڑھوں کو صاف کرتا اور انہیں صحت مند رکھتا ہے لہٰذا ان پر تعدیہ اثر نہیں کرتا۔ چیونگم اور پودینے کے ست سے تیار شدہ گولیوں سے منہ میں تھوک زیادہ پیدا ہوتا ہے جو منہ کو تر رکھتا ہے اور بو نہیں آتی۔

معالج کہتے ہیں کہ یہ بات اتنی اہم نہیں ہے کہ آپ دن میں کتنی بار دانتوں کی صفائی کرتے ہیں، جتنا یہ اہم ہے کہ آپ برش کس طرح کرتے ہیں۔ یاد رکھیے! کہ جب بھی دانت صاف کریں برش یا مسواک سے دانتوں پر زیادہ زور نہ ڈالیے اور دانتوں کو رگڑیے نہیں۔ اس طرح مسوڑھے خراب ہوجاتے ہیں اور دوسرے مسائل بھی پیدا ہوتے ہیں۔ مسواک اور برش کو اس جگہ رکھیے جہاں دانت اور مسوڑھے ملتے ہیں اور پھر تھوڑے تھوڑے فاصلے پر اوپر سے نیچے چار پانچ دفعہ چلایئے۔

عام طور سے یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ دن میں دو بار دانت ضرور صاف کریں، خصوصاً رات کو سونے سے قبل ضرور دانت صاف کریں تا کہ ریخوں میں پھنسے ہوئے غذا کے ذرے صاف ہوجائیں اور منہ میں بدبو پیدا نہ ہو۔ کلی کی بعض دوائیں ایسی ہیں جن سے وہ میل اور ذرے بھی صاف ہوجاتے ہیں جو مسواک یا برش سے صاف نہیں ہوسکے تھے۔ اس سے منہ اور سانس میں خوشبو بھی پیدا ہوجاتی ہے لیکن بعض ماؤتھ واش بے اثر بھی ہوتے ہیں۔ سمجھنے کی بات یہ ہے کہ ان چیزوں کو سانس کی بو کا علاج نہ تصور کرلیا جائے۔ یہ عارضی اثر ہے یعنی ایک خوشبو تھوڑی دیر کے لیے بدبو پر غالب آجاتی ہے اور کچھ دیر بعد پھر وہی پہلے والی کیفیت ہوتی ہے اس میں کوئی حرج تو نہیں لیکن یہ کوئی دیرپا علاج نہیں ہے۔

سانس کی بدبو کا مسئلہ یہ ہے کہ ہمیں خود اس کا پتہ مشکل ہی سے چلتا ہے۔ یہ جاننے کا سب سے اچھا طریقہ یہی ہے کہ ان لوگوں میں سے کسی سے پوچھا جائے جو ہم سے بہت نزدیک ہیں۔ مثال کے طور پر شریک حیات یا دوست احباب ـــــ اور اگر اس بات کی تصدیق ہوجائے تو فوری طور پر اس کا مداوا ہونا چاہیے ورنہ اس سے انسان کی گھریلو اور سماجی زندگی اکثر خاصی متاثر ہونے لگتی ہے۔

اجمود یا خراسانی اجوائن اور ہری سبزیوں میں پایا جانے والا کلوروفل زہریلے بیکٹیریا اور تیزاب کو بڑھنے سے روکتا ہے۔ لہٰذا پتوں والی سبزی کو چبانے سے موثر طریقے سے منہ کی بدبو کا توڑ کیا جاسکتا ہے۔ ریوند چینی منہ کی بدبو کو دور کرنے کے سلسلے میں موثر ہے۔ خصوصاً اگر یہ بدبو قبض یا معدے کی خرابی کی وجہ سے ہو۔ تحقیق کے مطابق اگر بیس منٹ تک بغیر شکر والی چیونگم چبائی جائے تو منہ کے بیکٹیریا میں خاطر خواہ کمی ہوجاتی ہے۔ پودینہ، لونگ یا سونف چبانے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ صبح کی باس کو ختم کرنے کا سب سے موثر طریقہ صبح کا ناشتہ ہے۔

تحقیق کے مطابق چکنائی اور گوشت والی چیزیں کھانے اور کافی پینے سے منہ میں بیکٹیریا خوب پلتے ہیں۔ مچھلی، گوشت اور دودھ سے بنی چیزیں کھانے کے بعد دانتوں کی صفائی لازمی کریں۔ تجربوں سے اندازہ ہوتا ہے کہ وہ ماؤتھ واش اور چیونگم جن میں جست شامل ہوتا ہے منہ اور سانس کی بدبو پر قابو پانے میں مدد دیتے ہیں۔

روحانی ٹوٹکہ: منہ کی بو دور کرنے کیلئے وتر کی نماز کی پہلی رکعت میں سورۃ النصر دوسری رکعت میں سورۃ اللہب اور تیسری رکعت میں سورۃ الاخلاص پڑھنے سے منہ کی بو، دانتوں کا درد اور مسوڑھوں کی حفاظت ہوتی ہے۔ یہ ٹوٹکہ گارنٹی شدہ اور لاجواب ہے۔

شہد سے کولیسٹرول کا کامیاب علاج

شہد دو چمچ، دار چینی کا پاؤڈر تین چمچ اور چائے کے پانی سولہ اونس میں ملا کر کولیسٹرول کے مریض کو دینے پر دو گھنٹے کے اندر اندر دس فیصد کولیسٹرول کم ہوجاتا ہے۔ اسی طرح شہد اور دار چینی کا پاؤڈر دن میں تین مرتبہ روزانہ پینے سے دائمی کولیسٹرول کی شکایت دور ہوجاتی ہے۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

شیو کے بعد دانے ☆ چہرے پر تیزاب ☆ بہت شرمندہ ہوں ☆ بیلنس آؤٹ ہوگیا ☆ لاعلاج

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی

پیچش

مجھے روزانہ 15-10 پیچش آتے ہیں۔ بعض اوقات مروڑ کے ساتھ خون بھی آتا ہے۔ جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں میری صحت دن بدن کمزور ہوتی جارہی ہے جبکہ آج سے تقریباً دو سال پہلے تک میری صحت قابل رشک تھی اور مجھے اس طرح کا کوئی مسئلہ درپیش نہیں تھا۔ ان دو سال میں مجھے پیٹ کی بہت سی بیماریوں نے گھیر لیا ہے برائے مہربانی کوئی اچھا سا نسخہ بتادیں۔ (سویرا، فیصل آباد)

مشورہ: سونف 100 گرام، سونٹھ 50 گرام، ہلیلہ سیاہ 25 گرام، شکر 175 گرام ان سب کو کپڑے میں چھان کر کے رکھ لیں اور صبح شام 1/4 تا 1/2 چمچ تازہ پانی کیساتھ استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جسم میں گرمی

عرصہ پانچ سال سے مجھے تکلیف ہے۔ پیٹ پھول جاتا ہے۔ سانس پھولتی ہے تھوڑا سا چلوں یا تھوڑا سا کھالوں تو پیٹ غبارے کی طرح بہت بڑا ہوجاتا ہے۔ پیٹ میں گرمی لگتی ہے۔ جلن وغیرہ نہیں ہے۔ طبیعت بوجھل رہتی ہے۔ کسی کام کو کرنے کو دل نہیں چاہتا۔ اس ہوا گیس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ قبض وغیرہ نہیں ہے۔ براہ مہربانی کوئی اچھی دوائی دیں اگر گرم دوائی کھاؤں تب بھی سانس تیز ہوجاتا ہے۔ اللہ کا شکر ہے بلڈ پریشر نارمل ہے۔ (مسز شفیق، ساہیوال)

مشورہ: آپ کچھ عرصہ ہاضم خاص اور جوہر شفاء مدینہ استعمال کریں۔ چائے، عرق، مصالحوں، کھٹائی سے پرہیز ضروری ہے۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

آپریشن کے بعد......

میں نے بواسیر کا آپریشن کروایا تھا جس سے مجھے بلڈ پریشر ہوگیا اور جوڑوں کا درد شروع ہوگیا۔ گرم دوائیوں سے مجھے یرقان (بی) کی شکایت ہوگئی ہے۔ میری عمر تقریباً 35 سال ہے۔ میں بیوہ عورت ہوں۔ میری دو بچیاں ہیں۔ مجھے کوئی اچھا سا نسخہ بتائیں۔ (ساجدہ، کراچی)

مشورہ: عرق گلاب سہ آتشہ، عرق سونف اصلی آدھی پیالی، خالص شہد ایک چمچ دوپہر، رات کو غذا کے بعد پئیں۔ طبیب سے روبرو مشورہ ضروری ہے۔ غذا میں صرف سبزیاں، انگور کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

چہرے پر تیزاب

تقریباً دو سال پہلے میرے چہرے پر تیزاب پڑ گیا تھا، زخم تو ٹھیک ہوگیا ہے لیکن نشان باقی ہے دھوپ میں یا آگ کے سامنے کام کرنے سے وہ نشان سرخ ہوجاتا ہے اگر اوپر کوئی کریم استعمال کرتی ہوں تو داغ ختم ہوجاتا ہے لیکن دوبارہ ظاہر ہونا شروع ہوجاتا ہے ایسا لگتا ہے کہ جیسے اندرونی زخم ٹھیک نہیں ہوا۔ براہ مہربانی آپ مجھے طبی مشورہ دیں کہ مجھے کونسی میڈیسن اور کریم استعمال کرنی چاہیے۔ (کرن فرید، شیخوپورہ)

مشورہ: عرق گلاب خالص دو اونس نیلوفر ایک اونس ملا کر صبح پئیں۔ عمدہ اصلی سفید صندل کو عرق گلاب خالص میں پتھر پر گھس کر نشان پر لگائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بیلنس آؤٹ ہوگیا

مجھے چکر آتے ہیں ان کا میں نے بہت علاج کروایا مگر بے سود۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ کانوں کے ساتھ ایک بیلنس ہوتا ہے وہ آؤٹ ہوگیا ہے جبکہ حکماء دماغی کمزوری بتاتے ہیں مگر فائدہ نہیں ہوتا، ایک ایک علاج تین تین ماہ تک کروایا ہے۔ صبح کھڑی نہیں ہوسکتی۔ اگر کھڑی ہوجاؤں تو پورا کمرہ گھومتا نظر آتا ہے اور گر پڑتی ہوں۔ (ک۔ س۔ یو ایس اے)

مشورہ: تین بوتل عرق گلاب سہ آتشہ اصلی میں ایک تولہ سونے کی ڈلی کو آگ پر سرخ کرکے ڈبوئیں اس طرح سات بار کریں پھر اسی طرح پانچ تولہ چاندی کی ڈلی کو بجھائیں۔ روزانہ دو اونس یہ عرق صبح وشام پئیں۔ سوتے وقت اصلی عرق عنبر پئیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

میری نماز...... میرا وضو......

میری عمر 19 سال ہے پیشاب کرنے کے بعد ایک دو قطرے رہ جاتے ہیں بہت کوشش کے باوجود خارج نہیں ہوتے جب میں تھوڑا اچھل کود کر بیٹھتا ہوں تو وہ خارج ہوجاتے ہیں اور میرے کپڑے ناپاک ہوجاتے ہیں اور میں نماز ادا نہیں کرسکتا، کئی مرتبہ تو میری نماز، میرا وضو ٹوٹ جاتا ہے اور ناک کیساتھ گالوں پر دانے نکل آئے تھے جو کہ تقریباً تین سال تک رہے میں نے بہت سی کریمیں استعمال کیں مگر کچھ اثر نہیں ہوا میں نے غلط کام چھوڑ دیے تو دانے بھی ختم ہوگئے بس کچھ نشان باقی ہیں۔ (محسن شفیق، راولپنڈی)

مشورہ: 7 دانے بادام رات کو پانی میں بھگو دیں، صبح چھیل کر اچھی طرح چبا کر کھالیں۔ دوپہر کو کھانا کھانے کے بعد عمدہ سندر خانی کشمش ایک دو مٹھی کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بہت شرمندہ ہوں

میری عمر 15 سال ہے۔ میری آواز بہت بھاری ہوگئی ہے جس کی وجہ سے میں بہت شرمندہ ہوں کسی سے فون پر بات کروں تو وہ کہتا ہے یہ تو زیادہ عمر کا ہے اور آدمی لگتا ہے، پہلے میری آواز ٹھیک تھی اب ایسی ہوئی ہے۔ (آمنہ، شاہدرہ)

مشورہ: بالغ ہونے پر آواز میں فرق آجاتا ہے مگر یہ فرق ایک دم نمایاں نہیں ہوتا، بتدریج ہوتا ہے۔ بڑے ہوکر آواز بھی بڑوں جیسی ہوجاتی ہے بچوں جیسی نہیں رہتی۔ اگر آواز میں یہ بھاری پن معمول کے خلاف ہو تو نزلہ، زکام، گلے کی خرابی کا علاج ہونا چاہیے۔ شفائے حیرت سیرپ تین ماہ استعمال کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

لاعلاج بیماری

میری آنتوں میں السر ہے، عرصہ دس سال سے اسٹرائیڈز پر ہوں۔ ڈاکٹر سرجن کہتے ہیں جب تک اس سے کام چلے چلاؤ ورنہ آپریشن کروا کر پاؤچ لگوالو۔ بڑی آنت کو بند کردیتے ہیں اور بڑے پیشاب کا دوسرا راستہ بنا کر پاؤچ لگا دیتے ہیں۔ پہلے مجھے خون آتا تھا پیپ آتی تھی دوا نہ لوں تو تکلیف اسی طرح ہوجاتی ہے۔ سرجن اور ڈاکٹر اس بیماری کو لاعلاج بتاتے ہیں۔ (نسیم، کراچی)

مشورہ: بل ایک مشہور پھل ہے یہ پنساریوں سے سوکھا ہوا بھی ملتا ہے اس کا مربہ بھی بنتا ہے اور شربت بھی بنتا ہے بہت خوشبودار پھل ہوتا ہے بہت ہلکا اور خوش ذائقہ۔ کھانا کھانے کے بعد دونوں وقت یہ پھل روزانہ کھائیں۔ مقدار کی کوئی قید نہیں ہے جس طرح عام طور پر کھانا کھانے کے بعد پھل کھاتے ہیں اسی طرح کھالیا کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوجائے گا۔ نہایت مفید ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بالوں میں خشکی

میں جب بہت چھوٹی تھی تو میرے بال جھڑنے لگ گئے تھے ان میں عجیب طرح کی خشکی ہے بال اوپر سے خشک ہیں لیکن ان کی جڑیں چکنی ہیں اگر میں دو تین دن بالوں کو نہ دھولوں تو چکنی خشکی اترنے لگتی ہے جس دن دھوتی ہوں اس دن خشکی اترتی ہے مگر اس دن چکنی نہیں ہوتی بلکہ دوسرے دن چکنی ہوتی ہے۔ مجھے آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ مجھے تیل لگانا چاہیے یا نہیں کیونکہ بال اوپر سے بہت زیادہ خشک اور پھیلے ہوئے ہیں اور بے رونق ہیں اس کے علاوہ دھوتے وقت بال گچھوں کی صورت میں گرتے ہیں۔ (حسنہ، گوجرانوالہ)

مشورہ: آپ عبقری دواخانے سے طب نبوی ہیئر آئل اور اس میں ہیئر پاؤڈر ملا کر کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے بالوں پر لگائیں۔ انشاء اللہ آپ کے بالوں کے مسائل حل ہوجائیں گے۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

پیشاب کی بیماری

مجھے پیشاب کی بیماری ہے، ہر وقت پیشاب آتا ہے، ہمارا پہاڑی برفانی علاقہ ہے، سخت سردی میں چائے کے بغیر گزارہ نہیں ہے مگر چائے پینا میرے لیے مصیبت ہے اس سے ایک دم پیشاب زیادہ ہوجاتا ہے۔ میں نے اسلام آباد، لاہور، کراچی میں بھی بہت علاج کروایا مگر سوائے نقصان کے کچھ نہیں ہوا مجھے شوگر نہیں ہے، سردی ہے۔ گرمیوں میں پیشاب کی زیادتی تو رہتی ہے مگر سردیوں کی بہ نسبت کم ہوتی ہے۔ میں نے اصلی سلاجیت بھی بہت کھائی ہے اصلی سلاجیت ہمارے علاقے میں ہوتی ہے یہیں سے سب جگہ جاتی ہے۔ مجھے جلدی مشورہ دیں۔ (حفیظ اللہ، چترو کمنڈ غذر)

مشورہ: آپ کے علاقے میں سنجور پھل ہوتا ہے۔ یہ آپ کے علاقے کا نام ہے۔ اردو زبان میں اسے باؤبیر کہتے ہیں۔ طب کی زبان میں اس پھل کو ابہل کہتے ہیں۔ کوئٹہ بلوچستان میں یہ بیر بڑے بڑے ہوتے ہیں۔ آپ کے علاقے میں یہ چھوٹے چھوٹے ہوتے ہیں ان کے پھولوں سے آپ کی پوری وادی خوشبودار رہتی ہے، معلوم ہوتا ہے جیسے کسی امریکن یا برطانوی بڑے ڈیپارٹمنٹل سے گزر رہے ہیں۔ یہ پھل آپ تھوڑا سا کھالیا کریں۔ بس اسی ایک دوا سے آپ کو فائدہ ہوجائیگا انشاء اللہ۔ سبزیوں، تازہ پھلوں سے قطعی پرہیز کریں۔ چاول آپ لوگ ویسے بھی کم ہی کھاتے ہیں۔ کھاتے بھی ہیں تو ابلے ہوئے چاول ہوں یا پلاؤ یا بریانی، سب کو سالن سمجھ کر روٹی کے نوالے میں رکھ کر کھاتے ہیں تو غرض یہ کہ چاول سے بھی پرہیز رکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

غلط علاج کا نتیجہ

میری عمر 42 سال ہے مجھے تقریباً آٹھ سال سے کمر کے نچلے حصے میں درد ہے پہلے تو میں نے خاص توجہ نہیں دی اب عمر کے بڑھنے سے درد بھی زیادہ ہوتا ہے۔ زیادہ دیر بیٹھ نہیں سکتی۔ قرآن پاک کی تلاوت زیادہ نہیں کرسکتی نماز پڑھنے میں بھی تکلیف ہوتی ہے۔ ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے کہا کہ تمہارا وزن زیادہ ہے اور پرہیز بھی بتایا یعنی آلو، چاول، بادی اشیاء سے پرہیز کرتی ہوں اور واک شروع کردی جس سے وزن کافی کم ہوگیا لیکن چہرے پر بہت برا اثر پڑا چہرے سے برسوں کی مریض لگنے لگی۔ دودھ تو ویسے بھی میں نہیں پیتی۔ کبھی کبھار پی بھی لوں تو درد میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ سو کر اٹھوں تو درد زیادہ ہوتا ہے۔ دن کو چلنے پھرنے سے کچھ کم ہوتا ہے۔ (شکیلہ، بہاولپور)

مشورہ: غلط علاج اور دواؤں کے استعمال سے یہی ہوتا ہے کہ اصل مرض تو وہیں رہتا ہے مگر اس کے ساتھ دوسرے امراض ایسے لگ جاتے ہیں کہ مریض اصل مرض کو بھول کر ان نئے امراض کی فکر میں لگ جاتا ہے۔ آپ جوڑوں کا درد کورس کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ دیسی گھی میں بکرے کے گوشت کو پکائیں اور روٹی سے کھائیں۔ زخموں کیلئے مرہم سکون استعمال کریں۔ قبض کیلئے دیسی اجوائن، سناء کے پتے دس دس گرام نمک لاہوری تین گرام گرائنڈر میں پیس کر محفوظ کرلیں جب ضرورت ہو سوتے وقت ایک دو چٹکی ضرورت کے مطابق کھائیں۔ اس تدبیر سے قبض، بواسیر اور کمر درد کو فائدہ ہوجائے گا۔ انشاء اللہ۔ کچھ عرصہ ادویات یا پرہیز کرکے چھوڑ دینے سے مرض دوبارہ ہوجاتا ہے کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے ادویات استعمال کریں۔ انشاء اللہ آہستہ آہستہ دائمی فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

ملتان	کلینک	بروز اتوار 6 مئی
پشاور	کلینک	بروز اتوار 20 مئی
راولپنڈی	کلینک	بروز اتوار 3 جون
گوجرانوالہ	کلینک	بروز اتوار 17 جون
بوریوالہ	کلینک	بروز اتوار یکم جولائی
منڈی بہاؤالدین	کلینک	بروز اتوار 15 جولائی
میانوالی	کلینک	بروز اتوار 19 اگست

ضروری نوٹ

حکیم صاحب حسب سابق ہر شہر میں ہر مریض کو انفرادی وقت دینگے اور مستقل کلینک کریں گے۔ ہر شخص کی چاہت ہوتی ہے کہ حکیم صاحب اس سے ذاتی ملاقات کریں لہٰذا روحانی وجسمانی لیکچرز کی ترتیب کو ختم کرکے سابقہ کلینک کی ترتیب بحال کی جاتی ہے۔ فیصل آباد، اٹک اور بہاولپور میں لیکچرز ہوئے لہٰذا ان شہروں کو انفرادی ملاقات کیلئے پھر سے کلینک کا جلد وقت دیا جائیگا۔ سابقہ تکلیف کی معذرت!

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کھچڑی، بن، رس، ڈبل روٹی، کھیرے، کھیرے کا سالن، مونگی کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دہی میٹھا، براؤن بریڈ، سلاد، امرود، گنڈیری، انار، تربوز، گرما، سردا، خربوزہ، حلوہ کدو، پپیتہ، کیلا، پھکا، اسپغول، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ گاجر، میٹھے حلوے، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سونف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، انگور، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر، پالک، پیٹھا، خرفہ کا ساگ، بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں ہر قسم کی، دیسی انڈے، آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، نہاری، پائے، دال مونگی، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور تازہ، چھوہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، چنے بھنے، کباب، پیاز کی سلاد، ناریل، منقی، روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پستہ، چلغوزہ، کاجو، مچھلی، گاجر کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، لونگ کا قہوہ

میری زندگی کے تین عجیب واقعات

گھوڑی بڑی تیزی سے چل رہی تھی۔ صوفی رب نواز کے (بادھے) کے پاس اچانک گھوڑی رک گئی۔ میں دیکھتا ہوں تو ایک پتھر پر اتنی روشنی ہے جیسے ہزار واٹ کا بلب جل رہا ہے اس وقت وہاں بجلی کا کوئی نظام نہیں تھا

(ریاض حسین' کھوڑہ خوشاب)

1۔ میں عرصہ دراز سے قبض اور دردسر وغیرہ میں مبتلا تھا کافی ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کرواتا رہا لیکن وقتی آرام آجاتا ہے مستقل آرام نہ آیا ایک دن خواب میں اشارہ ہوا کہ عرق گاؤ زبان اور گلقند استعمال کرو بندہ ناچیز نے گلقند اور عرق گاؤزبان استعمال کیا اس سے میری دیرینہ بیماری خدا کے فضل وکرم سے ٹھیک ہوگئی۔ **2**۔ دوسرا واقعہ: بندہ کا گاؤں وادی کون سے لیکر تحصیل وضلع خوشاب میں واقع ہے ایک روز مغرب کے وقت گاؤں سے باہر ایک ضروری کام کی وجہ (ڈھوک ترازی) جاتا تھا میرے پاس ایک گھوڑی تھی جس کے اوپر میں سوار تھا جن کے ہاں میں نے جانا تھا وہاں پہنچ گیا ان لوگوں نے میری بڑی منت کی کہ رات کا وقت ہے رات یہیں پر گزاریں میں نے کہا کہ گھوڑی میرے پاس ہے گھوڑی بڑی منہ زور تھی اور غصے کی بڑی سخت تھی میں راستے میں آرہا تھا گھوڑی بڑی تیزی سے بھاگ رہی تھی۔ صوفی رب نواز کے (بادھے) کے پاس اچانک گھوڑی رک گئی۔ میں دیکھتا ہوں تو ایک پتھر پر اتنی روشنی ہے جیسے ہزار واٹ کا بلب جل رہا ہے اس وقت وہاں بجلی کا کوئی نظام نہیں تھا۔ گھوڑی نے میرے ہاتھ سے لگام کھینچ لیا اور بڑی تیزی سے وہاں سے نکلی میں نے بڑا لگام کھینچا لیکن روکنے کا نام نہ لیتی تھی گھر پہنچے تو والد صاحب لالٹین لے کر نکلے گھوڑی پسینے سے شرابور تھی اور کانپ رہی تھی والد صاحب سمجھ گئے کہ یہ راستہ میں ڈر گئے ہیں۔ مجھے بھی دم کیا اور گھوڑی کو ہاتھ پھیرا۔ کہنے لگے جب بھی کہیں رات کے وقت جانا ہو تو دائیں ہاتھ کی انگلی سے سینہ کے اوپر حضرت عمر بن خطاب کا نام لکھ کر اور آیۃ الکرسی تین دفعہ پڑھ کر چاروں طرف پھونک دیں۔ آپ کے پاس کوئی ہوائی چیز نہیں آئیگی۔

تیسرا واقعہ: ایک دفعہ اسی راستے پر آرہے تھے میرے ساتھ ایک عورت بھی تھی چاند کی چاندنی تھی میں سانپ کے اوپر سے گزر گیا میرے پیچھے جو عورت تھی اس کے پاؤں میں آگیا۔ اس نے کہا ہائے! سانپ...... میں نے دیکھا تو سانپ جارہا تھا میں نے پتھر اٹھایا تو سانپ نے میرے ساتھ مقابلہ کیا بڑی مشکل سے سانپ کو مارا۔ میں نے والد صاحب سے ذکر کیا۔ انہوں نے کہا کہ جب بھی رات کا سفر ہو تو تین دفعہ اول وآخر درود شریف اور یہ منتر بتایا

بسم اللہ ترچھواں۔ شیاں سیاں بچھواں

تیل بیانی رات۔ تریاں منددوات

سلام قولا من رب رحیم۔ تین دفعہ پڑھنا ہے سارا پڑھنا ہے۔ تین میل کے علاقے میں یہ چیزیں نقصان نہ دیں گی۔ منزل پر پہنچ کر تین دفعہ درود شریف اول وآخر۔

سلام علی نوح فی العالمین پڑھ کر پھونک دیں تاکہ ان کی ڈاڑھ کھل جائے۔ اگر ڈاڑھ نہ کھولی گئی تو پڑھنے والا گنہگار ہوگا کیونکہ یہ بھی خدائی مخلوق ہے۔

میں نے اعمال سے کیا پایا؟ (سائرہ' کراچی)

امی کو پچھلے دنوں پیشاب میں انفیکشن بہت ہی شدید ہوا تھا۔ میں نے کالی دنیا کالا جادو کی کتاب کے صفحہ نمبر **227** سے پیشاب میں ریت اور پتھری دور کرنے کیلئے صبح وشام یہ دعا پڑھی۔ رَبَّنَا انت الذی فی السماء تقدس اسمک امرک فی السماء والارض کما ان رحمتک فی السماء فاجعل رحمتک فی الارض واغفرلنا ذنوبنا و خطایانا انت رب الطیبین فانزل شفاء من شفائک اور عبقری سے آپ کا لکھا ہوا مضمون ''آئیں تندرستی کا ایک راز پائیں'' جو جنوری **2010** میں چھپا تھا۔ جس میں سکنجوی دس گرام اور کباب چینی سو گرام باریک پیس کر چوتھائی چائے والا چمچ دن میں تین سے چار بار کچی لسی یا پانی کے ہمراہ والا نسخہ دیا تو انفیکشن ٹیسٹ کرانے تو رزلٹ صفر آیا۔

اسی طرح ابھی جون میں بھائی بھابی اور بچے عمرے پر جارہے تھے اور جس دن ان کی فلائٹ تھی اسی دن طوفان کی پیشنگوئی تھی تو میں نے کالی دنیا کالا جادو صفحہ نمبر **236** پر موجود بارش روکنے کی دعا اللّٰھم حوالینا ولا علینا اللّٰھم علی الاکام والجبال والظراب والاودیۃ ومنابت الشجر تین بار پڑھی تو طوفان تو جیسے غائب ہی ہوگیا۔

اسی سال میرا عمرے پر جانے کو بہت ہی دل چاہ رہا تھا۔ ہمارے پاسپورٹ بھی ایکسپائر ہوگئے تھے اور بظاہر کوئی صورت نہیں تھی میں نے عبقری اگست **2007**، صفحہ نمبر **30** سے سورۃ الانعام کی آیت **45**۔ تین دن اکتیس مرتبہ عصر کے بعد پڑھا اور ہمارا عمرہ ہر طرح سے آسان ہوگیا۔

سورۂ قریش کا عمل: ایک بار ہم کوئی دکان ڈھونڈ رہے تھے جو ہمیں نہیں معلوم تھی میں نے سورۂ قریش پڑھنی شروع کی تو ہمیں فوراً دکان مل گئی۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: **0343-8710009**

قرض اور سود سے نجات کی انوکھی دعا

میری بیوی مغرب سے قبل برتن دھو رہی تھی اور برتن دھونے کی جگہ کے ساتھ ہی انچ باتھ ہے۔ اچانک ہی انچ باتھ کی چھت جو عام ٹین کی چادروں کی ہے اس پر پانچ انچ کے بڑے بلاک رکھے ہوئے تھے وہ بلاک اور چھت ایک دم میری بیوی کے قریب آکر گرے مگر اللہ تعالیٰ نے میری بیوی کو بچالیا

(خالد محمود اعوان' کراچی)

محترم حکیم صاحب میرا ایک دوست ہے طاہر وہ پلمبرنگ اور ٹائلز وغیرہ کا ٹھیکے پر کام کرتا ہے وہ ایک دن میرے پاس آیا کہ میرا سارا کام بند ہو گیا ہے اور کسی قسم کا کوئی ٹھیکہ یا کام نہیں ملتا۔ محترم حضرت شیخ صاحب میں نے آپ کی کتاب کالا جادو سے کاروبار کی بندش دور کرنا صفحہ نمبر 545 اور پورا عمل بتا کر اور دو عدد نقش بھی بنا کر اس کو دے دیئے اور 15 یا بیس دن کے اندر اس کو چھوٹے موٹے ٹھیکے پر کام ملنا شروع ہو گیا اور ابھی بھی وہ کام کر رہا ہے۔

حکیم صاحب طاہر کا یہ کام کرنے کے بعد جان محمد بروہی گوٹھ میں ہی میری بیوی کی خالہ کا گھر بھی ہے وہ خالہ بہت بیمار تھیں اس لیے اس کو ہسپتال میں داخل کروا دیا گیا اور خالہ کے گھر میں خالو اور اس کے تین بچے اکیلے تھے اس لیے میں اور میری بیوی ان کے گھر چلے گئے تاکہ میری بیوی صبح کا ناشتہ دوپہر کا اور رات کا کھانا ان کو بنا کر دے۔ طاہر کو جب یہ نقش بنا کر دیئے تھے اس کے دو تین دن کے بعد خالہ کے گھر میں میری بیوی مغرب سے قبل برتن دھو رہی تھی اور برتن دھونے کی جگہ کے ساتھ ہی انچ باتھ ہے۔ اچانک ہی انچ باتھ کی چھت جو عام ٹین کی چادروں کی ہے اس پر پانچ انچ کے بڑے بلاک رکھے ہوئے تھے وہ بلاک اور چھت ایک دم میری بیوی کے قریب آکر گرے مگر اللہ تعالیٰ نے میری بیوی کو بچالیا اور اس کو آنچ بھی نہیں آئی اور پھر اسی رات کو میری بیوی کا بستر پاؤں کی طرف سے نیچے بچھانے والی تلائی وہ بھی جل گئی اور بہانہ مچھر کوائل کا بن گیا اور پھر جب خالہ ہسپتال سے واپس اپنے گھر آ گئیں تو ہم اپنے گھر چلے گئے اور پھر دو تین دن کے بعد ہم اپنے پکے مکان میں سو رہے تھے کہ اس رات کو بھی یہی ہوا۔ مچھر کے کوائل کو لگا کر ہم سو گئے اور صبح میری آنکھ اذان سے قبل کھل گئی اور بہت گھٹن محسوس ہو رہی تھی اور جب غور سے دیکھا تو پورا انگیٹھی اور فوم کی گدی جل گئی تھی میں نے فوراً انگیٹھی اور گدی صحن میں پھینکی کمرے کے پردے اور پکے سارا دھواں میں چلا گیا اور اللہ تعالیٰ نے اس دن بھی اپنے فضل و کرم سے ہماری جان بچالی۔ میں اور میری بیوی رات کو جان و مال کی حفاظت کا عمل اور پھر قرآن کی سورتیں پڑھ کر سوتے تھے اللہ تعالیٰ نے بہت حفاظت فرمائی۔

دعا نے سب کام بنا دیئے

(کیپٹن حبیب اللہ' گوجرانوالہ)

فوج سے ریٹائر ہونے کے بعد میں نے بڑے بیٹے کو کاروبار کرایا الحمدللہ میرے پاس کافی رقم تقریباً 16 لاکھ تھی تو ساری رقم میں نے کاروبار میں لگادی اور بڑے بیٹے کا کاروبار بھی اچھا چل گیا پھر ایک آدمی نے میرے بیٹے سے کاروبار میں شراکت کی بات کی۔ میرے بیٹے نے مجھ سے پوچھے بغیر کئی لوگوں سے رقم سود پر لے لی اور پھر بینک سے بھی سود پر قرضہ لے لیا۔ اس رقم کے آتے ہی ہماری پریشانیاں بڑھ گئیں' سکون برباد ہو گیا' کاروبار تباہ ہو گیا۔ ساری رقم ختم ہو گئی' نقصان پر نقصان ہوا۔ اصل لاگت بھی ختم ہو گئی۔ اب جن سے رقم لی تھی اور بینک میں قسطیں جمع کرانی تھیں ان کی پریشانی الگ...... میرے ایک دوست حکیم صاحب کے مرید تھے وہ مجھے حکیم صاحب کے پاس لیکر آئے اور میں نے ساری صورتحال حکیم صاحب کو بتائی تو حکیم صاحب نے بڑی شفقت فرمائی کہ آپ پریشان نہ ہوں' اللہ کرم کر دیں گے' پھر حکیم صاحب نے فرمایا اس دعا کو صبح و شام دیوانہ وار پڑھیں پورے یقین کیساتھ۔ میں نے اور میرے گھر والوں نے اس دعا کو پورے یقین کیساتھ پڑھنا شروع کر دیا۔ تھوڑے عرصہ میں اللہ نے اتنا کرم کیا کہ بینک کی قسطیں ختم اور باقی لوگوں کی رقم بھی لوٹا دی اور اللہ نے اتنا کرم کیا کہ کسی بندے کو میرے دروازے تک نہیں آنے دیا' الحمدللہ حکیم صاحب کی برکت سے عزت سے اس مصیبت سے نکل گیا اور مجھے حکیم صاحب کے الفاظ یاد آ گئے کہ "اللہ کرم کرے گا" اور اللہ نے کرم کر دیا۔

میری قارئین سے گزارش ہے کہ اس وظیفہ میں واقعی خزانہ ہے کوئی لینے والا ہو تو۔

اس خزانے کے الفاظ یہ ہیں:۔

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ وَاَتَوَجَّهُ اِلَیْکَ بِنَبِیِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّی اللّٰهُ عَلَیْهِ وَسَلَّمَ نَبِیِّ الرَّحْمَةِ یَا مُحَمَّدُ اِنِّیْ اَتَوَجَّهُ بِکَ اِلٰی رَبِّکَ اَنْ یَقْضِیَ حَاجَتِیْ۔

آج کو قربان نہیں کرنا

مولانا وحید الدین خان

پہلے دن آپ نے دشمن کے خلاف صبر کیا۔ دوسرے دن آپ نے دشمن سے مسلح مقابلہ کیا اور اس کے اوپر کامیابی حاصل کی

ایک مغربی مفکر کا قول ہے کہ "اچھا سپاہی جنگ کے پہلے ہی دن لڑ کر مر نہیں جاتا بلکہ وہ زندہ رہتا ہے تاکہ اگلے دن وہ دشمن سے لڑ سکے۔

یہ قول صرف معروف قسم کی بڑی بڑی جنگوں کیلئے نہیں ہے۔ وہ روزانہ پیش آنے والے عام مقابلوں کیلئے بھی ہے اگر کسی کے ساتھ آپ کی ان بن ہو جائے اور آپ فوراً ہی اس سے آخری لڑائی لڑنے کیلئے کھڑے ہو جائیں تو آپ ایک برے سپاہی ہیں۔ آپ اپنی زندگی میں کوئی بڑی کامیابی حاصل نہیں کر سکتے۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ اکثر حالات میں آدمی پہلے دن زیادہ موثر لڑائی لڑنے کی پوزیشن میں نہیں ہوتا۔ اس لیے عقل مند وہ ہے جو پہلے دن لڑائی کو اوائڈ کرے۔

وہ لڑائی کے میدان سے ہٹ کر اپنے آپ کو مضبوط اور مستحکم بنانے کی کوشش کرے تاکہ یا تو اس کے مقابلہ میں اس کا حریف اتنا کمزور ہو جائے کہ وہ لڑائی کے بغیر ہتھیار ڈال دے۔ یا وہ خود اتنا طاقتور ہو جائے کہ وہ ہر معرکہ کو کامیابی کے ساتھ جیت سکے۔

اس اصول کی بہترین مثال اسلام کی تاریخ ہے۔ پیغمبر اسلام ﷺ نے اپنی پیغمبرانہ مدت کا نصف سے زیادہ حصہ مکہ میں گزارا۔ یہاں آپ کے مخالفین نے ہر قسم کا ظلم کیا۔ مگر آپ نے ان سے ٹکراؤ نہیں کیا۔ آپ یکطرفہ طور پر صبر کرتے رہے۔ مدینہ کی طرف ہجرت کے بعد جب پھر انہوں نے ظلم کیا تو آپ نے اپنی فوج کو منظم کر کے ان سے جنگ کی۔ اس کے بعد دوبارہ آپ حدیبیہ کے موقع پر جنگ سے رک گئے اس کے بعد جلد ہی وہ وقت آیا کہ دشمن نے کسی لڑائی کے بغیر ہتھیار رکھ کر اپنی شکست مان لی۔

پہلے دن آپ نے دشمن کے خلاف صبر کیا۔ دوسرے دن آپ نے دشمن سے مسلح مقابلہ کیا اور اس کے اوپر کامیابی حاصل کی۔ حدیبیہ کے "دوسرے دن" تو مقابلہ کی نوبت ہی نہیں آئی۔ دشمن نے بلا مقابلہ شکست مان کر ہتھیار رکھ دیئے۔

"آج" کا صحیح مصرف آج کو قربان کرنا نہیں بلکہ آج کو استعمال کرنا ہے جو لوگ اس حکمت کو جانیں وہی اس دنیا میں بڑی کامیابی حاصل کرتے ہیں۔

شادی میں سمجھوتے کا جذبہ کریں

عبداللہ، کراچی

بعض لوگ کہتے ہیں کہ سمجھوتوں پر پوری زندگی نہیں گزاری جاسکتی۔ ہوسکتا ہے کہ اس جذباتی جملے کی کوئی اپنی اہمیت ہو لیکن حقیقت یہ ہے کہ ہمیں زندگی کے قدم قدم پر سمجھوتوں سے کام لینا پڑتا ہے لیکن یہ سمجھوتے ضروری نہیں کہ ایسے ہوں جو مزاج کے خلاف ہوں

شادی کے بارے میں اب تک بہت کچھ لکھا' سنا اور کہا گیا ہے لیکن اس کے باوجود شادی ایسا چار حرفی لفظ ہے جس پر جتنا کہا جائے اتنا ہی کم ہے اور دلچسپ بات یہ ہے کہ ہمیشہ اس بارے میں کہنے کی گنجائش موجود رہتی ہے کیونکہ یہ ایک ایسا رشتہ ہے جو نہ صرف تہذیب یافتہ معاشرے کی ضرورت ہے بلکہ یہ ایک زندگی کی حقیقت بھی ہے اور اس کی اتنی ساری جہتیں اور سمتیں ہیں کہ آپ شادی پر ساری عمر بھی لکھتے رہیں تو اس کے کئی پہلو پھر بھی بحث سے رہ جائیں گے۔

ایک دوسرے کیساتھ تعاون کا جذبہ: انسان کی زندگی کے مطابق مقابلہ کرتے ہیں۔ شادی کی زندگی کی تیاری ایک رات میں نہیں ہوسکتی۔ بچے کا خاص چال چلن' اس کے خیالات اس کے طرز اور اس کے افعال سے ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ وہ خود کو جوانی اور اس کے بعد کیلئے کس طرح تیار کررہا ہے۔ بچہ پانچویں یا چھٹے سال ہی میں محبت کے اہم اصول اپنے لیے قائم کرلیتا ہے۔

بچے اور جنسی معلومات: عام طور پر یہ دیکھا گیا ہے کہ بچوں کے ذہن میں یہ تصور بہت پختہ ہوتا ہے کہ ان کی ایک بیوی یا شوہر ہوگا یہاں تک کہ ایسے بچے جن کے والدین آپس میں لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں ان کا بھی یہی حال ہوتا ہے کہ انہیں جوانی میں ایک ساتھی کے ساتھ رہنا ہوگا۔ بچہ شادی کے بارے میں جو خیال رکھتا ہے وہ بہت اہم ہوتا ہے۔ اگر بچے کو غلط سمجھا دیا گیا ہو تو وہ شادی کو خطرناک چیز سمجھتا ہے اور اس کو اپنے لیے پسند نہیں کرتا۔ حال ہی میں کی گئی ایک اسٹڈی میں یہ بات سامنے آئی کہ جن بچوں کو چار پانچ یا چھ برس کی عمر میں جنسی معلومات سے آگاہ کردیا گیا تھا وہ بڑی عمر میں عشق و محبت اور شادی سے گھبراتے اور کسی کی خوبصورتی یا کشش کو وہ اپنے کیلئے خطرے کی گھنٹی تصور کرتے تھے۔ اس معاملے میں بچے کی صحیح تربیت کرنے کیلئے بعض افراد کا خیال ہے کہ ان کی غلط رہنمائی نہ کی جائے ان سے جھوٹ نہ بولا جائے۔ بچے کو اتنا ہی سمجھا دیں جتنا وہ معلوم کرنا چاہتا ہے تاکہ اس کا تجسس بہت زیادہ نہ بڑھے۔ ضرورت سے زائد معلومات بچے کیلئے نقصان دہ ہوتی ہیں۔

حسن سے رغبت غلط جذبہ نہیں: بعض والدین بچوں کی جمالیاتی حس کو ختم کرنے کے درپے ہوتے ہیں وہ بچوں کو ایسا موقع نہیں ملنے دیتے کہ بچے میں جمالیاتی حسن پروان چڑھے۔ یاد رکھیں کہ بذات خود خوبصورتی یا حسن پرستی کوئی بری چیز نہیں ہے۔ اس چیز کا اظہار ہے کہ آپ کیسے کرتے ہیں کیا اس اظہار میں اسلامی معاشرتی حدود و قیود کا خیال نہیں رکھا جاتا؟ اس میں صرف اپنا مفاد ہی عزیز جانا چاہتا ہے؟ کیا حسن پرستی اسے دیگر تقاضوں کی انجام دہی سے محروم کردیتی ہے؟ اگر ایسا ہے تو یقیناً یہ معاشرتی اعتبار سے صحیح نہیں ہے۔ بچوں کی تربیت کرتے ہوئے اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ انہیں خوبصورتی سے ڈرایا نہ جائے۔ انہیں مثبت سوچ دی جائے۔

شادی میں سمجھوتے کا جذبہ: بعض لوگ کہتے ہیں کہ سمجھوتوں پر پوری زندگی نہیں گزاری جاسکتی۔ ہوسکتا ہے کہ اس جذباتی جملے کی کوئی اپنی اہمیت ہو لیکن حقیقت یہ ہے کہ ہمیں زندگی کے قدم قدم پر سمجھوتوں سے کام لینا پڑتا ہے لیکن یہ سمجھوتے ضروری نہیں کہ ایسے ہوں جو مزاج کے خلاف ہوں۔ یہ سمجھوتے بہت اچھے بھی ہوتے ہیں مثلاً دونوں میاں بیوی کو یہ طے کرنا ہے کہ وہ ایک دوسرے کی آزادی برقرار رکھیں گے۔ آزادی سے مراد فیصلہ کرنے' سوچنے اور جسے درست سمجھا جارہا ہو اس پر عمل کرنے کا نام ہے۔ ایک دوسرے پر مسلط ہونے کا احساس نہ ہو۔ یہ احساس اس خوبصورت رشتے کو گہنا کررکھ دیتا ہے۔ اکثر ہمارے ہاں دونوں جانب سے اس طرح کے مظاہرے کیے جاتے ہیں کہ ہر فرد خود کو جبر تلے زندگی گزارتا ہوا محسوس کرتا ہے۔

ایک دوسرے سے مخلص رہیں: میاں بیوی کو ہمیشہ ایک دوسرے سے مخلص رہنا ہوتا ہے۔ خلوص میں کمی اس رشتے کو گھن کی طرح کھا جائیگی۔ بیوی ہے تو اسے احساس ہونا چاہیے کہ اس کا شوہر کتنی محنت سے پیسہ کما کر لاتا ہے۔ اسے خرچ کرتے ہوئے اس کے ذہن میں ہونا چاہیے کہ کہیں اسراف تو نہیں ہو رہا' کہیں وہ غیر ضروری طور پر اپنے شوہر کی کمائی ضائع تو نہیں کررہی؟ بیوی کو معلوم ہونا چاہیے کہ اس کے شوہر کے دیگر حقوق بھی ہیں اور اسے پورا کرنے میں اسے اپنے شوہر کی مدد کرنی چاہیے اور بالکل اسی طرح شوہر کا بھی فرض ہے کہ وہ اپنی بیوی سے مخلص ہو' کسی اور عورت سے اس کا تعلق نہیں ہونا چاہیے کیونکہ یہ بات یاد رکھیں کہ اگر کوئی شخص بے وفائی کو معمولی چیز سمجھتا ہے تو ہرگز شادی کرنے کے قابل نہیں ہے۔

ہمارے ہاں اکثر دیکھا گیا ہے کہ شادی کے شروع ہی میں بعض غلطیاں کی جاتی ہیں۔ ایک شخص جو بچپن سے لاڈ پیار سے بگاڑ دیا گیا ہو شادی کے بعد محسوس کرتا ہے کہ اس سے لاپرواہی برتی جارہی ہے۔ یہ احساس اس لیے پیدا ہوتا ہے کہ اس نے سماجی زندگی کے مطابق زندگی بسر کرنے کی تربیت نہیں پائی۔ بعض دفعہ لاڈلا بچہ شادی کے بعد ایک جابر شوہر ثابت ہوتا ہے اور بیوی خود کو مظلوم سمجھتی ہے اور وہ شوہر سے مقابلہ کرتی ہے ایسا شوہر چاہتا ہے کہ بیوی اس کی ہمیشہ دیکھ بھال کرے جبکہ اگر بیوی کی بھی ایسے ہی لاڈ پیار سے تربیت کی گئی ہے تو وہ بھی چاہے گی کہ اس کے نازنخرے اٹھائے جائیں۔ یہاں تک کہ وہ پورے سسرال سے توقع کریگی کہ اس کا خیال رکھا جائے اور اس کی خواہشیں الہ دین کے چراغ کی طرح پوری کی جائیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ ان دونوں میں سے کوئی بھی ایسا نہیں کرتا اور نہ کرسکتا ہے یوں دونوں کی تسلی اور تشفی نہیں ہوتی جس کا نتیجہ بعض اوقات یہ بھی نکلتا ہے کہ شوہر کسی اور عورت میں دلچسپی لینے لگتا ہے۔

شادی زندگی کا آخری مقصد نہیں: شادی صرف ایک بندھن میں بندھ جانے کا نام نہیں ہے بلکہ یہ قطعی ایک نیا دور اور نئی زندگی کا آغاز ہے۔ ایک ایسی زندگی جس کے بارے میں شادی سے پہلے کوئی تجربہ نہیں ہوتا۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر اوقات نئے جوڑوں کو ایڈجسٹ ہونے میں وقت لگتا ہے۔ شروع کے سال اگلے سالوں کے مقابلے میں زیادہ سخت ثابت ہوتے ہیں۔ دراصل شادی ہماری جسمانی ضروریات ہی نہیں بلکہ ہماری سماجی زندگی کا بھی مطالبہ ہوتا ہے۔ شادی شدہ افراد معاشرے میں زیادہ پراعتماد اور باعزت خیال کیے جاتے ہیں۔ لوگ انہیں زیادہ قابل بھروسہ سمجھتے ہیں اور زیادہ عزت و توقیر دیتے ہیں۔ اکثر ہمارے ہاں ایک چیز بہت عجیب دیکھی گئی ہے کہ بیشتر لوگ شادی کو زندگی کا آخری مقصد سمجھتے ہیں یہ قطعی بے بنیاد اور غلط تصور ہے۔ ہم ناولوں اور قصے کہانیوں میں ایسے ہی انجام دیکھتے ہیں کہ شادی ہوئی اور کہانی ختم .... جی نہیں! کہانی تو ابھی شروع ہوئی ہے یہ تو مرد اور عورت کی زندگی کی ابتدا ہے لیکن اسے کوئی خوفناک امتحان نہیں سمجھنا چاہیے۔

(انتخاب: ڈاکٹر محمد مطہر، لاہور)

بے مثال خوبصورتی کیلئے آزمودہ ٹانک

کھانے میں پودینہ‘ اجوائن‘ سونٹھ‘ سفید زیرہ‘ زیتون شامل کریں۔ لیموں کا رس بھی پیشاب کے اخراج کا کام دیتا ہے۔ دودھ بغیر بالائی کے پئیں‘ دوپہر کے کھانے میں کچی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال کریں۔ تمام کھانوں کو بہت احتیاط سے پکائیں اور ان کی زیادہ سے زیادہ غذائیت کو برقرار رکھیں

دنیا میں ایسا کون ہے جو حسین اور خوبصورت نظر آنا نہیں چاہے گا۔ خصوصاً خواتین میں یہ چاہت فزوں تر ہوتی ہے لیکن خوبصورتی نظر آنے اور حقیقی معنوں میں خوبصورت ہونے میں زمین آسمان کا فرق ہوتا ہے۔ اسی کیلئے ہم اپنے ہاتھ پاؤں اور چہرے کو خوبصورت بنانے کیلئے ہزاروں روپے خرچ کردیتے ہیں اور کاسمیٹکس کا سامان تیار کرنے والی کمپنیاں کروڑوں ڈالر ماہانہ کمارہی ہیں اور طرح طرح کے نت نئے ماسک‘ کریمیں‘ ہاتھ واش‘ صابن اور لوشن وجود میں آرہے ہیں۔

میک اپ پر اتنے بھاری اخراجات کے باوجود کچھ رکاوٹیں ایسی بھی ہیں جو حسین نظر آنے کی راہ میں حائل ہوجاتی ہیں۔ مثلاً موٹاپے کو ہی لے لیجئے آپ چاہے جتنی بھی خوبصورت ہیں لیکن اگر آپ موٹی ہیں اور پیٹ بڑھا ہوا ہے تو آپ کا سارا حسن اور حسین بننے کیلئے کی گئی تمام کوششیں بے کار ہیں۔ تمام تر خوبصورتی کے باوجود محفلوں میں اکثر اوقات آپ کو مختلف طریقے سے تضحیک کا نشانہ بننا پڑتا ہے۔ زیادہ موٹا ہونے کی وجہ سے جسم کے ہاتھوں آپ کا چہرہ بھی متاثر ہوتا ہے جس سے آپ کے اندر موجود خوداعتمادی مجروح ہوتی ہے۔ اگر آپ کا وزن زیادہ ہے تو دل پر بھی زیادہ بوجھ محسوس ہوگا جس وجہ سے بلڈ پریشر دل کی تکالیف اور ذیابیطس جیسے امراض کا شکار بھی ہوسکتی ہیں۔ اس لیے آپ کی صحت اور ظاہری حالت کیلئے پہلا قدم وزن کم کرنا اور دبلا ہونا ہے اور اتنا بھی دبلا نہیں کہ بہت زیادہ تیلی ہوجائیں۔ دبلے سے میری مراد متناسب جسم اور مناسب وزن ہے۔ وزن کم کرنے کیلئے موثر اقدامات بھی ہیں کہ وزن کم ہوجائے لیکن صحت اور جسمانی طاقت بہرحال برقرار رہے آیئے ہم آپ کو موٹاپے سے بچنے اور صحت کو برقرار رکھنے کیلئے کچھ غذاؤں سے متعارف کراتے ہیں۔

مقوی اور ان چھنی خوراک: ان چھنی خوراک میں نہ صرف وٹامنز اور معدنیات زیادہ پائے جاتے ہیں بلکہ چھنی ہوئی غذا کی نسبت اس کے بے شمار فوائد ہیں۔ ریشہ دار خوراک کم ریشہ دار خوراک سے تقریباً 10 فیصد کیلوریز کو گھٹا دیتی ہے۔

ان چھنی خوراک کو استعمال کرنے کا مشورہ موٹاپا کم کرنے کیلئے خاص طور پر تو نہیں دیا جاتا مگر موٹاپا کم کرنے کے دوران ان سے انسان خوش وخرم اور صحت مند نظر آتا ہے اور بھوک مٹانے کا صحیح طریقہ نکل آتا ہے‘ مقوی غذاؤں میں تازہ پھل اور سبزیوں کا بہت زیادہ استعمال بھی شامل ہے۔ ان میں اجزاء اچھے اور زیادہ مگر کیلوریز بہت کم پائی جاتی ہیں۔ مقوی غذا کا استعمال عارضی نہیں ہونا چاہیے ان کے استعمال سے آپ اپنی خواہش کے مطابق وزن پاکر بھی صحت مند رہیں گی اور آپ کے چہرے کی خوبصورتی اور شگفتگی برقرار رہے گی۔

اپنی غذا میں مالحات ومشروبات کا استعمال کم سے کم کریں کیونکہ ان سے وزن بہت زیادہ بڑھ جاتا ہے‘ چائے یا کافی کے صرف دو کپ تک استعمال کریں لیکن بہتر ہوگا کہ آپ مکمل طور پر ترک کردیں۔ سبز چائے میں کیلوریز بالکل نہیں ہوتیں لیکن اس میں میٹھا استعمال نہ کریں‘ میٹھا نہ کھانا خاص طور پر دبلے ہونے کیلئے بہت فائدہ مند ہوگا کیونکہ اس میں رطوبت اور پیشاب کے اخراج کے اجزاء ہوتے ہیں۔ کھانے میں پودینہ‘ اجوائن‘ سونٹھ‘ سفید زیرہ‘ زیتون شامل کریں۔ لیموں کا رس بھی پیشاب کے اخراج کا کام دیتا ہے۔ دودھ بغیر بالائی کے پئیں‘ دوپہر کے کھانے میں کچی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال کریں۔ تمام کھانوں کو بہت احتیاط سے پکائیں اور ان کی زیادہ سے زیادہ غذائیت کو برقرار رکھیں۔ یعنی یا تو کچی سبزیاں کھائیں یا ہلکی سی ابال لیں یا پھر بھاپ دے کر اتار لیں۔ اس طرح خوراک میں کیلوریز نہیں بڑھیں گی گوشت کو بھون لیں۔ بھونتے وقت پانی اور گھی وغیرہ نتھار لیں کیونکہ یہ موٹاپے کیلئے نقصان دہ ہے اپنی خوراک میں زیادہ گرم تاثیر والی چیزوں سے پرہیز کریں ان کی بجائے درج ذیل میں سے کسی کو آزمائیں۔

☆ تھوڑا سا شہد اور سرسوں کا مرکب ☆ پاؤڈر کے دودھ کا بڑا چمچ اور سیب اور لیموں کے رس کا ایک ایک چمچ (تھوڑا سا گرم مصالحہ بھی شامل کرلیں) ☆ آدھا کپ ٹماٹر کا جوس جس میں آدھا لیموں کا رس اور پسے ہوئے پیاز کا ایک چمچ۔ یاد رکھیے! بدقسمتی سے وزن کم کرنے کا کوئی بھی آسان اور بغیر تکلیف کے طریقہ بھی دریافت نہیں ہوسکا ہے۔ دبلا اور متناسب جسم رکھنے کیلئے آپ جو طریقہ بھی چاہیں آزمالیں لیکن اس کے ساتھ قوت ارادی کا ہونا ضروری ہے۔

سیب کے سرکہ میں بہت زیادہ معدنی اجزاء ہوتے ہیں اور یہ جسم کے اندر مادہ حیات کو درست اور برقرار رکھتے ہیں دبلا ہونے کیلئے ہر کھانے کے بعد سیب کے سرکہ کا ایک چمچ ایک گلاس پانی میں ملا کر پی لیں۔

کیلپ سمندری جڑی بوٹیوں کا نام ہے۔ اس کا شمار بہت زیادہ مفید معدنیات والی غذاؤں میں ہوتا ہے۔ اس میں خاص طور پر آیوڈین پائی جاتی ہے۔ غدودوں میں اس کی خاص طور پر بہت ضرورت ہوتی ہے۔ یہ غذا کو جزو بدن ہونے میں مدد دیتی ہے اور کھانے کو جلد ہضم کردیتی ہے۔ خواتین کو اس کا استعمال ضرور کرنا چاہیے کیونکہ خواتین میں مردوں کی نسبت آیوڈین کم مقدار میں ہوتی ہے۔

مزید غذائیں جو آپ کو دبلا کرنے میں مددگار ثابت ہوں گی۔

چوکر (بھوسا چھان): ناکارہ کی ہوئی چیزوں میں سے یہ بہت اہمیت کی حامل غذا ہے۔ یہ قبض کو ختم کرتی ہے اور موٹے لوگ اکثر قبض کے مریض بھی ہوتے ہیں۔ اس کی عام خوراک کا استعمال روزانہ کھانے کے دو چمچ ہیں‘ کھانا کھانے سے پہلے چوکر کا ایک چائے کا چمچ پانی میں ملا کر پی لینے سے بھوک کم ہوجاتی ہے۔ چنانچہ آپ کو زیادہ کھانے کی اشتہا نہ رہے گی اچھی قسم کی بھوسی اناج‘ میٹھے کھانوں‘ مشروبات‘ مختلف ڈشوں یا بھنی ہوئی چیزوں میں ملا کر بھی کھائی جاسکتی ہے۔

گندم کے دانے: چوکر کی طرح اس میں بھی مقوی غذائیت موجود ہوتی ہے۔ اس میں وٹامن ای بی اور 28 فیصد پروٹین موجود ہے اور اس میں معدنیات کی خصوصیات بھی پائی جاتی ہے۔ یہ اناج مختلف غذاؤں میں ملا کر بھی کھایا جاسکتا ہے۔ ریت میں بھون کر یخنی اور دودھ میں پکا کر استعمال کیا جاسکتا ہے اور اسے روٹی کے نعم البدل کے طور پر استعمال کرسکتے ہیں۔

بغیر بالائی کے دودھ: اس سلسلے میں پہلے بتایا جاچکا ہے کہ غذائیت سے بھرپور دودھ کی نسبت اس میں کیلوریز کی مقدار کم ہوتی ہے۔ یہ چکنائی سے خالی اور پروٹین حاصل کرنے کا بہت اچھا ذریعہ ہوتا ہے۔ بالائی مکھن والے دودھ کی جگہ اس دودھ کے پاؤڈر کا ایک چمچ دوسری غذاؤں کو طاقت بخش بنادیتا ہے۔

حضرت موسیٰ علیہ السلام کا ملک الموت کو تھپڑ

عابد محمود، صادق آباد

فرمایا بیٹا! اس وقت موت کی حالت بیان کرنا ناممکن ہے لیکن میں کوشش کرتا ہوں اور فرمایا "اللہ کی قسم ایسے معلوم ہو رہا ہے کہ جیسے میرے کندھوں پر پہاڑ رکھا ہوا ہے اور میری روح سوئی کے ناکے میں سے نکل رہی ہے اور میرے پیٹ میں کانٹے بھرے ہوئے ہیں

خوشی اور غم

اللہ تعالیٰ نے جب حضرت آدم علیہ السلام کا پتلا بنایا تو اس کے بنانے کے بعد اس پتلے میں انتالیس دن رنج و غم اور پریشانی کی ہوائیں چلائیں اور صرف ایک دن خوشی اور بے فکری کی ہوا چلائی۔ یہی وجہ ہے کہ انسان غمگین زیادہ اور خوش کم رہتا ہے۔ کبھی کبھی بغیر کسی وجہ کے دل اداس ہو جاتا ہے۔ دولت' عزت' شہرت ہونے کے باوجود تفکرات اور پریشانیاں انسانوں کا پیچھا نہیں چھوڑتیں۔

مہمان رحمت باری تعالیٰ

حضرت موسیٰ علیہ السلام نے اللہ تعالیٰ سے عرض کیا "اے مالک جب تو خوش ہوتا ہے تو کیا کام کرتا ہے" اللہ تعالیٰ نے فرمایا میں بارش برساتا ہوں' حضرت موسیٰ علیہ السلام نے پھر عرض کیا جب تو اس سے بھی زیادہ خوش ہوتا ہے تو اللہ تعالیٰ نے فرمایا میں بیٹیاں پیدا کرتا ہوں۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام نے پھر عرض کیا یا باری تعالیٰ جب تو سب سے زیادہ خوش ہوتا ہے تو—— اللہ تعالیٰ نے فرمایا میں مہمان بھیجتا ہوں۔

موٹاپا اور خوف خدا

کسی بزرگ نے کیا خوب فرمایا ہے کہ جس شخص کے دل میں خوف خدا ہوگا اس کا جسم کبھی بھی بھاری نہیں ہوگا۔

موت اور ہنسی

ایک دفعہ کچھ لوگ قہقہہ لگا کر ہنس رہے تھے آپ ﷺ نے دیکھا تو فرمایا "کیا ان کو اپنی موت یاد نہیں" قہقہہ لگا کر ہنسنے والوں کے دل مردہ ہو جایا کرتے ہیں۔

موت کی کیفیت

حضرت عبداللہ بن عمرو بن العاص فرماتے ہیں کہ میرے والد (عمرو بن العاص) اکثر فرمایا کرتے تھے کہ اس آدمی پر مجھے بہت تعجب ہوتا ہے جس پر موت کے آثار ظاہر ہونے لگیں اور اس کے ہوش و حواس بھی قائم ہوں اور اس کی زبان بھی بند نہ ہوئی ہو اور وہ پھر بھی موت کی کیفیت نہ بتائے۔ اتفاق سے جب ان کی اپنی موت کا وقت قریب آیا تو ان کے ہوش و حواس بھی باقی تھے اور زبان بھی کھلی ہوئی تھی۔ میں نے کہا ابا جان! آپ تو ایسی حالت میں موت کی کیفیت نہ بتانے والے پر تعجب کا اظہار فرمایا کرتے تھے اور اب آپ ہی موت کی کچھ کیفیت بیان فرمائیں۔ فرمایا: بیٹا! اس وقت موت کی حالت بیان کرنا ناممکن ہے لیکن میں کوشش کرتا ہوں اور فرمایا "اللہ کی قسم ایسے معلوم ہو رہا ہے کہ جیسے میرے کندھوں پر پہاڑ رکھا ہوا ہے اور میری روح سوئی کے ناکے میں سے نکل رہی ہے اور میرے پیٹ میں کانٹے بھرے ہوئے ہیں اور یوں لگتا ہے کہ آسمان اور زمین دونوں آپس میں مل گئے ہیں اور میں ان کے درمیان دبا ہوا ہوں۔ اللہ اکبر! اے مسلمانو! اس ذات کی طرف جلد پلٹ آؤ جو پیدا کرنے' کھلانے' سلانے اور مارنے پر قادر ہے۔

پیام موت......اور حضرت موسیٰ علیہ السلام

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا موت کا فرشتہ جب حضرت موسیٰ علیہ السلام کے پاس آیا اور کہا آپ کا رب آپ کو بلا رہا ہے۔ یعنی یہ موت کا پیغام تھا۔ یہ سن کر حضرت موسیٰ علیہ السلام نے ملک الموت کو تھپڑ دے مارا۔ ان کی آنکھ باہر نکل آئی۔ ملک الموت اللہ تعالیٰ کی طرف گئے۔ اللہ تعالیٰ نے ان کی آنکھ کو درست کیا اور کہا میرے بندے یعنی حضرت موسیٰ علیہ السلام کی طرف جاؤ اور کہو اگر آپ دنیا کی زندگی چاہتے ہیں تو اپنا ہاتھ بیل کی کمر پر رکھ دیں جتنے بال آپ کے ہاتھ کے نیچے آئیں گے آپ کی عمر کے اتنے سال بڑھا دیئے جائیں گے۔ ملک الموت نے یہ پیام دیا تو حضرت موسیٰ علیہ السلام نے پوچھا: پھر کیا ہوگا؟ ملک الموت نے کہا "پھر موت آئیگی" اس پر موسیٰ علیہ السلام نے فرمایا "پھر ابھی موت آجائے" اور کہا اے رب مجھے بیت المقدس کے قریب ایک پتھر مارنے کے فاصلے پر کر دے' اس کے بعد آنحضرت ﷺ نے فرمایا "اگر میں وہاں ہوتا تو تمہیں موسیٰ علیہ السلام کی قبر دکھاتا' جو اس راستے کے قریب سرخ ٹیلے کے پاس ہے۔ (بخاری)

تین سوال، تین جواب

عطاء بابر، ملتان

لہٰذا آپ اپنی نشست سے اتر کر میری جگہ کھڑے ہو جائیں رومی راہب پر تو سکتہ طاری ہو گیا

اموی خلیفہ ہشام بن عبدالملک کا دربار آراستہ ہے کہ ایک رومی راہب (عبادت گزار) دربار میں حاضر ہوتا ہے اور کہتا ہے میرے ذہن میں چند سوالات ہیں کئی یہودیوں اور عیسائیوں سے میں نے اس کے جوابات طلب کیے لیکن مجھے کوئی مطمئن نہ کر سکا اب میں مسلمانوں کے پاس آیا ہوں۔ پہلا سوال یہ ہے کہ خدا سے پہلے کون تھا' دوسرا سوال یہ ہے کہ خدا کا رخ کس طرف ہے اور تیسرا سوال خدا اس وقت کیا کر رہا ہے......؟؟؟

کسی نے بادشاہ سے کہا کہ ان کا جواب صرف ایک شخص دے سکتا ہے جو کوفہ میں رہتا ہے۔ کوفہ سے اس نوجوان کو بلایا گیا جو نعمان بن ثابت (امام اعظم ابوحنیفہ رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ) کے نام سے مشہور تھے۔ دربار خلافت میں ہر شخص حیران تھا کہ رومی راہب کو یہ نوجوان کیا جواب دیتے ہیں۔ رومی راہب اس وقت بادشاہ کی بائیں جانب سراپا تکبر بنا بیٹھا تھا کہ اسی اثناء میں کوفی نوجوان بادشاہ کے دربار میں حاضر ہوئے اور رومی راہب سے مخاطب ہو کر کہنے لگے کہ اس وقت آپ سوال کرنے والے ہیں اور میں آپ کا جواب دینے والا ہوں۔ نہایت معذرت کے ساتھ عرض کرتا ہوں کہ طلب کرنے والے کا یہ انداز نہیں ہوتا کہ مانگنے والا نشست پر اطمینان سے بیٹھا رہے اور دینے والا کھڑا رہے۔ لہٰذا آپ اپنی نشست سے اتر کر میری جگہ کھڑے ہو جائیں رومی راہب اپنی جگہ چھوڑ کر اتر آیا تو نوجوان نے باوقار انداز میں رومی راہب کی جگہ لیکر کہا اب آپ اپنے سوالات دہرائیں راہب نے اپنے سوالات دہرا دیئے۔ آپ نے نہایت اطمینان کے ساتھ پہلے سوال کا جواب ارشاد فرماتے ہوئے فرمایا کہ ایک سے دس تک گنتی کا شمار کرو راہب نے گنتی گننا شروع کر دی نوجوان نے کہا کہ میں یہ جاننا چاہوں گا کہ ایک سے پہلے کیا ہے راہب نے کہا کہ یہ دیوانگی ہے ایک سے پہلے تو کچھ نہیں نوجوان نے کہا کہ یہ تمہارے پہلے سوال کا جواب ہے۔ پھر آپ نے درباریوں سے فرمایا کہ ایک چراغ لاؤ اور اس کو جلاؤ چراغ لانے کے بعد جلایا گیا تو آپ نے راہب سے پوچھا کہ اس چراغ کا رخ کس طرف ہے اس نے کہا کہ اس کی روشنی تو چاروں طرف ہے اس کا رخ کسی ایک طرف نہیں تو امام صاحب نے فرمایا یہ تمہارے دوسرے سوال کا جواب ہے۔ تمہارا تیسرا سوال یہ تھا کہ خدا اس وقت کیا کر رہا ہے تو اس کے

شاہ عبدالرحیم دہلویؒ کے مستند روحانی وظائف

اگر کوئی شخص بیروزگاری سے پریشان ہو یا کاروبار بندش کا شکار ہو یا اکثر کام طرح طرح کی رکاوٹوں کے سبب نہ ہوتے ہوں تو اس کیلئے یہ عمل مجرب ہے۔ نیا چاند دیکھنے کے بعد پہلی جمعرات کو نماز عشاء کے بعد اکتالیس روز یہ عمل کریں

شوہر' بیوی یا گھر کا کوئی فرد لاپتہ ہو جائے

اگر کسی عورت کا شوہر' بیٹا یا بیٹی یا بھائی بہن گھر سے ناراض ہو کر چلا جائے یا کسی کی بیوی' بیٹی' بیٹا ناراض ہو کر گھر سے بغیر بتائے چلا جائے تو اس کی واپسی کیلئے بعد نماز عشاء روزانہ اول و آخر گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھے اس کے بعد 1300 بار یہ کلمات پڑھے

رَبِّ اَنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ

پھر اس کی واپسی کیلئے دعا کرے۔ انشاء اللہ لاپتہ شخص واپس آجائے گا۔

بیجا ڈر' خوف' دہشت اور گھبراہٹ سے نجات

بعض لوگ وہم کا شکار ہو جاتے ہیں طرح طرح کے خیالی پلاؤ پکاتے پکاتے خود کو بے جا اور انجانے خوف میں مبتلا کر لیتے ہیں' کبھی مستقبل کے بارے میں سوچتے ہیں کبھی اپنی زندگی کو ناکام زندگی قرار دیتے ہیں اور کچے خیالات اور بے ہودہ وہم کے سبب کوئی کام نہیں کرتے۔ نتیجہ یہ ہے کہ ہر طرح محتاج اور پیسے پیسے سے ترستے ہیں اور طرح طرح کے اندیشوں میں مبتلا رہ کر طرح طرح کے امراض کا شکار بن جاتے ہیں۔ ان تمام خرافات سے نجات کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ تمام بے جا شکوک و شبہات اور وہم و خیال ختم ہو جائیں گے۔ اول نماز پنجگانہ باجماعت ادا کرے اور ہر نماز کے بعد باوضو گیارہ بار درود شریف (درود ابراہیمی) پڑھے اس کے بعد ایک سو پچاس بار حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ

نِعْمَ الْمَوْلٰی وَنِعْمَ النَّصِیْرُ

آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھے رات کو سونے سے قبل بھی یہ عمل کر کے سوئے۔ انشاء اللہ حالات بہتر ہوتے چلے جائیں گے۔

عجیب و غریب قسم کے وہم کا علاج

بعض لوگوں پر مختلف حالات اور حادثات کے گزرنے سے عجیب و غریب قسم کے وہم مسلط ہو جاتے ہیں اور وہ اس میں اس حد تک آگے بڑھ جاتے ہیں کہ نہ صرف ان کی زندگی بلکہ متعلقین اور دوست احباب کیلئے بھی وہ بڑی مصیبت بن جاتے ہیں۔ مثلاً کسی آدمی کو وہم ہو جاتا ہے کہ اگر میں نے کسی سے ہاتھ ملایا تو میرے ہاتھوں میں خارش ہو جائے گی میں نے کسی کا جھوٹا گلاس پانی پی لیا تو بیماری لگ جائیگی۔ کسی بیمار کی عیادت کو گیا تو میں خود اس مرض میں مبتلا ہو جاؤں گا اگر کسی کا ہاتھ جسم کو لگ گیا تو اس جگہ کو اور کپڑے کو دھویا جا رہا ہے کہ جراثیم میرے جسم میں لگ کر مجھے نقصان پہنچائیں گے۔

اس کا آسان علاج یہ ہے کہ نماز کی پابندی کی جائے اور ہر وقت باوضو رہے اور درود شریف کا ورد رکھے اور ایک بوتل پانی پر اول و آخر درود شریف گیارہ گیارہ بار پھر تین سو بار یہ آیت باوضو پڑھ کر دم کردے اور اس پانی کو چار وقت پیے۔

صبح ناشتہ سے قبل۔ دوپہر کو گیارہ بجے۔ بعد نماز عصر اور سوتے وقت انشاء اللہ بے جا وہم دور ہوگا اور زندگی میں مثبت تبدیلی آئے گی۔ وہ آیت یہ ہے:۔ فَاللّٰہُ خَیْرٌ حٰفِظًا وَّھُوَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ o (یوسف 64)

بیروزگاری سے نجات' کاروبار میں

اگر کوئی شخص بیروزگاری سے پریشان ہو یا کاروبار بندش کا شکار ہو یا اکثر کام طرح طرح کی رکاوٹوں کے سبب نہ ہوتے ہوں تو اس کیلئے یہ عمل مجرب ہے۔ نیا چاند دیکھنے کے بعد پہلی جمعرات کو نماز عشاء کے بعد اکتالیس روز یہ عمل کریں۔ عشاء کی نماز پڑھ کر باوضو قبلہ رخ پاک مصلے پر بیٹھ کر روزانہ 2500 بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

پڑھیں اکتالیس روز مسلسل اور بلاناغہ پڑھنے کے بعد پھر تمام زندگی بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ انیس مرتبہ پڑھتی ہے تاکہ عمل قبضے میں رہے اور اس کے اثرات زائل نہ ہوں۔ اکتالیسویں روز عمل ختم ہونے کے بعد اگلے دن ایک سفید کاغذ پر عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس میں بسم اللہ الرحمن الرحیم الگ الگ حروف میں لکھیں۔ اس دن نفلی روزہ بھی رکھیں اور روزہ کی حالت میں لکھیں۔ بسم اللہ شریف کو الگ الگ حروف میں اس طرح لکھیں۔

ب س م ا ل ل ہ ا ل ر ح م ا ن ا ل ر ح ی م

اس کے بعد اس کے نیچے یہ عبارت لکھیں۔

ھٰذَا مَکْتُوْبٌ مِنَ الْعَبْدِ الذَّلِیْلِ الْفَقِیْرِ (یہاں نام اور والدہ کا نام لکھیں) اِلَی الْمَوْلَی الْجَلِیْلِ الْکَبِیْرِ رَبِّ اَنِّیْ مَسَّنِیَ الضُّرُّ وَ اَنْتَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ۔ اَللّٰھُمَّ بِحُرْمَۃِ مُحَمَّدٍ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمَ اکْشِفْ ضُرِّیْ وَاغْنِ فَقْرِیْ وَاجْبُرْ کَسْرِیْ وَاَزِلْ ھَمِّیْ وَغَمِّیْ اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ

پھر اس کاغذ کا تعویذ بنا کر اسے لمبا موڑ کر ایک بانس کی نلکی میں ڈال دیں اور بانس کے دونوں سروں پر موم لگا دیں۔ اس بانس کے ٹکڑے کو پتھر سے باندھ کر دریا' نہر' تالاب' جھیل یا سمندر میں ڈال دیں۔

اس کے بعد میٹھے چاول پکا کر گیارہ کم عمر معصوم بچوں کو کھلا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ ایک ماہ کے اندر اندر اللہ تعالیٰ کی طرف سے غیبی مدد آئیگی اور رکے ہوئے کام چل جائیں گے۔ کاروبار میں زبردست ترقی ہوگی۔ بیروزگاری دور ہو جائیگی۔ غیبی نصرت ظہور میں آئیگی جس کی پہلے کبھی امید ہی نہ تھی۔

سفر کے دوران حفاظت

سفر کے خطرات سے حفاظت اور ہر قسم کے حادثے چور' ڈاکو کے لوٹنے اور جان سے مارنے سے حفاظت کیلئے یہ عمل بہت کامیاب ہے۔ سفر پر جانے سے پہلے باوضو تین بار درود شریف پڑھیں' ایک بار آیۃ الکرسی پڑھیں اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھیں اول میں اور آخر تین بار درود شریف پڑھ کر اپنے اوپر اور سامان پر دم کرلیں۔ انشاء اللہ سفر کے دوران ہر قسم کے شر' بم دھماکہ' ایکسیڈنٹ اور مصیبت سے جان و مال محفوظ رہے گا۔

ساجد رحیم خانیوال

کیلے سے پائیں بہترین صحت

چہرے کی چھائیاں اور داغ دھبے ختم کرنے کیلئے کیلے کے گودے کے ساتھ خربوزے کے بیج پیس کر چہرے پر لگائے جاتے ہیں۔ اس آمیزے کو چند دن تک لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر جاتا ہے اور داغ دھبے ختم ہو جاتے ہیں۔

کیلا سارا سال پاکستان میں دستیاب ہوتا ہے۔ کیلے کے درخت کی لمبائی آٹھ سے اٹھارہ فٹ تک ہوتی ہے لیکن اس میں لکڑی بالکل نہیں ہوتی۔ کیلے کے درخت کے تنے پر بکل کے پرت ہوتے ہیں۔ ان پرتوں سے ہی پتے نکلتے ہیں۔ اس درخت میں پتوں کے علاوہ کوئی شاخ نہیں ہوتی۔

کیلا غذائیت سے بھرپور ہوتا ہے۔ اس میں کیلشیم میگنیز یم حیاتین الف (وٹامن اے)' حیاتین ب (وٹامن بی)' حیاتین ج (وٹامن اے) حیاتین ب (وٹامن بی) حیاتین ج (وٹامن سی) بکثرت موجود ہوتے ہیں۔

حیاتین ج کی موجودگی کے باعث یہ دانتوں کے امراض کے لیے بے حد مفید ہے۔ کیلے میں پروٹین اور چربی کم مقدار میں ہوتی ہے۔ لیکن نشاستہ (کاربوہائیڈریٹ) کافی مقدار میں ہوتا ہے جس کی وجہ سے یہ جسم کو توانائی فراہم کرتا ہے۔

کیلوں کی کئی اقسام ہیں۔ بعض کیلوں میں بیج بالکل نہیں ہوتے اور بعض میں بیج بہت زیادہ مقدار میں ہوتے ہیں۔ بعض اقسام کے کیلے اگرچہ کافی بڑے ہوتے ہیں۔ لیکن ان کا ذائقہ خوشگوار نہیں ہوتا بلکہ پھیکے پھیکے ہوتے ہیں جبکہ بعض اقسام کے کیلے بہت خوشبودار اور خوش ذائقہ ہوتے ہیں۔

طبی اعتبار سے کیلا گوناگوں خوبیوں کا حامل ہے۔ یہ کئی امراض میں مفید ہے۔ خشک کیلے کا سفوف یعنی آٹا دستوں اور پیچش کیلئے بہترین غذائی دوا ہے۔ دست' پیچش اور سنگرہنی کی شکایت میں کیلا دہی کے ساتھ ملا کر کھانے سے فائدہ ہوتا ہے اگر دہی میں تھوڑی سی زعفران بھی شامل کر دی جائے تو بہت تیزی سے فائدہ ہوتا ہے۔

بعض لوگ جسمانی اعتبار سے بہت کمزور ہوتے ہیں اور ان کا جسم دبلا پتلا ہوتا ہے اگر ایسے افراد کچھ عرصے تک مسلسل دودھ میں کیلا پھینٹ کر صبح و شام پئیں تو رفتہ رفتہ ان کا بدن بھاری ہونے لگتا ہے۔ اس غذائی نسخے میں یہ خوبی ہے کہ اس کے استعمال سے جسم غیر ضروری طور پر موٹاپے کا شکار نہیں ہوتا' کیونکہ کیلے میں چربی بہت کم ہوتی ہے۔

کمزور بچوں کیلئے کیلا بہترین غذا ہونے کے ساتھ ساتھ بہترین دوا بھی ہے۔ جن بچوں کو شیر خوارگی کے دور سے کیلا کھلایا جاتا ہے وہ بہترین صحت کے مالک اور خوبصورت موٹے تازے ہو جاتے ہیں۔ کمزور اور لاغر بچوں کو اگر روزانہ دو گلاس دودھ کے ہمراہ دو کیلے کھلائے جائیں تو ان کی لاغری ختم ہو جاتی ہے۔ بچوں کے علاوہ کمزور ہاضمے والے اشخاص کیلئے بھی کیلا بہت مفید ہے۔ کیلے کے درخت کے تمام حصے دوا کے طور پر استعمال کیے جاتے ہیں۔ مثلاً کیلے کی جڑ' چھلیاں' پتے اور پھل وغیرہ۔۔۔۔ خشک کھانسی اور بلغمی کھانسی میں کیلے کے خشک پتے کو جلا کر تھوڑا سا نمک شامل کر کے چاٹنے سے کھانسی کو فائدہ ہوتا ہے۔ کیلے کی پختہ پھلی کھانے سے عورتوں کا مرض سیلان الرحم (لیکوریا) ختم ہو جاتا ہے۔ نکسیر کی شکایت میں کیلے کے تنے کا رس سنگھانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ یہ رس پلانے سے پیشاب جل کر آنے کی شکایت ختم ہو جاتی ہے۔

چہرے کی چھائیاں اور داغ دھبے ختم کرنے کیلئے کیلے کے گودے کے ساتھ خربوزے کے بیج پیس کر چہرے پر لگائے جاتے ہیں۔ اس آمیزے کو چند دن تک لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر جاتا ہے اور داغ دھبے ختم ہو جاتے ہیں۔

قدیم طبی کتب کے مطابق سانپ کیلے کے درخت کے قریب ہرگز نہیں آتا ہے بجز ایک خاص قسم کے سانپ کے جو سبز رنگ کا ہوتا ہے اور مخصوص علاقوں میں ہی پایا جاتا ہے۔ کیلے کے درخت خواہ کتنے ہی گھنے جھنڈ کی صورت میں ہوں ان میں سانپ نہیں آتا ہے۔ اس کی وجہ غالباً یہ ہے کہ کیلے کے درخت میں سانپ ہلاک کرنے والا کوئی جز پایا جاتا ہے اگر کسی شخص کو سانپ کاٹ لے تو فوراً کیلے کے درخت کے تنے سے تازہ رس نکالیں اور اس رس کے دو پیالے پلا دیں۔ سانپ کے کاٹے کیلئے یہ مجرب علاج ہے۔ اگرچہ یہ رس بدمزہ ہوتا ہے لیکن اس کے پیتے ہی زہر کا اثر تیزی سے زائل ہونے لگتا ہے۔ یہ رس پیشاب کی جلن بھی ختم کرتا ہے۔

جن بچوں کی نشوونما سست ہو اور جسم کمزور ہو انہیں کیلے کو کچی کے بھٹے کی طرح آگ پر سینک کر بھون کر کھلانے سے وہ موٹے تازے ہو جاتے ہیں۔ کیلا دودھ میں ملا کر یا گھی میں فرائی کر کے کھانے سے جسم میں توانائی پیدا ہوتی ہے اور کمزوری ختم ہو جاتی ہے۔

زیارت نبوی ﷺ کیلئے

درود شریف اَلصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلَیْکَ اَیُّھَا النَّبِیُّ گیارہ سو بار پڑھیں۔ اول اس درود شریف کی زکوٰۃ نکالیں

ہر قسم کا درد دور کرنے کیلئے

جس جگہ درد ہو اس جگہ کو مضبوط پکڑ کر دس مرتبہ سورۂ فاتحہ اور دس مرتبہ سورۂ کافرون پڑھ کر دم کر دیں اور چھوڑ دیں' پھر مریض سے دریافت کریں کہ آرام آیا یا نہیں' اگر نہیں آیا ہو تو دوبارہ اسی طرح کریں۔ تین بار کرنے سے انشاء اللہ درد جاتا رہے گا اور اگر پھر بھی نہ جائے تو گیارہ مرتبہ کرنے سے یقیناً درد دور ہو جائے گا۔ (ص 173)

گلے کا درد

اتوار کے روز باوضو یہ تعویذ لکھ کر مریض کے گلے میں باندھیں۔ انشاء اللہ گلے کا درد جاتا رہے گا۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ مِنْھَا خَلَقْنٰکُمْ وَفِیْھَا نُعِیْدُکُمْ وَمِنْھَا نُخْرِجُکُمْ تَارَۃً اُخْرٰی کٓھٰیٰعٓصٓ حٰمٓ عٓسٓقٓ۔ (طہ 55) (ص 173)

برائے دفع خوف

جو شخص کسی صاحب حکومت سے خوف رکھے اس کو چاہیے کہ **کٓھٰیٰعٓصٓ کفیت حٰمٓ عٓسٓقٓ حمیت** ہاتھ باندھ کر پڑھیں اور ایک ایک حرف پر انگلی کھول دے اور دائیں ہاتھ سے شروع کریں اور بائیں ہاتھ پر ختم کریں اور ہاتھ بند کیے حاکم کے سامنے جائیں اور وہاں جا کر ہاتھ کھول دیں۔ (ص 175)

برائے زیارت رسول ﷺ و برکت روزی

درود شریف اَلصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلَیْکَ اَیُّھَا النَّبِیُّ گیارہ سو بار پڑھیں۔ اول اس درود شریف کی زکوٰۃ نکالیں اور وہ اس طرح کہ اکتالیس روز گیارہ ہزار بار اس درود شریف کو پڑھیں بعد ازاں گیارہ سو بار روزانہ پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ خواب میں حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زیارت سے مشرف ہوگا اور روزی میں بھی کشادگی ہوگی۔ (ص 175)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں'' نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع' آپ کا صدقہ جاریہ)

خوشیاں حاصل کرنے کے ٹوٹکے

شہزادی، فیصل آباد

مسئلہ یہ ہے کہ ہم خوشیوں کیلئے دوسروں کی طرف دیکھتے ہیں جبکہ خوشی ہماری اندرونی کیفیت کا نام ہے۔ اکثر اوقات لوگ یہ محسوس کرتے ہیں کہ دولت ان کیلئے خوشیاں لاسکتی ہے لیکن کیا تمام امیر لوگ خوش رہتے ہیں؟ قطعی نہیں..... ان کے مسائل ہم سے بھی بدتر ہوسکتے ہیں۔

خوشی ایک ایسی چیز ہے کہ جس کی تلاش میں ہر انسان سرگرداں دکھائی دیتا ہے۔ مشہور انگریزی مصنف تھامس ہارڈی نے لکھا ہے "خوشی درد کے ایک عام ڈرامہ میں مختصر سا وقفہ ہے" اس مقولہ کا درپردہ مفہوم یہ ہے کہ زندگی مشکل ہے اور خوشی کا حصول بے حد مشکل' یہ واقعی سچ ہے۔ لہٰذا زندگی کے صدمات کے باوجود خوشی کی طلب ہر کسی کو ہوتی ہے۔ لیکن بعض اوقات لوگوں کو اس بارے میں خود بھی یقین نہیں ہوتا کہ خوشی حقیقت میں کیا ہے' کچھ لوگ اسے موج میلہ اور تفریح منانا سمجھتے ہیں لیکن کسی کو بھی ہر وقت تفریح میسر نہیں آسکتی' خوشی اس سے کہیں زیادہ گہرائی کی حامل ہے۔ یہ ایک انتہائی متعلقہ اصطلاح ہے جو بات کسی ایک کو خوشی فراہم کرتی ہے وہ دوسرے کیلئے رنج وغم کا سبب بھی ہوسکتی ہے۔

اب جب کہ لفظ خوشی کا انحصار قسمت پر ہے تو پھر ہم اسے اپنی زندگی کے مستقل جز ہونے کی توقع کیوں کرسکتے ہیں؟ آخر کار ہر شخص قسمت کے غیر یقینی ہونے اور اس کی متلون مزاجی سے بخوبی آگاہ ہے۔ خوش قسمتی اور بدقسمتی سے تو ہر ایک کا واسطہ پڑتا ہے اور قسمت تو ہمیشہ ہی متغیر رہی ہے اور کبھی بھی مستقل نہیں ہوتی۔

مثال کے طور پر شکار سے لطف تو آسکتا ہے لیکن یہ بات متعلقہ جانور کی ہلاکت سے مشروط ہے ایسی خوشی سچی اور حقیقی نہیں ہوسکتی۔ اپنی خوشی کی تلاش میں انسان کو اس بات کا احساس کرنا چاہیے کہ وہ اپنی من مانی نہ کرے بلکہ دوسرے کے جذبات اور احساسات کا بھی خیال رکھے۔

میری نگاہ میں خوشی سے بھرپور ذہن کا مطلب یہ نہیں کہ ہر وقت لطف اٹھاتے رہو یا لطیفہ بازی پر مسلسل ہنستے رہو' میری رائے میں حقیقی خوشی ذہن میں صحت مندانہ خیالات ہیں جو انسان زندگی کے مختلف تجربات اور مسائل سے دوچار ہونے کے بعد اپنے ذہن میں قائم کرتا ہے۔

لوگ اگر سخت محنت اور کوشش کریں تو اپنے لیے زیادہ خوشیوں کا اہتمام کرسکتے ہیں سب سے پہلے تو ہمیں یہ بات سمجھ لینی چاہیے کہ اپنی ذاتی خوشیوں کے ہم خود ہی ذمہ دار ہیں۔ ہم اکثر دوسروں کو اس بات کا الزام دیتے ہیں وہ ہمیں خوشیاں فراہم نہیں کرتے لیکن الزامات سے بات نہیں بنتی بلکہ اس سے تعلقات بگڑ جاتے ہیں۔

مسئلہ یہ ہے کہ ہم خوشیوں کیلئے دوسروں کی طرف دیکھتے ہیں جبکہ خوشی ہماری اندرونی کیفیت کا نام ہے۔ اکثر اوقات لوگ یہ محسوس کرتے ہیں کہ دولت ان کیلئے خوشیاں لاسکتی ہے لیکن کیا تمام امیر لوگ خوش رہتے ہیں؟ قطعی نہیں..... ان کے مسائل ہم سے بھی بدتر ہوسکتے ہیں۔

دولت اہمیت ضرور رکھتی ہے اور اس سے عیش وآسائش خریدا جاسکتا ہے لیکن یہ خوشیوں کی ضامن نہیں ہوسکتی۔ جب باتیں یا واقعات ہماری پسند کے مطابق ہوتے ہیں تو ہمیں مسرت اور راحت محسوس ہوتی ہے لیکن ایسا ہر وقت تو ممکن نہیں۔ زندگی کے اپنے نشیب وفراز ہیں پھر ہمارے رویے بھی اہمیت رکھتے ہیں۔ یہ بات اپنی جگہ اہمیت رکھتی ہے کہ کسی گلاس کے خالی حصے کو دیکھتے ہیں یا اس کے بھرے ہوئے حصے کو اس بات کی علامت ہوتی ہے کہ ہم آیا خوش امید ہیں یا قنوطی خوش امیدی ایک سرمایہ ہے۔

مسائل سے نبرد آزما ہونے کا ہمارا انداز بھی بے حد اہمیت کا حامل ہوتا ہے اگر ہم افسردہ بیٹھے کھوئے کھوئے سے رہیں تو ہم کبھی بھی خوش نہیں ہوسکتے۔ ہمیں چاہیے کہ مسئلہ کا جائزہ لیں اپنے آپ سے پوچھیں کہ آیا ہم اس سے نمٹ سکتے ہیں اور پھر اسے حل کرنے کی کوشش کریں۔ پریشان ہونے سے کوئی مدد نہیں ملے گی۔ حقیقت میں یہ تو مسئلہ کو اور سنگین بنادے گی۔

ریشماں ان عورتوں میں سے تھی جو ہر وقت بڑبڑاتی اور شکایتیں کرتی رہتی ہیں۔ وہ ہمیشہ یہ محسوس کرتی تھی کہ اس کا شوہر اسے نہ تو کوئی وقت دیتا ہے اور نہ خوشی...... اپنی بیوی کی ترش روئی اور چڑچڑے پن سے تنگ آکر اس کا شوہر اسے تفریح کرانے ایک پہاڑی مقام پر لے گیا وہ بے حد پرفضا مقام تھا اور قدرتی مناظر بے حد حسین تھے۔ لیکن ریشماں ایسے رومینٹک اور خوشگوار ماحول میں بھی خوش نہیں ہوئی۔ حقیقت میں اسے اس بات کا احساس تھا کہ وہ اپنا دماغ بھی اپنے ساتھ لائی ہے۔ یہ کوئی غیر معمولی بات نہیں تھی لیکن اس کے دماغ میں تو وہی مسائل اور منفی خیالات رچے ہوئے تھے جو کہ گھر پر اس کے ذہن میں ہر وقت سمائے رہتے تھے تب بھلا خوشی کہاں سے آسکتی تھی۔ لیکن جب ریشماں نے اپنی ذہنی پریشانیوں کے بارے میں عموماً سوچنا ترک کردیا تب کہیں اسے تفریح میں لطف آنے لگا۔

انسان کو اپنا ذہن صاف اور آزاد رکھنا چاہیے اور اس کیلئے ضروری نہیں کہ تفریح کیلئے کسی مقام پر جایا جائے یہ کام گھر پر بیٹھ کر بھی کیا جاسکتا ہے اس کیلئے ضروری ہے کہ ہم اپنے ذہن کو آرام وسکون کا وقفہ دیں۔

زندگی میں بہت سی ایسی چیزیں ہیں جو انسانی اختیار سے باہر ہیں ایک محتاط طریقے سے ترتیب دیئے منصوبے کو قسمت اور نصیب تہس نہس کرسکتے ہیں۔ لیکن انسان کو اس کا سامنا کرنے کیلئے قوت ضرور پیدا کرنی چاہیے۔ اس سے قطع نظر کہ کیا کچھ ہوتا ہے؟ زندگی وہ ہے جو آپ اس سے حاصل کرتے ہیں اس کے بارے میں سوچتے ہیں۔ قدرت نے ہمیں صبر، تحمل، رواداری اور توانائی کے خزانے مہیا کیے ہوئے ہیں۔ ہمیں صرف اپنے اندر گہرائی تک جاکر انہیں کھودنا اور تلاش کرنا ہے۔

جب ذہن پریشان ہے اور دل بھی مطمئن نہیں ہے تو پھر خوش رہنے یا قہقہہ لگانے کی خواہش کو تلاش کرنا بے حد مشکل کام ہے۔ جب ذہن اور دل مطمئن ہوں کہ انہیں جو کچھ چاہیے تھا وہ حاصل ہے تو پھر دماغ باآسانی چہرے کے عضلات کو مسکرانے کی کمانڈ دے سکتا ہے اور ذہن اگر خالص وجدانی کیفیت نہ سہی تو لطف وسرور کی مسلسل کیفیت میں قائم رہ سکتا ہے۔ تو پھر خوشیوں کی ریل گاڑی تو قرار دی جاسکتی ہے 'خیالات کی ریل گاڑی' یقین اور امید کے خیالات جو ایک ایسے ذہن کو ترغیب دے سکتے ہیں جو کہ مسائل اور پریشانیوں سے محروم ہوں" تحفظ کے اس احساس کے ساتھ کہ دنیا میں سب کچھ ٹھیک ہے۔ وہ خیالات جو ماضی کو ذہن سے ہٹادیں اور انہیں حال کو تباہ کرنے سے باز رکھ سکیں۔ وہ خیالات جو مستقبل کے بارے میں فکرمند نہ ہوں بلکہ یہ اعتماد اور خوش امیدی قائم رکھیں کہ مستقبل میں سب کچھ ٹھیک ہوگا۔ وہ خیالات جو اس حال کے لمحے میں مکمل خوشی فراہم کریں۔

وہ خیالات جو کہ جو دوسروں سے بہت زیادہ توقعات وابستہ نہ رکھیں' وہ خیالات جہاں آپ اپنے آپ سے مطمئن ہوں۔

وہ خیالات جو ناکامیوں سے کامیابی کا حصول سکھائیں۔

جویریہ، شیخوپورہ

پیاز گرمی کی شدت سے بچاؤ کا بہترین حل

پیاز کی بو اس کی سب سے بڑی خرابی ہے لیکن یہی چیز پیٹ میں پہنچ کر آنتوں کے جراثیم کے خاتمے کا باعث ہوتی ہے۔ اس کیلئے پیاز کو لیموں کے عرق' کالی مرچ اور نمک کے ساتھ بطور سلاد کھانا زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے

آج میں نے ایک ایسی چیز کو موضوع بنایا ہے جو تقریباً ہر گھر میں صبح و شام تک کئی مرتبہ مختلف ڈشوں میں استعمال کی جاتی ہے۔ پیاز ـــ جی ہاں! یہ میرا آج کا موضوع ہے۔ پیاز کے جسم انسانی پر مختلف اثرات مرتب ہوتے ہیں ہم اسے مصالحہ وغیرہ کی صورت میں سالن کا ذائقہ بڑھانے کی غرض سے استعمال کرتے ہیں لیکن اس کے طبی خواص سے ناواقفیت کی بنا پر اس کے مکمل فوائد سے استفادہ نہیں کر پاتے۔ پیاز کو پکا کر کھلانے سے یرقان' پرانی کھانسی' سینے کی جلن اور بلغم کے انجماد میں خاص طور پر فائدہ ہوتا ہے۔ اسے کھانے سے پیشاب بار بار آتا ہے۔ سرکہ میں اگر اس کا اچار بنا کر استعمال کیا جائے تو تلی کے درد میں فائدہ ہوتا ہے۔ صفراوی حمیٰ وغیرہ دور ہوتی ہے۔ آنکھ کی سوزش' سفیدی اور موتیا بند کی ابتداء میں پیاز کا عرق شہد میں ملا کر آنکھ میں لگانے سے اکثر فائدہ ہوتا ہے۔ پیاز کو کوٹ کر 4 سے ساڑھے چار تولہ مقدار میں دینے سے بچھو کے زہر کا اثر زائل ہو جاتا ہے۔

یہ عرق مقامی طور پر بھی زہریلے زخموں کا مداوا ثابت ہوتا ہے۔ سفید پیاز کے عرق کو دگنے شہد میں ملا کر پکا کر قوام بنائیں اور نو ماشہ روزانہ کھائیں۔ اس سے جسمانی کمزوری دور ہو جائے گی۔ پیاز کے آدھ پاؤ عرق میں 5 تولہ شکر ملا کر پکا کر بار بار کھلانے سے خونی بواسیر دور ہو جاتی ہے۔ پیاز کو سداب کے پتوں اور نمک کے ہمراہ کوٹ کر بواسیری مسوں پر لیپ کرنے سے ورم اور درد میں افاقہ ہوتا ہے۔ ویدک طریقہ علاج میں پیاز کو دودھ میں خوب ابالنے کے بعد گائے کے گھی میں تلتے ہیں پھر اس میں شہد ملا کر جسمانی کمزوری کیلئے استعمال کرایا جاتا ہے۔ پیاز کو ابال کر جوشاندے کی صورت میں استعمال کرنے سے پیشاب کی جلن میں فائدہ ہوتا ہے۔ کھجلی اور خارش کیلئے یہ اکسیر ہے۔ اس کے عرق کو کان میں ڈالنے سے درد فوراً جاتا رہتا ہے۔ اس کا جوشاندہ پینے سے بلغم خارج ہوتا ہے۔ سرکہ میں ملا کر بار بار چبانے سے گلے کی سوزش جاتی رہتی ہے۔ عرق پیاز کو رائی کے تیل میں ملا کر جوڑوں پر مالش کرنے سے گنٹھیا میں فائدہ ہوتا ہے۔ اگر پیاز باقاعدہ کھائی جائے تو دانتوں کی جڑوں میں تعفن پیدا نہیں ہوتا۔ ہسٹیریا اور مرگی کے مریضوں کو ہوش میں لانے کیلئے تیز چیزیں مثلاً امونیا وغیرہ سنگھانے کا رواج رہا ہے طب یونانی میں اس غرض کیلئے فقط پیاز سنگھایا جاتا ہے۔ ماہرین کی رائے کے مطابق پیاز کو کوٹ کر سنگھانا زیادہ مفید ہے۔ سونگھنے سے سر درد جاتا رہتا ہے اور زکام کی شدت کم ہو جاتی ہے۔ پیاز کی بو اس کی سب سے بڑی خرابی ہے لیکن یہی چیز پیٹ میں پہنچ کر آنتوں کے جراثیم کے خاتمے کا باعث ہوتی ہے۔ اس کیلئے پیاز کو لیموں کے عرق' کالی مرچ اور نمک کے ساتھ بطور سلاد کھانا زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ دل اور گردوں کی بیماریوں میں جب سارے جسم میں سوجن آ جاتی ہے تو اس کیفیت میں کچی پیاز کو بھوبھل میں رکھ کر پھر گرم گرم حالت میں ورم والی جگہ پر باندھنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ عرق پیاز شہد میں ملا کر استعمال کرانے سے پرانی کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ ہیضہ کے مرض میں آب جو اور چونے کے پانی میں عرق پیاز ملا کر پلانا مفید ہوتا ہے۔ آب پیاز' شہد اور گھی ہم وزن پکا کر گاڑھے ہونے پر مریض کو استعمال کرانے سے اعصابی تھکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔ پیاز کے ساتھ جا نفل' شہد اور انڈہ ملا کر دینے سے بچوں کی نشوونما اور صحت میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ تو تھے پیاز کے مختصر فوائد جو ہم نے آپ تک پہنچائے۔

سفید پیاز کا عرق شہد خالص ہموزن ملا کر پکائیں جب پانی خشک ہو کر شہد کا قوام رہ جائے تو ڈھائی ڈھائی تولہ صبح و شام استعمال کریں۔ اس سے جسم انسانی میں حسن زائل ہو کر اعصاب کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ ان نسخوں کے علاوہ پیاز کے اچار بنا کر محفوظ کریں۔ طریقہ یہ ہے کہ پیاز کو چھیل کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں پھر انہیں کسی شیشے کے مرتبان میں ڈال کر نمک' مرچ' سیاہ زیرہ' سیاہ رائی اور دیگر مصالحہ جات بقدر ضرورت ڈالیں اس کے اوپر سرکہ خالص اس قدر ڈالیں کہ پیاز کے ٹکڑوں کے اوپر آ جائے۔ برتن کا منہ بند کر کے چند یوم دھوپ میں رکھیں۔ یہ غذا کو ہضم کرتا ہے مقوی معدہ ہے اور تیزابیت کو دور کر کے بھوک بڑھاتا ہے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سے حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم پڑھاتے ہیں قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب ☆☆ اپریل بروز اتوار کو ہوگا)

ہمارا جو باب چل رہا ہے جس کو میں نے حضرت موسیٰ علیہ السلام اور حضرت ہارون علیہ السلام کے واقعے سے آپ کو سمجھانے کی کوشش کی کہ کیسے مرشد اور مصلح کے ساتھ چلا جاتا ہے اور اس کے آداب کیا ہیں؟ یہ ہمیں اس واقعے سے پتہ چلتا ہے۔ میرے شیخ رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ کبھی تصوف اور روحانیت کی کتاب جس طرح بخاری شریف طلباء استاد سے پڑھتے ہیں اسی طرح یہ کشف المحجوب بھی کسی استاد سے پڑھنا اور معرفت کی کوئی بھی کتاب کسی استاد سے پڑھنا۔ اگر استاد سے پڑھو گے تو فتنوں سے بچے رہو گے اور دوسروں کو بچاتے رہو گے ورنہ خود بھی گمراہ ہو گے اور دوسروں کو بھی گمراہ کرو گے۔ ایسے ایسے فتنے آتے ہیں کہ بندہ اپنے آپ کو ہدایت پر سمجھتا ہے لیکن ہوتا فتنے پر ہے۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے سابقہ ابواب میں کئی فتنوں کا ذکر کیا ہے جو اس دور میں تھے اور آئندہ ابواب میں فتنوں کا تذکرہ آئے گا۔ اللہ والوں کی زندگی اٹھا کر دیکھیں ان کو جس چیز نے سب سے زیادہ نفع دیا اور میرے حضرت بھی فرمایا کرتے تھے کہ دو پر راہ سلوک اور راہ تصوف میں ہمیشہ پرواز کرواتے ہیں ایک اعتماد کا پر اور ایک اطاعت کا پر۔ پرندے کے بھی دو پر ہیں اگر ایک نہیں تو اڑنے کے قابل نہیں اگر اعتماد بھی سو فیصد ہو کہ نبوی ﷺ تعلیمات میں خیر ہی خیر ہے سکون ہی سکون ہے اور میرے مرشد اور میرے شیخ جو میری راہ سلوک میں تربیت کر رہے ہیں ان کی ماننے میں ہی عافیت اور برکت ہے میری سمجھ میں آئے یا نہ آئے۔ عقل مانے نہ مانے' شعور ساتھ دے نہ دے لیکن شریعت کے دائرے میں رہتے ہوئے وہ جو حکم فرمائیں گے اس پر سو فیصد ان کی اطاعت ہو۔ یہی دو پر سالک کو پرواز کرواتے ہیں اور معرفت کی منازل طے کرواتے ہیں۔ اس کی زندہ مثال پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کی ہے کہ جب ان کے شیخ نے حکم فرمایا کہ علی (رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ) لاہور ہجرت کر جاؤ تو عرض کیا کہ وہاں تو پہلے ہی دین کا کام ہو رہا ہے۔ شیخ نے فرمایا جو کہا ہے اس پر عمل کرو۔ آپ حکم کے مطابق چل پڑے جب لاہور پہنچے تو دیکھا کہ میراں حسین زنجانی رحمۃ اللہ علیہ کا جنازہ جا رہا ہے۔ پھر شیخ کے حکم کی حکمت سمجھ آئی۔

گرمی کی آمد اور حفاظتی اقدامات

(ڈاکٹر زین، کراچی)

مکھیاں بھی جو کہ ہیضے جیسی مہلک وبا کا باعث ہوتی ہیں گندی جگہوں پر پرورش پاتی ہیں۔ اس لیے ہمیں چاہیے کہ اپنے گھر میں سفیدی کروائیں۔ نالیوں میں صفائی کے بعد فینائل چھڑکیں۔ صحن اور کمروں کے فرش کو دھوئیں اور ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں

سردی رخصت ہو رہی ہے اور گرمی کی آمد آمد ہے۔ بھاری بھرکم بستروں میں سے لحاف وغیرہ اٹھائے جا رہے ہیں۔ اس ماہ کے دن بہ نسبت راتوں کے کسی قدر بڑے ہو جاتے ہیں۔ موسم کے مزاج میں حرارت اور قوت بڑھ جاتی ہے خون کی حدت میں اضافہ اور تیزی ہو جاتی ہے' پُروا ہوا چلنے لگتی ہے۔ موسمیاتی تبدیلی کے اعتبار سے مارچ کے مہینے میں بعض عوارض یقینی اور متوقع ہوتے ہیں جن کا سدباب کرنا بے حد ناگزیر ہے۔

اس مہینے میں کالی کھانسی' بخار' خرابی خون' لاکڑا کاکڑا' خسرہ' موتی جھرا اور دیگر جلدی عوارض کے سر اٹھانے کے امکانات نہایت شدید ہوتے ہیں اور ایسے افراد کیلئے جنہوں نے جنوری' فروری بالخصوص مارچ کا مہینہ بے احتیاطی و بے اعتدالی سے نیز کسی طبی احتیاط و اعتدال کے بغیر گزارا ہو ان کیلئے ماہ اپریل کی بہار آخری مہینہ کا پہلا ہفتہ ختم ہوتے ہی عجیب عجیب جلدی امراض کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔

بلغمی امراض کے علاوہ موسم گرما کے اوائلی امراض نزلہ' زکام اور خسرہ وغیرہ کی شکایات اکثر دیکھنے میں آتی ہیں۔ بحیثیت مجموعی یہ مہینہ خوشگوار موسم کا حامل ہوتا ہے۔ درختوں میں نئی کونپلیں اور شگوفے پھوٹتے ہیں جو انواع و اقسام کے ثمرات کی افزائش کا باعث بنتے ہیں۔ رنگ برنگے پھول کھلتے ہیں جن کی خوبصورتی نہ صرف بصارت اور دل و دماغ کو ہی تقویت دیتی ہے بلکہ طرح طرح کی خوشبوئیں بھی فضا کو معطر کرتی ہے اور روح انسانی مسرت حاصل کرتی ہے۔ بدیں وجہ طبیعت میں فرحت واسطہ ہوتا ہے۔

اس مہینے کے صحتی تقاضوں کے بارے میں اپنی تحقیقات و طبی تجربات کی روشنی میں حتمی طور پر یہ اصول معین کیا ہے۔ اس مہینے میں جلاب لینا اور فصد کھلوانا حفظ صحت کے نکتہ نظر سے بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ جن تیزابی اور آتشی مزاج مادوں کے گوشت اور جلد کو چیر کر بیرون خروج کرنے کا قطعی امکان ہوتا ہے اور جو معالجاتی اعتبار سے اچھی خاصی تشویش و پریشانی کا موجب ہوتے ہیں انہیں جلاب یا فصد کے ذریعہ ہی خارج اور زائل کر دینا چاہیے تاکہ موسمی تغیر کے پیدا کردہ جلدی اور جسمانی عوارض کے امکانات و اثرات کو ابتداء ہی میں ختم کیا جاسکے۔

جلاب یا فصد کے ضمن میں حتی الوسع تمام ممکنہ امور و احتیاط کو ملحوظ رکھنا قطعی ضروری ہے کیونکہ بے احتیاطی کے ساتھ جلاب و فصد کا عمل باعث نقصان بھی ہو سکتا ہے۔

سیر و تفریح کیلئے بہترین موسم

اس مہینہ میں اچھے اور خوبصورت نظاروں کی حامل جگہوں کی سیر کرنی چاہیے۔ سال بھر کی محنت و مشقت کے بعد چند دن جسم اور جان (روح) کو آرام دے دیا جائے تو تھکاوٹ' کسلمندی اور بے دلی کم ہو کر انسان تازہ دم ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ترقی یافتہ اقوام کے افراد ان دنوں مختلف جھیلوں' پہاڑوں اور جنگلوں کے پُرفضا مقامات پر چند یوم ضرور بسر کرتے ہیں اور یہی چیز ان کی تندرستی میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔

صفائی ستھرائی کا خاص خیال رکھیں

ویسے تو رہائشی جگہوں کو صاف ستھرا رکھنا انسان کا فرض ہے۔ مگر خاص طور پر ان ایام میں ذرا زیادہ ہی توجہ دی جائے تو اپنے آپ کو اور اپنے خاندان کو ملیریا جیسے موذی مرض سے محفوظ رکھا جاسکتا ہے کیونکہ گندی جگہوں پر مچھروں کی افزائش ہوتی ہے جو ملیریا بخار پھیلاتے ہیں۔

اسی طرح مکھیاں بھی جو کہ ہیضے جیسی مہلک وبا کا باعث ہوتی ہیں گندی جگہوں پر پرورش پاتی ہیں۔ اس لیے ہمیں چاہیے کہ اپنے گھر میں سفیدی کروائیں۔ نالیوں میں صفائی کے بعد فینائل چھڑکیں۔ صحن اور کمروں کے فرش کو دھوئیں اور ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں۔ کوڑے کرکٹ کو ڈھکنے والے ٹن یا پلاسٹک کے تھیلوں میں جمع کریں۔ کمروں میں وقتاً فوقتاً اگربتی جلائیں یا ہربل کی دھونی دیں تاکہ ہوا صاف رہ سکے۔ سوتے وقت مچھردانی کا استعمال نہایت مفید ہے۔ روزانہ غسل کریں۔ بدن پر سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ خوشبوئیں اور پھول سونگھنا بھی مفید ہے۔ نہار منہ پانی پینے سے پرہیز کریں۔

اپریل میں کیا کھائیں؟

اس مہینہ میں بھنی ہوئی چیزیں' شکار کے گوشت اور سرکے کی چیزیں استعمال کرنی چاہئیں۔ اگرچہ اس موسم میں تیز مصالحہ والی بھنی ہوئی غذاؤں کو طبیعت چاہتی ہے مگر نہ تو زیادہ تیز مصالحہ اچھی چیز ہے کہ یہ معدے کی چٹنوں کے فعل کو باطل کرتا ہے اور نہ ہی حد سے زیادہ بھنا ہوا گوشت مفید ہے کیونکہ اس کے تمام حیاتین جل کر تباہ ہو جاتے ہیں اس لیے بھنے ہوئے سے مراد معتدل (درمیانہ درجہ) بھونا ہے۔ مچھلی بھی کھا سکتے ہیں۔

پودینہ اور پیاز کی چٹنی یا ٹماٹر ساس بھی نہ صرف کھانے کو لذیذ بناتے ہیں بلکہ ہاضمہ میں بھی ممد و معاون ثابت ہوتے ہیں ہر قسم کا اچار کھانے سے اس لیے پرہیز کرنا چاہیے کہ اس سے گلے کے غدود کو نقصان پہنچتا ہے۔

رات کو کھانا کم کھائیں اور اس کے بعد کچھ دیر چہل قدمی کریں اس سے ہضم میں بھی مدد ملتی ہے بعد ازاں سونے کیلئے پلنگ پر جائیں۔ سوچوں سے دماغ کو خالی کریں صرف اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع کریں مغفرت کی دعائیں مانگیں اور سو جائیں۔

کسی بھی جائز مقصد کیلئے مجرب نسخہ

جو شخص کسی بھی جائز مقصد میں باوجود پوری کوشش سے کامیاب نہ ہو رہا ہو یا اس کی شادی نہ ہو رہی ہو تو اس کو چاہیے کہ تہجد کے وقت خوب گریہ و زاری اور مطلوب کا تصور کر کے رَبِّ اِنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ تین سو بار پڑھے مع درود شریف اول و آخر سو بار۔ یہ عمل 41 دن کرتے۔ انشاء اللہ دلی مراد پوری ہوگی۔ لیکن یقین شرط ہے۔ میں آج تک جس کو بھی یہ عمل دیا ہے اور اس نے یقین کے ساتھ کیا ہے اللہ نے اس کی دلی مراد ضرور بالضرور پوری کی ہے۔

(حکیم چوہدری عمر دراز، لاہور)

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت و رواداری اور امن و سلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عبقری کو قارئین نے کیسا پایا؟ عبقری نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی' سرکاری' پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں' عبقری کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ (ادارہ)

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ پھلت)

محبت جس کو تم سے ہو وہی محبوب ہے میرا

حب رسول ﷺ ایسا نقطہ اتحاد ہے جس پر مشرق سے مغرب تک پوری امت مسلمہ عاشقانہ طور پر متحد ہو سکتی ہے مگر شیطان کے جال میں پھنسے ہم لوگ فروعی چیزوں کو اصول کا درجہ دے کر اہل حق سے برسرپیکار ہیں۔

شیخ محی الدین ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ ایک بہت بڑے بزرگ گزرے ہیں۔ ان کا دل شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ سے ملنے کو نہیں چاہتا تھا' وجہ یہ تھی کہ وہ ان کے پیرومرشد ابومدین رحمۃ اللہ علیہ سے بغض رکھتے تھے اپنے پیرومرشد اور مربی شیخ ابومدین رحمۃ اللہ علیہ سے بغض کی وجہ سے شیخ محی الدین ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ کے دل میں بھی شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ سے تکدر اور بغض کی کیفیت پیدا ہوگئی تھی' جمعہ کی رات تھی دو تہائی رات گزر چکی تھی' شیخ اکبر بن عربی رحمۃ اللہ علیہ نے خواب دیکھا' جناب رسول اللہ ﷺ تشریف فرما ہیں' فرما رہے ہیں اے محی الدین! کیا بات ہے تم شیخ عبدالرحمن سے نہیں ملتے اور ان سے بغض رکھتے ہو' شیخ نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! عبدالرحمن' میرے شیخ ابومدین رحمۃ اللہ علیہ سے بغض رکھتے ہیں اس لیے میں ان سے نہیں ملتا' آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا عبدالرحمن ہم سے محبت رکھتے ہیں؟ شیخ نے عرض کیا' بیشک یارسول اللہ ﷺ ہر مسلمان آپ سے حد درجہ محبت رکھتا ہے اور شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ تو بڑے محدث ہیں وہ یقیناً آپ سے حد درجہ محبت رکھتے ہیں۔

آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اے محی الدین رحمۃ اللہ علیہ کیا وجہ ہے کہ تم ہماری محبت کی وجہ سے شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ سے محبت نہیں کرتے اور اپنے شیخ سے بغض رکھنے کی وجہ سے ان سے بغض رکھتے ہو؟ کیا تمہارے نزدیک ہماری محبت کے مقابلہ میں شیخ کے بغض کی اہمیت زیادہ ہے؟ ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ کی آنکھ کھل گئی' ان کو حد درجہ ندامت تھی اور خیال آیا کہ اس میں تو کوئی شک نہیں کہ شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ میرے نبی ﷺ سے حد درجہ محبت رکھتے ہیں بلکہ وہ سچے عاشق رسول ﷺ ہیں اس لیے مجھے اپنے آقا سے محبت رکھنے والے سے محبت رکھنی چاہیے۔

وہ فجر سے قبل اپنے گھر سے نکلے اور شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ کے دروازے پر پہنچے شیخ نماز کیلئے گھر سے نکلے تو محی الدین ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ جیسے بڑے شیخ کو اپنے دروازے پر دیکھ کر حیرت میں آگئے' ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ ان سے چمٹ گئے دل سے معافی مانگی' مجھ سے بڑی بھول ہو رہی تھی' آپ تو میرے نبی ﷺ کے عاشقوں میں ہیں اور میں اپنے شیخ سے بغض کی وجہ سے آپ سے بغض رکھتا تھا' شیخ عبدالرحمن رحمۃ اللہ علیہ اس اخلاص اور جذبہ سے حد درجہ متاثر ہوئے اور دل میں خیال آیا کہ جس شیخ کے متعلقین کے اخلاص اور عشق رسول کا یہ حال ہے وہ یقیناً بڑا صاحب کمال ہے' مجھے بھی اس کی صحبت لازم پکڑنی چاہیے اور دن نکلنے کے بعد شیخ ابومدین رحمۃ اللہ علیہ سے بیعت ہوگئے۔ تذکرہ نگاروں نے اس واقعہ کو محفوظ کر کے امت پر بڑا احسان کیا ہے' حب رسول ﷺ ایسا نقطہ اتحاد ہے جس پر مشرق سے مغرب تک پوری امت مسلمہ عاشقانہ طور پر متحد ہو سکتی ہے مگر شیطان کے جال میں پھنسے ہم لوگ فروعی چیزوں کو اصول کا درجہ دے کر اہل حق سے برسرپیکار ہیں۔

ہم میں سے اللہ' اس کے رسول' فرشتوں' کتابوں' تقدیر اور یوم آخرت پر ایمان میں سب متفق ہیں۔ اللہ ایک' رسول ایک' کعبہ ایک' قرآن ایک' سب کا کلمہ ایک' اسلام کے ارکان سب کے نزدیک ایک' پانچ وقت کی نماز پر سب متفق' زکوٰۃ اور روزہ و حج کے فرضیت پر سب متفق' یہاں تک کہ نماز روزہ' زکوٰۃ اور حج کے شرائط وارکان سب کے نزدیک ایک' اس کے باوجود چند فروعی مسائل کو لیکر ایسا معرکہ حق و باطل ہوتا ہے جیسے سارا دین اس آمین بالجہر جیسی چیزوں میں منحصر ہے' برصغیر کے ایک ملک میں سفر کے دوران لوگوں نے بتایا کہ یہاں کے تمام اہل دین دو اداروں کے مکاتب فکر میں بٹے ہوئے ہیں ایک طبقہ کہتا ہے کہ نماز کے بعد دعا مکروہ یا بدعت ہے اور دوسرے کی رائے یہ ہے کہ دعا مستحب ہے۔ اب ہر دین دار سے تعارف کیلئے معلوم کیا جاتا ہے کہ آپ کا تعلق کس طبقہ سے ہے؟ کاش ہم ملت کو اداروں' شخصیتوں' تحریکوں اور ذیلی نسبتوں سے جوڑنے کے بجائے اپنی کاوشوں' صلاحیتوں اور اپنے اداروں و تحریکوں اور پوری ملت اسلامیہ بلکہ پوری انسانیت کو اللہ اور اس کے رسول سے جوڑنے کے مرکز اتحاد سے وابستہ کرتے تو قوم میں انتشار کے مرض میں مبتلا نہ ہوتی' کیا ایک ادنیٰ مسلمان کیلئے کسی دوسرے مسلمان سے محبت رکھنے اس کی کوتاہیوں اور غلطیوں کو نظرانداز کرنے کیلئے یہ بات کافی نہیں کہ وہ ہمارے پیارے اور محبوب رسول سے سچی اور والہانہ محبت رکھتا ہے۔

پڑھیں اللہ تعالیٰ آپ کی تمام (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

(بقیہ: جمادی الاولیٰ اور جمادی الاخریٰ کے فضائل)

مصیبتوں کو ٹال دیں گے۔ فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا ﴿۵﴾ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا ﴿۶﴾ (پارہ 30 سورۃ الم نشرح' آیت نمبر 6،5)

گھر کاروبار کی خیروبرکت کیلئے: بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ 786 بار پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں جس جس گھر میں رہتے ہیں اس کی خیروبرکت کیلئے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کیلئے دکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں آسانی ہو گا ہیں اور ہو جائیں گی۔ گھر کی دیواروں پر دم کیا ہوا پانی چھڑکیں گھر کے اندر تعویذ دھاگہ نحوست کالا جادو ختم ہو جائے گا۔ انشاء اللہ باقی پانی پینے کیلئے ہے اس سے جسمانی شفا اور روحانی علاج ہو جائے گا۔ یہ عمل انتہائی یقین کے ساتھ چند ماہ مستقل کریں تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔

جائز حاجات پوری ہوں گی: پہلی شب: اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے' ایک مرتبہ معوذتین پڑھے اور سجدے میں چالیس مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ ﴿۵﴾ کہہ کر نہایت توجہ و یکسوئی سے بارگاہ الٰہی میں دعا مانگے' انشاء اللہ تعالیٰ جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ پوری ہوگی۔ اس کے علاوہ اس پہلی رات کو نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز پڑھے اور جو جتنا بھی قرآن پاک پڑھ سکتا ہو' پڑھے۔ نماز وغیرہ سے فارغ ہو کر بکثرت استغفار اور درود پاک پڑھے۔

قرب الٰہی کیلئے: نوافل: جمادی الاخریٰ کی پہلی شب کو عبادات کے ضمن میں بزرگان دین نے یہ بھی بتایا ہے کہ بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے ادا کرے۔ اس کے علاوہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں تیرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ قرب الٰہی نصیب ہوگا۔

مفلسی اور تنگدستی سے نجات کیلئے: دسویں شب: اس ماہ کی دسویں شب کو بارہ رکعت نفل نماز اس طرح سے دو دو رکعت کر کے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ قریش پڑھے اور نماز سے فراغت کے بعد ایک مرتبہ سورۂ یوسف تلاوت کرے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی مفلسی اور تنگدستی دور ہو جائے گی۔ سارا سال آفات و بلیات سے محفوظ رہے گا تنگی و عسرت نہ ستائے گی۔

ثواب عظیم کیلئے: اکیسویں شب: جمادی الاخریٰ کی اکیسویں رات سے اس ماہ کی آخری شب تک روزانہ بلاناغہ نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت ثواب حاصل ہوگا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

بعد گناہ میری نماز قبول نہیں ہوئی۔ میں بہت پریشان تھی' رات دن صرف بے سکونی تھی۔ ایک دفعہ میری ایک دوست نے مجھے عبقری دیا اور اس میں موجود روحانی محفل کرنے کو کہا' حکیم صاحب میں نے صرف ایک ماہ ہی روحانی محفل کی تو مجھے کافی سکون ملا۔ اب مسلسل چھ ماہ سے روحانی محفل کر رہی ہوں اور الحمدللہ پہلے میں نیند کی گولیاں لے کر سوتی تھی لیکن اب مجھے بغیر گولیوں کے نیند آ جاتی ہے اور وہم تو جیسے ختم ہی ہو گیا ہے۔ (شائستہ جلیل' راولپنڈی)

جواب میں فرمایا کہ کچھ دیر پہلے میرا ارادہ اس کام میں (باقی صفحہ نمبر 46 پر) (بقیہ: تین سوال' تین جواب)

کر دیا اور کوفہ کے ایک عام نوجوان کو خلیفہ وقت کے برابر بیٹھنے کا اعزاز بخشا اور اب میرے خدا کی مصروفیت یہ ہے کہ اس نے روم کے عظیم دانشور کو ایک معمولی علم رکھنے والے طالب علم کے سامنے عاجز کر دیا۔

بدہضمی گیس‘ تبخیر پیٹ کا بڑھنا قابل علاج ہے (کورس)

موجودہ زندگی کی غذائی بے اعتدالی پھر غیر متحرک زندگی اور جلتی پر تیل کا کام کہ مرچ مصالحے چٹ پٹی چیزوں کا بکثرت استعمال یہ تمام عوامل مل کر معدے اور آنتوں کے نظام کو ناکارہ اور غیر فعال کردیتے ہیں۔ انسان جو غذا بھی استعمال کرتا ہے وہ چونکہ دیر سے ہضم ہوتی ہے یا پھر اس کے ہضم ہونے کیلئے حرکت یعنی چلت پھرت چاہیے اور وہ ہوتی نہیں پھر وہی غذا معدے اور آنتوں میں سڑ کر گیس اور تیزابیت بناتی ہے یہ گیس اگر دماغ کی طرف اپنے اثرات بڑھائے تو غنودگی ہر وقت نیند کی کیفیت یا پھر نیند بالکل ختم ہوجاتی ہے۔ چہرے کے اطراف سرخ اور گرم ہوجاتے ہیں۔ سر چکراتا ہے‘ بلڈ پریشر‘ تھوڑی تھوڑی بات سے ٹینشن اور بدمزگی پیدا ہونا۔ غذا کا جزو بدن نہ بننا‘ دل کی دھڑکن تیز‘ دل کا ڈوبنا اور گھبراہٹ کا بار بار پیدا ہونا یا پھر جسم پر مستقل گھبراہٹ کا مسلط رہنا، منہ سے بدبو‘ کھٹے ڈکار‘ قبض یا پھر اجابت کا غیر تسلی بخش آنا‘ مسوڑھوں کا پھول جانا‘ منہ میں چھالے اور زبان کا پھٹ جانا یا پھر اس پر سفید تہہ کا جم جانا یہ تمام علامات معدے کی خرابی‘ تبخیر یا گیس بادی اور بدہضمی کی ہیں ایسی حالت میں اگر سوڈا واٹر یا تیزابی پانی استعمال کیا جائے تو اس کی بظاہر اچھی کیفیت‘ لیکن حقیقت میں بہت زیادہ نقصان ہوتا ہے اور یہی بڑھ کر معدے میں السر یا پھر معدے کے لاعلاج مرض کی شکل اختیار کرلیتا ہے ہمارے شعبہ تحقیق نے اس مرض کا شافی علاج دریافت کیا ہے۔ آپ بھی اس سے استفادہ حاصل کرسکتے ہیں اور ایسے لوگوں کی فہرست میں آسکتے ہیں جن کا شمار صحت مند اور کامیاب لوگوں میں ہوتا ہے۔

قیمت:-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ہیپاٹائٹس نجات سیرپ کے انوکھے کمالات

صرف ان ہزاروں لوگوں کے تجربات میں سے چند تجربات آپ کے مطالعے کیلئے

کیا واقعی یہ شوگر فری سیرپ ایسا ہی باکمال ہے؟ آزمائش شرط ہے!!!

چہرے کی رنگت نکھر گئی: میرے چہرے پر داغ' دھبے' چھائیاں کیل مہاسے تھے۔ میں نے ہیپاٹائٹس نجات سیرپ استعمال شروع کیا پہلے تو فائدہ محسوس نہ ہوا لیکن میں نے اپنا اعتماد نہ توڑا مسلسل استعمال کرتی رہی' چند ہفتوں کے استعمال کے بعد اس کے واقعی وہ رزلٹ ملے جو غیرملکی قیمتی کریموں نے بھی مجھے نہ دیئے تھے اور میرا چہرہ شفاف اور بالکل چاندی کی طرح ہوگیا ہے۔ **دائمی قبض اور بواسیر ختم ہوگئی:** مجھے کسی نے یہ سیرپ دیا' جس کا لیبل اترا ہوا تھا میں نے بوتل کو منہ لگا کر پینا شروع کردیا' دو دن میں ایک بوتل میں ختم کردیتا تھا کیونکہ طریقہ لکھا ہوا تھا نہیں' انہوں نے مجھے جگر کے امراض کیلئے دیا تھا' جہاں میرے جگر کے امراض میں فائدہ ہوا وہاں میں دائمی قبض کا مریض تھا اور پرانی بواسیر نے مجھے عاجز کردیا تھا۔ اللہ کے فضل سے دائمی قبض بھی ختم ہوئی اور بواسیر کا بھی خاتمہ ہوا۔ **چہرے کے غیرضروری بالوں کا نشان تک نہ رہا:** مجھے پرانے ہارمونز مسائل تھے میں نے بے شمار ادویات استعمال کیں' وقتی فائدہ ہوجاتا اور پھر تکلیف دوبارہ ہوجاتی اس کے بعد میرے جسم پر غیرضروری بال نکلنا شروع ہوگئے اور خاص طور پر چہرے پر بہت بری طرح بال پھیلنا شروع ہوگئے۔ ہماری ملنے والی ایک خاتون نے یہ سیرپ ان بالوں کیلئے استعمال کیا تھا اس نے دو چمچ ہر دو گھنٹے کے بعد استعمال کیے اور ایک بوتل دو دن میں ختم کی بقول اس کے کہ دس بیس بوتلوں میں چہرے کے غیرضروری بال چھائیاں موٹاپا' ہارمونز کے مسائل اور بڑھا ہوا پیٹ بالکل ختم ہوکر جسم تندرست ہوجاتا ہے۔ حتیٰ کہ پرانی لیکوریا بھی زندگی بھر کیلئے ختم ہوجاتی ہے۔ واقعی ایسا ہوا پھر میں نے اپنی بے شمار اور خواتین کو یہ استعمال کرایا ان کو بھی بہت فائدہ ہوا۔ **گیس' تبخیر' جلن اور بدہضمی ختم ہوگئی:** مجھے ہیپاٹائٹس سی بہت پرانا تھا' انجکشن کے تین کورس کرائے لاکھوں روپے خرچ کیے لیکن تکلیف بار بار ہوجاتی تھی۔ میں نے عبقری سے پڑھ کر یہ سیرپ استعمال شروع کیا اب اللہ کا فضل ہے کہ ہیپاٹائٹس بھی ختم ہوگیا اور ساتھ تیزابیت' گیس' تبخیر بالکل ختم ہوگئی۔ بھوک خوب لگتی ہے' کھانا ہضم ہوتا ہے' خون بنتا ہے' پہلے جسم میں دردیں اور کھچاؤ رہتا تھا اب وہ بھی ختم ہوگیا ہے۔ **ڈیپریشن اور ٹینشن ہمیشہ کیلئے جان چھوڑ گئی:** میں ایک بہت بڑے سپیشلسٹ ڈاکٹر کے پاس ڈیپریشن کیلئے جایا کرتا ہوں ایک دن انہوں نے اپنی ٹیبل پر پڑا عبقری اٹھایا اور ہیپاٹائٹس نجات سیرپ کے بارے میں بتایا کہ مجھے کئی مریضوں نے اس کے فوائد بتائے ہیں ایک مریض نے اسے ڈیپریشن کیلئے بھی مفید بتایا ہے۔ میں اپنے پیشنٹ کو یہ سیرپ مسلسل تجویز کررہا ہوں دس بیس بوتل پینے میں ہر مریض تندرست ہوگیا ہمیشہ کیلئے ڈیپریشن اور ٹینشن کی دوائیاں چھوٹ گئیں کوئی کم بوتل یا کوئی زیادہ لیکن سب تندرست ہوئے۔ اور آج وہ مطمئن زندگی گزار رہے ہیں۔ **اور ہیپاٹائٹس ختم ہوگیا:** قارئین! ہزاروں سے بھی زیادہ ایسے مایوس اور لاعلاج مریض جو ہیپاٹائٹس سے عاجز اور تنگ آچکے تھے اللہ تعالیٰ نے انہیں ہیپاٹائٹس سے واقعی نجات عطا فرمائی اور سو فیصد صحت مند ہوگئے۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

71

ماہنامہ
عبقری ®
لاہور

مئی 2012ء بمطابق رجب المرجب 1433 ہجری

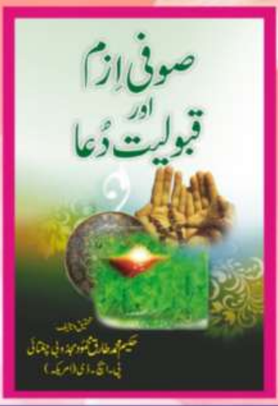
گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

رمضان المبارک کے مقدس لمحات
حضرت حکیم صاحب کے ساتھ گزاریں
تفصیل صفحہ نمبر 46 پر



صوفیاء کرام کی قبولیت دعا کے سچے واقعات' دعاؤں کو مقبول کرانے کیلئے آزمودہ اسم اعظم اس کتاب میں پڑھیں!!!



احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)......درس
تفصیلات صفحہ نمبر 35 پر

- ✔ فالسے کا مزیدار شربت' اچار اور چٹنی بنانے کا طریقہ
- ✔ ڈینگی سے بچاؤ (شرطیہ آزمودہ قرآنی علاج)
- ✔ سورۂ کافرون سے بدترین بیماریوں کا علاج
- ✔ ہیبت ناک جن اور انسانی عورتوں سے دھوکہ
- ✔ رزق حرام' گھر والوں نے پاگل قرار دیدیا
- ✔ لیکوریا سے یقینی نجات کیلئے زبردست نسخہ
- ✔ ڈینگی بخار اور بابا عبدالحمید کے تجربات
- ✔ طلسماتی محل کے اندر عجیب چہل پہل
- ✔ درود شریف کی کرامات' چند واقعات
- ✔ گرمی کو منٹوں میں دور کرنیوالی سبزی
- ✔ بوڑھی طوائف کی حالت بدل گئی
- ✔ اللہ الصمد نے مجھے دیوانہ کردیا

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی آنے والی تصنیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
123	صوفی اعظم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی اعظم اور قبولیت دعا	180/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی و روحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	مالدار بنانے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	300/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۃ البقرہ سے شرطیہ (انشاء اللہ) بیٹا پائیں	10/-

زیر طبع تصنیفات

نمبر	نام کتاب
132	صوفی اعظم کے روشن ستارے (زیر طبع)
133	خطبات عبقری (جلد دوم) (زیر طبع)
134	صوفی اور ٹینشن فری لائف (زیر طبع)
135	صوفی اعظم اور باطنی سکون (زیر طبع)
136	شجرہ طیبہ قادری مجذوبی

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زرخوانی مقوی	2200/-
3	طب نبوی اصول اکسیر پاؤڈر	120/-
4	سر شفاء کیپ	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	بلغمی قہوہ	120/-
7	خون صفا پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبوی اکسیر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	نظاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	شفائی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	کراماتی تیل	200/-
29	طب نبوی حسن و جمال کریم	300/-
30	عروسی سہاگ کورس	5000/-
31	شوگر کورس	800/-
32	نوجوانوں کے روگ	700/-
33	پوشیدہ کورس	600/-
34	الرجی نزلہ کورس	600/-
35	موٹاپا کورس	600/-
36	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
37	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
38	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
39	بے اولادی کورس	2500/-
40	کمر جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
41	چہرہ کا حسن و جمال کورس	2200/-
42	نفس پیکیج	600/-
43	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
44	ٹھنڈک پیکیج	500/-
45	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
46	سدابہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-
47	ڈیپریشن پیکیج	490/-
48	دیسی کریم	500/-
49	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
50	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
51	شہد ہمراہ صندل الائچی	300/-
52	قبض کشاء	120/-
53	ہارمونز شفاء	500/-
54	السر کورس	400/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں، بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہو اسے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تصنیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	بکھرے ہوئے سچے اصول	130/-
2	مردانہ مسائل کا علاج طب نبوی اور جدید سائنس	150/-
3	خونی بیماریاں اور ان کا علاج	180/-
4	آزمودہ مجرب معالج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسان نسخوں کے حیرت انگیز فوائد (اردو، انگلش)	200/-
7	1947ء کے مظلوموں کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ کا علاج طب نبوی اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-
12	بڑے حکیموں کا مجرب علاج	150/-
13	بڑی بڑی پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بچوں کی زندگی کے حکمت تجربات	120/-
16	پانی کا تصور اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھلوں سے صحت و تندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج طب نبوی اور جدید سائنس	120/-
21	پرسکون زندگی گزارنے کے طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے ہزاروں راز	130/-
24	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	300/-
25	توبہ کے کمالات	200/-
26	تعویذ کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی بیماری طب نبوی علاج اسلام اور جدید سائنس	150/-
29	جنات کی حقیقت کیا ہے؟	140/-
30	جنات جادو کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جنات جادو اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جذبات اور خیالات کے امراض طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جنات کے انوکھے حیرت انگیز واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی ملزموں کی زبانی	300/-
36	جیل کا تجربہ	120/-
37	جنسی جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن و صحت کیلئے اصول اور نسخے	200/-
39	[illegible]	225/-
40	خوشحال زندگی کے عملی نسخے	250/-
41	[illegible]	200/-
42	حرمین میں بیتے لمحے	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا عملی و نفسیاتی تجزیہ	250/-
45	خواتین کے حسن و جمال کے مخفی راز	250/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دو انمول خزانے (اردو)	5/-
48	دو انمول خزانے (انگلش)	5/-
49	ذہنی ٹینشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی جڑی بوٹیاں روحانی غذائی شفاء بھی	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	[illegible]	225/-
54	[illegible]	250/-
55	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سدابہار حسن کی سائنسی غذائیں	250/-
62	شگفتہ باتیں گھر سے سنی انمول باتیں	120/-
63	شہد کے کمالات	80/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شادی اولاد کی کامیابی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی خوشی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے مجرب اصول	130/-
69	شفاء اور خیالات کی تبدیلی طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاداب زندگی کے راز طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	[illegible]	90/-
75	طب نبوی اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات اور مشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غصہ کی صحت طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی غذائیں اور طب نبوی	120/-
82	کامیاب شادی کے سنہری اصول طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کرامات اولیاء	150/-
84	کیمیائے صحت	140/-
85	کھجور کے کرشمات	60/-
86	[illegible]	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب ماں بنیے	250/-
89	[illegible]	2500/-
90	[illegible] کا سائنسی اور روحانی علاج	60/-
91	[illegible] کے تجربات	250/-
92	[illegible]	130/-
93	[illegible] کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گمراہی سے ہدایت تک	100/-
95	[illegible] اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفا کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے موتی	180/-
98	معاملات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معاملات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معاملات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معاملات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	360/-
103	[illegible]	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تصور اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں طب نبوی غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	[illegible]	170/-
108	مولانا طارق جمیل شخصیت اور خیالات	250/-
109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات طب نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشہور لوگوں کی آپ بیتیاں	150/-
112	[illegible]	140/-
113	[illegible] علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبوی اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
117	[illegible] اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	[illegible]	130/-
120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	[illegible]	120/-

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۝ فَبِاَيِّ اٰلَاۤءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ (القرآن)

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ ۔۔۔، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی ۔۔۔ (پھلت)

شمارہ نمبر 11 | جلد نمبر 6 | مئی 2012ء | رجب المرجب 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مئی 2012ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی (امریکہ))

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

کیا مجبوراً عبقری کی قیمت بڑھائی جائے؟

مجبوراً ہوش ربا مہنگائی اور مسلسل بڑھتے ہوئے اخراجات میں اضافے کے پیش نظر عبقری کی قیمت آپ حضرات کے مشورے سے ستمبر 2009ء میں بڑھائی۔ ستمبر 2009ء سے لیکر تاحال مہنگائی سو نہیں پانچ سو گنا بڑھ گئی ہے لیکن ادارہ سارا بوجھ اپنے ذمے لے کر چل رہا ہے۔ اب مشورہ ہے کہ کیا عبقری کی قیمت میں پانچ روپے یا دس روپے اضافہ کیا جائے۔ ہمیں اپنی رائے سے مطلع کریں۔

محمد طارق محمود نے ... سے چھپوا کر مرکز روحانیت مزنگ لاہور سے شائع کیا

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرائیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ)

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

تم میں سے بہترین وہ ہے جو......

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا: مومن اپنے اچھے اخلاق کی وجہ سے روزہ رکھنے والے اور رات بھر عبادت کرنے والے کے درجہ کو حاصل کر لیتا ہے۔ (ابوداؤد) ☆ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: ایمان والوں میں کامل ترین مومن وہ ہے جس کے اخلاق سب سے اچھے ہوں اور تم میں سے وہ لوگ سب سے بہتر ہیں جو اپنی بیویوں کے ساتھ (برتاؤ میں) سب سے اچھے ہیں۔ (احمد) ☆ حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: مجھے تعجب ہے اس شخص پر جو اپنے مال سے تو غلاموں کو خریدتا ہے پھر ان کو آزاد کرتا ہے، وہ بھلائی کا معاملہ کر کے آزاد آدمیوں کو کیوں نہیں خریدتا جب کہ اس کا ثواب بہت زیادہ ہے؟ یعنی جب وہ لوگوں کے ساتھ حسن سلوک کرے گا تو لوگ اس کے غلام بن جائیں گے۔ (جامع صغیر)

حال دل

جس معاشرے میں آپ رہتے ہیں وہ معاشرہ چوری، چھینا جھپٹی، ڈاکے اور مسلسل جرائم میں آگے سے آگے بڑھ رہا ہے۔ ایک صاحب بتانے لگے میں صبح اپنی اہلیہ کو ساتھ لیکر ناشتہ لینے کیلئے گیا۔ نہاری کی دکان کے باہر میں نے گاڑی کھڑی کی اہلیہ گاڑی میں بیٹھی تھیں ایک صاحب آئے اور گن پوائنٹ پر اہلیہ کی چوڑیاں اور پرس چھین کر لے گئے۔ ایک عمر رسیدہ خاتون میرے پاس آئیں ان کے ہاتھ اور بازو پر پٹی بندھی ہوئی تھی کہنے لگیں میں بھرے بازار میں دن کے گیارہ بجے جا رہی تھی ایک موٹر سائیکل سوار آیا اس نے میرے کندھے کا پرس چھینا میں گھسٹتی ہوئی سڑک پر گر گئی وہ پرس میرے بازو میں اٹک گیا اور وہ پرس نہ چھین سکا لیکن میں شدید زخمی ہو گئی۔ ایک خاتون بتانے لگی میں ویگن میں سفر کر رہی تھی مجھے پتہ ہی نہ چلا کہ میرے ہاتھ سے دو چوڑیاں کسی نے اتار لیں۔ ایک صاحب نے اپنا واقعہ سنایا کہ میں ویگن میں سفر کر رہا تھا جیب سے موبائل اور پرس کسی نے نکال لیا ایک اور انوکھا کیس سامنے آیا کہ وہ فجر کی نماز کیلئے گھر سے نکلے ڈاکو گیٹ سے باہر پہلے سے انتظار میں تھے ان کا منہ بند کر کے گھسیٹتے ہوئے اندر لے گئے اور تمام گھر والوں کو باتھ میں بند کر دیا اور سارے گھر کی چابیاں لیکر گھر کا سارا قیمتی سامان لوٹ کر چلے گئے۔ ایک لیڈی ہیلتھ ورکر اپنے معذور شوہر کے ساتھ میرے پاس آئیں کہ مریض بن کر دو خواتین اور تین مرد ہمارے گھر میں آئے۔ انہوں نے گھر کے ایک کمرے میں سب کو بند کیا، میرے شوہر نے احتجاج کیا تو اس کو گولی ماردی اور وہ شدید زخمی ہو گئے اور سارا گھر لوٹ کر چلے گے۔ موصوف سکول ٹیچر تھے اور میرے جاننے والے تھے تقریباً بارہ سال بستر علالت پر پڑے رہے ابھی چند ماہ پہلے فوت ہو گئے۔ بعض محلے اور علاقوں میں ایسے افراد اپنا مافیا بنا لیتے ہیں اور بنایا ہوا ہے جو ہر گھر میں ایک چٹ بھیج دیتے ہیں کہ اتنی رقم فلاں وقت فلاں دن فلاں جگہ پہنچا دو ورنہ تمہارے گھر میں فائرنگ کر دی جائے گی اور اگر نہیں پہنچائی جاتی تو واقعی لوگوں کو قتل کر دیا جاتا ہے۔ میرے والد صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے ایک دوست مجھے بہت غمزدہ ملے کہنے لگے میرا بیٹا بس سٹینڈ پر بس کا انتظار کر رہا تھا کچھ لوگ آئے اپنائیت اور تعلق ظاہر کیا ہم اپنی گاڑی پر چھوڑ دیتے ہیں اور اسے اغوا کر لیا پانچ لاکھ کا مطالبہ کیا بڑی مشکل سے پونے پانچ لاکھ دیکر دو مہینوں کے بعد ہڈیوں کا ڈھانچہ بیٹا واپس آیا۔ پچھلے دنوں فون کیا کہ میرے دوست ایک ڈاکٹر صاحب کو کچھ لوگوں نے اغوا کر لیا ہے 32 کروڑ کی رقم کا مطالبہ کرتے ہیں بہت پریشان تھے لیکن تھوڑے ہی دنوں کے بعد پتا چلا کہ ڈاکٹر صاحب کو قتل کر کے ان کی لاش انہوں نے گھر کے باہر پھینک دی ہے۔ قارئین! یہ ایک نہیں ایسے بے شمار واقعات میری زندگی میں آتے ہیں نتیجہ آخر یہی نکلتا ہے کہ قرآن اور حدیث کے مسنون اعمال میں ہی ہماری حفاظت ہے اس کیلئے چند عمل لکھتا ہوں:۔ گھر سے نکلتے ہوئے ہمیشہ یَاحَفِیْظُ گیارہ مرتبہ پڑھیں اور گھر سے نکلنے کی دعا بِسْمِ اللّٰہِ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ ضرور پڑھیں۔ صبح اور شام سات بار بِسْمِ اللّٰہِ عَلٰی دِیْنِیْ وَنَفْسِیْ وَوَلَدِیْ وَاَھْلِیْ وَمَالِیْ ضرور پڑھیں۔ اور سارا دن اعمال یعنی قرآنی آیات یا کوئی مسنون دعا اس کا ذکر کریں۔ اس کے علاوہ کوئی نجات کا راستہ نہیں اور جو اذکار میں نے آپ کو بتائے ہیں ایک نہیں لاکھوں کے آزمودہ ہے اور ان میں واقعی حفاظت ہے، کفایت ہے، کفالت ہے تحفظ اور امن ہے میری طرف سے آپ سب کو اجازت ہے۔ آپ اس عمل کو آگے بھی پھیلا سکتے ہیں۔

ہفتہ وار درس سے اقتباس

اپنے عشق کا محاسبہ

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا راہ گیر رہتا ہے

ہاں اس کھجور کے تنے کو نسبت نبوی ﷺ حاصل ہوگئی تھی‘ کیا خوش قسمت تھا وہ تنا جس پر میرے آقا ﷺ بیٹھے...... آپ ﷺ نے وہاں نشست فرمائی۔ آخر کار اس کھجور کے تنے کو اللہ کے حبیب ﷺ نے دفن کرادیا۔ کھجور کے تنے کو میرے آقا ﷺ کے ساتھ نسبت ہوجائے اس کی خوشی کی انتہا نہ رہے۔ کھجور کے تنے کو بھی جنت کا درخت بنادیا جائے اور میرے آقا ﷺ کا امتی جس کے لئے بشارتیں ہی بشارتیں ہیں وہ کملی والے ﷺ کی لاج رکھ لے اور ان کے نام کی لاج رکھ لے اور ان کے ساتھ اپنی محبتیں اور نسبتیں بڑھالے...... کیا اللہ جل شانہٗ تجھے نہیں نوازیں گے؟ میرے دوستو! سوچیں تو سہی ذرا......!!!

اپنے عشق رسالت ﷺ کا محاسبہ کریں: ٹھنڈے دل سے سوچیں! دل کی گہرائیوں سے سوچیں...... میں سرور کونین ﷺ کے ساتھ کتنی وفا کررہا ہوں؟ آپ ﷺ کتنی وفا کررہے ہیں؟ ان نسبوں کی کتنی لاج رکھ رہے ہیں؟ جب نماز کا وقت آتا ہے ہمارے اندر کیا کیفیت......؟ کیا بے چینی ہوتی ہے......؟

سچا سادہ عاشق رسول ﷺ افسر: پچھلے دنوں ایک صاحب کا خط آیا‘ میرے پاس حسبِ معمول ڈاک آئی‘ خط پڑھا تو خط نے پکارا کہ یہ کوئی باکمال شخص ہے۔ میں نے ان کو خط لکھا کہ مجھے اپنا نمبر بھیجیں‘ انہوں نے نمبر بھیجا۔ ان سے ملاقات ہوئی دوسرے شہر سے آئے تھے، وہاں کے کالج کے 20ویں گریڈ کے پرنسپل اور اتنے سادہ اتنے سادہ کہ میں نے اپنے ایک ساتھی سے کہا جانتے ہو یہ 20ویں گریڈ کا افسر ہے‘ میں نے کہا: اس کو سمجھ سکتے ہو یہ کیا ہے؟ اس نے کہا نہیں ایسا لگتا ہے باہر ابھی چھابڑی چھوڑ کر آیا ہے، اس شخص کے اندر میں نے جو نور دیکھا اور محسوس کیا اور جو نسبتیں اس کے ساتھ تھیں (اللہ اکبر) سرور کونین ﷺ کی غلامی اور میرے آقا ﷺ کے ساتھ نسبت اس کے پل پل، اس کے انگ انگ سے جھلک رہی تھی۔ بہت دیر میں ان کے ساتھ بیٹھا باتیں کرتا رہا، انکا میں نے انٹرویو کیا، ان سے باتیں کرتا رہا اور یقین جانئے اس شخص کی زندگی کا کمال دیکھا جو اس کی زندگی میں نور تھا اور جو اس کی زندگی کے اندر سرور تھا۔ کہنے لگے: میری پچاس ہزار روپے تنخواہ ہے 20ویں گریڈ کا آدمی ہوں اور جو فقیری ان میں دیکھی تو پھر ایک پل میں یہ شعر یاد آ گئے۔

حبیب خدا دے فقیراں توں صدقے
فقیراں دے روشن ضمیراں توں صدقے
نہ دولت توں صدقے نہ جنت توں صدقے
تیری زلف تے جاں اسیراں توں صدقے
جناں رومی جامی تے سعدی نوں ڈنگیا
میں انہاں پیاری اکھیاں تے تیراں توں صدقے

یقین جانئے یہ شعر تو اس اللہ کے بندے پر پورا کا پورا ثابت اور فٹ آیا وہ محمدی ﷺ تھا...... ہاں وہ تھا۔

ہماری تین اعلیٰ نسبتیں: تنے کو اگر نسبت ﷺ مل جائے وہ بھی فراق میں روئے...... کبھی ہم بھی آقا کملی والے ﷺ کے فراق میں روئے؟ نہیں! میرے دوستو! اس لئے ان نسبتوں کو حاصل کریں‘ ہم تو بڑی نسبتوں کو حاصل کریں ہم تو بڑی نسبتوں والے ہیں‘ ہماری بڑی قیمتیں ہیں، ہم تو بہت بڑے ہیں، ان نسبتوں کی وجہ سے ہمارے ساتھ 1۔ اللہ 2۔ اس کے رسول ﷺ 3۔ اور اللہ کے نیک بندوں کی نسبتیں ہیں، ہم تو بڑے مالدار ہیں۔

کتے کی نسبت اولیاء کے ساتھ: میرے دوستو! اپنی ان نسبتوں کی قدردانی کریں‘ ان نسبتوں کو پہچانیں ہم تنے سے کمتر نہ ہوں ہم اصحاب کہف کے اس کتے سے کمتر نہ ہوں اس کتے کو نسبت ملی تھی نیک لوگوں کی۔

اصحاب کہف نبی نہیں تھے‘ رسول نہیں تھے‘ پیغمبر نہیں تھے بلکہ وہ ایک اللہ کے نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کے غلام تھے۔ ایمان بچانے کے لئے ہجرت کی‘ انہوں نے ایک چرواہا آگے کھڑا ہوا تھا وہ بھی ساتھ ہوگیا‘ چرواہا ساتھ ہوا تو اس کا کتا بھی ساتھ ہوگیا، کتا نیک لوگوں کے ساتھ چلا ان کا ادب کیا اس نے ان کو بھونکا نہیں ان کے ساتھ گستاخی نہیں کی ان اللہ والوں کے پیچھے چلتا رہا۔

؎ ناں میں بھونکاں ناں میں ٹونکاں نہ میں شور مچاواں
نیکاں دے لڑ لگ کے شاید میں وی بخشا جاواں

پس وہ چلا صرف ان کے ساتھ محبت کی اس کتے نے وفا کی۔ کتے کو نسبت نیک لوگوں کے ساتھ ہوئی فرمایا قیامت کے دن اللہ جل شانہٗ اس کتے کو جنت میں بھیج دیں گے۔ بعض روایات میں آتا ہے انسانی شکل میں۔ اللہ ہر چیز پر قادر ہے۔

اونٹنی نسبت پر جنتی بن گئی: ارے حضرت صالح علیہ الصلوٰۃ والسلام کی اونٹنی تھی اس کو حضرت صالح علیہ الصلوٰۃ والسلام کی محبت اور آپ کا تعلق ملا آپ کی نسبت ملی۔ محدثین نے لکھا ہے کہ اس اونٹنی کو بھی اللہ جل شانہٗ جنت میں داخل فرمائیں گے حالانکہ قیامت کے دن جانوروں کا حساب کتاب برابر فرما کر اللہ ان کو ختم فرمادیں گے۔ جنت تو انسانوں کی ہے۔ جنت تو حضور سرور کونین ﷺ کی امت کیلئے ہے اور دیگر امتوں کیلئے ہے۔

جانوروں سے تو کمتر نہ بنیں: ایک اونٹنی کے ساتھ تو یہ شان ہوجائے اور ایک کتے کے ساتھ تو یہ شان ہوجائے ایک کھجور کے تنے کی حالت تو یہ ہوجائے میرے دوستو! کتے سے بدتر تو نہ بنیں...... کھجور کے تنے سے کمتر تو نہ بنیں...... ارے اونٹنی سے نیچے تو نہ جائیں...... محمدی ﷺ ہیں...... محمدی ﷺ...... ہماری نسبتیں محمدی ﷺ ہیں...... ہماری محبتیں محمدی ﷺ ہیں...... ہمیں اس کملی ﷺ والے کیساتھ تعلق ہے‘ نسبت ہے‘ اس نسبت کی لاج رکھیں اس نسبت کا خیال رکھیں!

ہماری رسمی عادات کا خمیازہ: (الف) ایک صاحب آئے انہوں نے ایک بڑا عجیب کام کیا‘ میں نے کہا: یہ کیوں کیا؟ کہنے لگے: ہمارے ہاں رواج یہی ہے، میرے والد صاحب کہتے تھے میری لاج رکھنا...... **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے ملاقات میں مجھے فرمایا تھا کہ 14 جمعراتیں درس میں شرکت کریں اور انشاءاللہ دعائیں قبول ہوں گی۔ شروع شروع میں دل نہیں کیا لیکن جب مسائل نے شدت اختیار کی تو آپ کی بات بار بار میرے کانوں میں سنائی دینے لگی چنانچہ میں نے پکی نیت کرکے درس میں شرکت کی۔ الحمدللہ! میری سوچ کا زاویہ ہی بدل گیا اگرچہ میں قرآن کا حافظ ہوں لیکن کبھی نمازیں پڑھ لیا کرتا تھا کبھی چھوڑ دیا کرتا تھا لیکن آپ کا درس سن کر اللہ عزوجل اور اس کے حبیب ﷺ سے محبت ہوگئی ہے۔ میں پہلے سگریٹ پیتا تھا لیکن اب سرکار ﷺ کی ناراضگی ذہن میں آجاتی ہے اس لیے میں نے سگریٹ پینا بھی چھوڑ دیئے ہیں۔ ڈاڑھی کی نیت کرکے ڈاڑھی بھی رکھ لی ہے۔ **(عبدالباسط مشتاق)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

مہمان کے اکرام سے مغفرت

ابولبیب شاذلی

حضرت عبداللہ بن قیس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم خاص اور عام سبھی انصار کی زیارت بکثرت کرتے تھے جب کسی خاص کی آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم زیارت کرتے تو اس کے مکان میں تشریف لے جاتے اور جب زیارت عامہ کرتے تو مسجد میں تشریف لاتے۔

مسلمان کی حاجت روائی کیلئے جانا

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ یہ مسجد نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں معتکف تھے ان کے پاس ایک آدمی نے آ کر سلام کیا اور بیٹھ گیا اس سے حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے دریافت کیا اے فلاں! تم مجھے رنجیدہ اور غمگین معلوم ہوتے ہو اس نے کہا جی ہاں اے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے چچازاد بھائی! فلاں کا میرے اوپر حق ہے اور قسم ہے اس صاحب قبر کی عزت کی! میں اس کی ادائیگی پر قادر نہیں ہوں۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے فرمایا تو کیا میں تیرے بارے میں اس سے گفتگو نہ کروں؟ اس آدمی نے کہا کہ اگر آپ رضی اللہ عنہ کو پسند ہو تو ایسا کرلیں۔

راوی کہتے ہیں کہ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے جوتے پہنے اور اس کے بعد مسجد سے نکلے اسی آدمی نے آپ سے عرض کیا کہ آپ اس چیز کو بھول گئے جس میں تھے؟ (یعنی اعتکاف کو) حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ نے فرمایا نہیں لیکن میں نے اس صاحب قبر صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے سنا ہے اور ابھی آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا زمانہ قریب ہی ہے یہ کہتے ہوئے حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ کی آنکھوں سے آنسو جاری ہوگئے کہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص اپنے بھائی کی حاجت کیلئے چلا اور اس میں کوشش کی اس کیلئے یہ بات دس سال کے اعتکاف سے بہتر ہے اور جس آدمی نے ایک روز اعتکاف اللہ کی رضامندی کیلئے کیا اللہ تعالیٰ اس شخص کے اور جہنم کے درمیان تین خندقوں کا فاصلہ کردے گا جن میں سے ہر خندق کی وسعت اتنی ہوگی جتنا فاصلہ مغرب و مشرق میں ہے یا آسمان و زمین میں ہے۔

زیارت مسلم

حضرت عبداللہ بن قیس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم خاص اور عام سبھی انصار کی زیارت بکثرت کرتے تھے جب کسی خاص کی آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم زیارت کرتے تو اس کے مکان میں تشریف لے جاتے اور جب زیارت عامہ کرتے تو مسجد میں تشریف لاتے۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے انصار کے گھرانوں میں سے ایک گھرانہ کی زیارت کی اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان کے پاس کھانا کھایا' جب کھانے سے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فارغ ہوئے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مکان کی ایک جانب میں حکم دیا وہاں چٹائی ڈال کر اس کو نرم کرنے کیلئے پانی چھڑکا گیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اس پر نماز پڑھی اور ان لوگوں کو دعائیں دیں۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور سرور کونین صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اپنے اصحاب رضی اللہ عنہم اجمعین سے ہر دو کے درمیان بھائی بندی کرا دیتے تھے ان میں سے کسی ایک پر اگر آپس کی ملاقات میں دیر ہوجاتی تو اس کا بھائی اس سے ملنے آتا اور بڑی محبت اور لطف کا اظہار کرتا اور دریافت کرتا کہ تمہارا میرے بعد کیا حال رہا؟ لیکن عام صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین کا یہ حال تھا کہ کسی ایک پر تین دن نہیں گزرتے تھے کہ اسے اپنے بھائی کا حال معلوم نہ ہو۔

حضرت عون رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ نے اپنے اصحاب رضی اللہ عنہم اجمعین سے جب وہ ان کے پاس آئے فرمایا کیا تم لوگ ایک دوسرے کے پاس بیٹھتے ہو؟ انہوں نے عرض کیا ہاں! اس کو تو ہم کبھی نہیں چھوڑتے حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہ نے پوچھا کیا تم ایک دوسرے کی زیارت کرنے جاتے ہو؟ انہوں نے کہا ہاں! اے ابوعبدالرحمن رضی اللہ عنہ اگر ہم میں سے کوئی آدمی اپنے بھائی کو نہیں پاتا تو پیدل چل کر کوفہ کے آخر تک پہنچتا ہے یہاں تک کہ اس سے ملاقات کرکے آتا ہے۔ حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ نے فرمایا جب تک تم اس طرح کرتے رہو گے ہمیشہ بھلائی کے ساتھ رہو گے۔

حضرت ام الدرداء رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ہماری زیارت کیلئے حضرت سلمان رضی اللہ عنہ مدائن سے چل کر ملک شام آئے۔

مہمان کا اکرام کرنا

حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ یہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان کیلئے ایسا تکیہ رکھ دیا جس کا بھراؤ کھجور کی چھال سے تھا میں اس پر بیٹھا نہیں وہ میرے اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے درمیان پڑا رہا۔

حضرت ام سعد بن ربیع رضی اللہ عنہ بیان کرتی ہیں کہ یہ حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کی خدمت میں حاضر ہوئیں حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ نے ان کے لیے اپنا کپڑا بچھایا یہ اسی پر بیٹھ گئیں۔ اتنے میں حضرت عمر رضی اللہ عنہ تشریف لائے حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ سے (اس کپڑا بچھانے کو) دریافت کیا آپ نے فرمایا کہ یہ اس شخص کی بیٹی ہیں جو مجھ سے اور تجھ سے بہتر تھے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا اے خلیفہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم وہ کون ہیں؟ جواب دیا کہ وہ ایسا آدمی ہے جو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے زمانہ میں وفات پا گیا اور اس نے اپنا ٹھکانہ جنت میں بنالیا اور میں اور تم باقی رہ گئے۔

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے پاس تشریف لائے حضرت عمر رضی اللہ عنہ اپنے تکیے سے ٹیک لگائے ہوئے تھے' انہیں دیکھ کر وہ تکیہ ان کے آگے رکھ دیا۔ حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے کہا اللہ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے سچ کہا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا اے ابوعبدالرحمن! وہ ہمیں سنایئے حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے کہا کہ میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا' آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تکیہ پر ٹیک لگائے ہوئے تھے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے وہ تکیہ میرے آگے رکھ دیا اور مجھ سے فرمایا اے سلمان! کوئی مسلمان ایسا نہیں جس کے پاس اس کا بھائی مسلمان آئے اور یہ میزبان اس کے اکرام کیلئے تکیہ رکھ دے مگر اللہ پاک اس کی مغفرت کردیتا ہے۔

بیمار بچے کو کیا کھلائیں......؟؟؟

تسلیم اختر

عارضے میں بچے کو فاقہ نہ کروایا جائے۔ آپ کا بچہ جو کہ غذا بند کردینے اور اسہال کے باعث پہلے ہی بہت کمزور ہوچکا ہوتا ہے اگر اس کو خوراک بھی نہ دی جائے تو اس کی کمزوری بہت بڑھ جائیگی اس طرح اس کے بدن میں بیماری کیخلاف قوت مدافعت بھی کمزور پڑتی جائیگی

پاکستان سمیت دنیا بھر میں ہر سال ایک کروڑ سے زائد بچے کم عمری میں ہی انتقال کرجاتے ہیں۔ ہمارے ملک میں چھ لاکھ بچے پانچویں سالگرہ منانے سے قبل ہی موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔

ماہرین غذائیت کہتے ہیں کہ ہمارے ملک میں اسہال' نمونیا اور غذائی کمی کی شرح کم عمر بچوں کے اموات کی اہم وجوہات ہیں۔ معالجین کا کہنا ہے کہ پاکستان میں پانچ سال اور اس سے کم عمر والے بچوں کی اموات میں تقریباً 80 فیصد اموات کا سبب مذکورہ بالا یہی تین بیماریاں ہیں اکثر مائیں دوران حمل اور اس سے قبل اپنی صحت کا خیال نہیں رکھتی ہیں۔ غذائی کمی کے باعث ان کا جسم لاغر ہوجاتا ہے اور انہیں اس بات کا احساس بھی نہیں ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ایسی خواتین جب مائیں بنتی ہیں تو ان کے ہاں بھی بچے عموماً کم وزن کے پیدا ہوتے ہیں۔ اگر ان بچوں کو مناسب خوراک نہ ملے تو یہ اور کمزور ہوجاتے ہیں اور اکثر بیمار بچے ہوتے ہیں۔

پاکستان میں آلودہ ماحول: طب وصحت کے بارے میں معمولی لاعلمی کی وجہ سے اکثر مائیں اس بات سے بھی لاعلم ہوتی ہیں کہ بچے کو بیماری کی حالت میں دوا کے علاوہ غذا کیلئے کس کس چیز کی ضرورت ہوسکتی ہے اگرچہ بچے کو بیماری کی حالت میں دوا کے علاوہ غذا کیلئے کس کس چیز کی ضرورت ہوسکتی ہے اگرچہ بچے کو بیماری کی حالت میں بھوک نہیں لگتی تاہم اگر بیماری میں بچے کو غذا نہ ملے تو اس کا جسم مزید کمزور ہوسکتا ہے۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ بچپن میں کسی بیماری کے دوران اگر بچے کو مناسب دوائیں اور ماں کی صحیح نگہداشت نہ ملے تو اس دوران ہونے والی کمزوری ساری زندگی اسکا پیچھا نہیں چھوڑتی ہے۔ بچے کو کسی بیماری کے دوران اگر غذا نہ ملے تو یہ کمزوری انہیں مزید بیماریاں مثلاً مسلسل اسہال' بار بار نمونیہ اور تپ دق کا بھی شکار بنا دیتی ہے۔ یہ بیماریاں بچے کی توانائی کو بڑی حد تک کمزور کرکے انہیں لاغر کردیتی ہیں اور بسا اوقات ان بیماریوں میں پیدا ہونے والی کمزوری ساری عمر ان کا پیچھا نہیں چھوڑتی ہے۔

اکثر لاعلم اور کم علم مائیں بچے کے بیمار ہونے پر بچے کو دوائیں تو کھلاتی ہیں لیکن خوراک دینا بند کردیتی ہیں یا پھر یہ کم مقدار میں خوراک دیتی ہیں جس کے باعث بچے میں بیماری کے خلاف قوت مدافعت بہت ہی کم ہوجاتی ہے اور اسے مکمل صحت یاب ہونے میں کافی دن لگ جاتے ہیں۔ نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ اس صورتحال میں بہت سارے بچے کمزور ہڈیوں کا ڈھانچہ بن کر بالآخر موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔

دوا کیساتھ ساتھ مناسب خوراک بھی بہت ضروری ہوتی ہے۔ ذیل میں دو سال کی عمر تک کے بچوں کو بیماری کی صورت میں دی جانے والی غذاؤں کے متعلق ضروری معلومات دی جارہی ہیں جو کہ یقیناً آپ کیلئے مفید ہوں گی۔

اسہال کے دوران کیا خوراک دی جائے؟: دستوں اور اسہال کی بیماری بچوں میں نہایت عام ہوجاتی ہے۔ یہ اتنی خطرناک ہوتی ہے کہ جان بھی لے سکتی ہے۔ اکثر مائیں ایسی بیماری کے دوران اس شش وپنج کا شکار رہتی ہیں کہ آیا بچوں کو خوراک دی جائے یا انہیں فاقہ کروایا جائے۔

پہلی بات تو یہ ہے کہ اس عارضے میں بچے کو فاقہ نہ کروایا جائے۔ آپ کا بچہ جو کہ غذا بند کردینے اور اسہال ودست کے باعث پہلے ہی بہت کمزور ہوچکا ہوتا ہے اگر اس کو خوراک بھی نہ دی جائے تو اس کی کمزوری بہت بڑھ جائیگی اس طرح اس کے بدن میں بیماری کیخلاف قوت مدافعت بھی کمزور پڑتی جائیگی بالآخر وہ بیماری کا مقابلہ بالکل ہی نہیں کرپائے گا۔ دوسری بات یہ کہ اس صورت میں مرض کا دورانیہ بھی بڑھ سکتا ہے اور اس بات کا بھی خطرہ رہتا ہے کہ بچے پر کہیں دوسری بیماریاں بھی حملہ آور نہ ہوجائیں۔

اگر بچہ چھوٹا ہے اور ماں کے دودھ پر ہی اس کی غذا کا انحصار ہے تو اسے دودھ پلانا بند نہ کریں۔ اگر بچہ چھ ماہ سے دو سال کی عمر تک کا ہے تو آپ اس دوران اپنے دودھ کے ساتھ ساتھ نرم اور صاف ستھری غذا بھی دیتی رہیں۔

بعض مائیں جو ایسی صورتحال سے گزر چکی ہوتی ہیں ان کا کہنا ہے کہ بعض اوقات بچے کو غذا دینے سے اسہال میں شدت آجاتی ہے۔ یہ بات کسی حد تک درست بھی ہے لیکن میں پھر کہوں گی کہ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ بچے کو خوراک دی جانی بند کردی جائے۔ اصل بات یہ ہے کہ بعض بچے غذائی کمی کا شکار ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے ان کا معدہ کمزور پڑ جاتا ہے اور وہ غذا ہضم نہیں کرپاتے ہیں اگر بچے کو زود ہضم اور نرم غذا آہستہ آہستہ اور کم مقدار میں دی جائے تو اسہال بڑھنے کی شکایت نہیں ہوتی ہے۔ بعض بیماریاں ایسی ہیں جن میں غذا کے کسی جزو سے الرجی ہوجاتی ہے اور یہ بھی اسہال کے بڑھنے کا سبب بن جاتی ہے۔ ایسی صورت میں سب سے بہتر یہی ہے کہ اس بارے میں بچوں کے امراض کے ماہر ڈاکٹر سے رجوع کرکے مشورہ لیا جائے۔

نزلہ وزکام: نزلہ وزکام میں عموماً ناک بند ہوجاتی ہے ایسی صورت میں بچے منہ کھول کر سانس لیتے ہیں۔ دودھ پینے والے کمسن بچوں کی مائیں اکثر کہتی ہیں کہ بچہ ناک سے سانس نہ لے سکے تو اس کا دودھ پینا مشکل ہوجاتا ہے۔ ایسی ماؤں کو چاہیے کہ اگر بچے کی ناک بند ہے اور وہ بہت چھوٹا ہے تو دودھ چمچ میں نکال کر اسے پلائیں۔

نمونیا' ٹائیفائیڈ اور یرقان: ان امراض کے دوران بچے کو ہلکی اور زود ہضم غذا بدستور دی جانی چاہیے۔ دودھ کھچڑی' دہی' پھل وغیرہ کے علاوہ روٹی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں کو سالن کے شوربے میں بھگو کر نرم کرنے کے بعد اسے مسل کر بچے کو کھلایا جائے۔ اگر بچہ صرف ماں کا دودھ پیتا ہے تو اس کو دودھ پلانا بند نہ کیجئے۔ اگر بچہ نمونیا کا شکار ہوجائے تو ایسی صورت میں اس کی غذا بند نہ کرنی چاہیے۔ اگر وہ دودھ ہی پی رہا ہے یا کچھ کھا پی بھی سکتا ہے تو اسے غذا بدستور دیتے رہیں۔ سوائے ایسی حالت میں کہ جس میں بچے کی سانس اتنی تیز ہو کہ دودھ اس کے معدے میں جانے کے بجائے سانس کی نالی میں چلے جانے کا خطرہ ہو یا بچہ نیم بے ہوش سا ہوجائے تو پھر کھلانے پلانے میں احتیاط لازم ہے۔

نرم غذا: بیماری اور صحت یاب ہونے کے بعد کافی دنوں تک بچے کی توانائیاں مضمحل رہتی ہیں لہٰذا اگر آپ کا بچہ خوراک لیتا ہے تو پھر بیماری کے دوران اور اس کے بعد بھی اسے ہلکی غذا دینا جاری رکھیں بچے کو ایک روز میں کم ازکم چھ مرتبہ خوراک دیں اور ہر مرتبہ اس خوراک کی مقدار آدھی پیالی سے زیادہ نہ ہو۔ بچے کو وٹامن اے سے بھرپور غذائیں مثلاً دودھ سے بنی ہوئی اشیاء کھچڑی دہی کے ساتھ نرم مسلا ہوا آم کا گودا' انڈے کی زردی' اچھی طرح ابلی اور مسلی ہوئی گاجریں' مسلی ہوئی شکرقندی وغیرہ اس لحاظ سے مناسب ہیں۔

غذا کو طاقتور بنانے کیلئے اس میں تھوڑا سا دیسی گھی' تیل یا مکھن بھی شامل کردیا جائے کیونکہ نرم غذا بچے کو جلد ہضم ہوجاتی ہے' لہٰذا اسے جو بھی غذا دیں اچھی طرح مسل کردیں۔

ڈاکٹر رمیض، کراچی

امریکی ڈاکٹر کے مسلمان ہونے کا عجیب وغریب واقعہ

پھر مصری ڈاکٹر نے امریکن ڈاکٹر کے سامنے قرآن کریم کی وہ متعلقہ آیت تلاوت کی (مرد کا حصہ دو عورتوں کے برابر ہے) جس کے ذریعے اس نے اس مشکل کا حل تلاش کیا اور جس عقدے کو حل کرنے میں دونوں ڈاکٹر نہایت ہی پریشان تھے۔ چنانچہ وہ امریکی ڈاکٹر فوراً ایمان لے آیا

قبول اسلام کا یہ واقعہ حیرت انگیز بھی ہے اور سبق آموز بھی۔ حیرت انگیز اس اعتبار سے کہ نزول قرآن کو کم وبیش ڈیڑھ ہزار سال کا عرصہ گزر جانے کے بعد بھی آج تک اس نکتے پر کسی کی نظر نہ جاسکی جو ایک امریکی ڈاکٹر کے قبول اسلام کا محرک بنی اور سبق آموز اس پہلو سے ہے کہ کتاب الٰہی میں غور وتدبر اور تحقیق وجستجو بندگان خدا کیلئے ہدایت ومعرفت کے دروازے کھولنے اور صراط مستقیم پر گامزن ہونے کا آج بھی اتنا ہی مؤثر ذریعہ ہے جتنا وہ نزول وحی کے وقت تھا۔ امریکہ کے ایک ہسپتال میں ایک عجیب وغریب واقعہ پیش آیا اور اس واقعے کے زیر اثر امریکن ڈاکٹر مسلمان ہو گیا۔ مذکورہ ہسپتال میں ایک روز ڈیلیوری کے دو کیس ایک ساتھ آئے۔ ایک عورت سے لڑکا پیدا ہوا اور دوسری سے لڑکی...... جس رات میں ان دونوں بچوں کی ولادت ہوئی اتفاق سے نگران ڈاکٹر موقع پر موجود نہیں تھا' دونوں بچوں کی کلائی میں وہ پٹی بھی نہیں باندھی ہوئی تھی جس پر بچے کی ماں کا نام درج ہوتا ہے تو نتیجہ یہ ہوا کہ دونوں بچے خلط ملط ہو گئے اور ڈاکٹروں کیلئے یہ شناخت کرنا مشکل ہو گیا کہ کس عورت کا کون سا بچہ ہے حالانکہ ان میں سے ایک لڑکی تھی اور دوسرا لڑکا......

ولادت کی نگرانی کرنیوالے ڈاکٹروں کی ٹیم میں ایک مسلمان مصری ڈاکٹر تھا جس کو اپنے فن میں بڑی مہارت حاصل تھی اور امریکن ڈاکٹروں سے اس کی بڑی اچھی شناسائی تھی اور اپنے سٹاف کے ایک امریکی ڈاکٹر سے گہری دوستی تھی۔ دونوں ڈاکٹر سخت پریشان تھے کہ اس مشکل کا حل کیسے نکالا جائے؟ امریکی غیر مسلم ڈاکٹر نے مصری ڈاکٹر سے کہا کہ تم تو دعویٰ کرتے ہو کہ قرآن ہر چیز کی تبیین وتشریح کرتا ہے اور اس میں ہر طرح کے مسائل کا احاطہ کیا گیا ہے تو اب تم ہی بتاؤ کہ ان میں سے کون سا بچہ کس عورت کا ہے؟

مصری ڈاکٹر نے کہا کہ ہاں قرآن حکیم بے شک ہر معاملے میں نص ہے اور میں اسے آپ کو ثابت کر کے دکھاؤں گا۔ مگر مجھے ذرا موقع دیجئے کہ میں خود پہلے اس معاملے میں اطمینان حاصل کرلوں چنانچہ مصری ڈاکٹر نے باقاعدہ اس مقصد کیلئے مصر کا سفر کیا اور جامع ازہر کے بعض شیوخ سے اس مسئلے میں استفسار کیا اور امریکن دوست ڈاکٹر کے ساتھ کی گئی بات چیت کی روداد بھی پیش کی۔ ازہری عالم نے جواب دیا کہ مجھے طبی معاملات ومسائل میں ادراک حاصل نہیں ہے۔ البتہ میں قرآن کی ایک آیت پڑھتا ہوں۔ آپ اس پر غور وفکر کریں۔ اللہ تعالیٰ نے چاہا تو آپ کو اس مسئلے کا حل اس میں مل جائے گا چنانچہ اس عالم نے درج ذیل آیت پڑھ کر سنائی۔ ''ترجمہ: مرد کا حصہ دو عورتوں کے برابر ہے۔'' (النساء 11) مصری ڈاکٹر نے اس آیت میں غور وتدبر شروع کر دیا اور گہرائی میں جانے پر اسے اس مشکل کا حل بالآخر مل ہی گیا۔ چنانچہ وہ لوٹ کر امریکہ آیا اور اپنے دوست ڈاکٹر کو اعتماد بھرے لہجے میں بتایا کہ قرآن نے ثابت کر دیا ہے کہ ان دونوں میں سے کون سا بچہ کس ماں کا ہے۔ امریکن ڈاکٹر نے بڑی حیرت سے پوچھا کہ یہ کس طرح ممکن ہے؟

مصری ڈاکٹر نے کہا کہ ہمیں ان دونوں عورتوں کا دودھ ٹیسٹ کرنے کا موقع دیجئے تو اس معمے کا حل معلوم ہو جائے گا۔ چنانچہ تجزیئے وتحقیق کے نتیجے میں معلوم ہو گیا کہ کون سا بچہ کس عورت کا ہے اور مصری ڈاکٹر نے اپنے غیر مسلم دوست ڈاکٹر کو اس نتیجے سے پورے اعتماد کے ساتھ آگاہ کر دیا۔ ڈاکٹر حیران و ششدر تھا کہ آخر یہ کیسے معلوم ہو گیا؟ مصری ڈاکٹر نے بتایا کہ اس تحقیق وتجزیئے کے نتیجے میں جو بات سامنے آئی ہے وہ یہ تھی کہ لڑکے کی ماں میں لڑکی کی ماں کے مقابلے میں دوگنا دودھ پایا گیا مزید برآں لڑکے کی ماں کے دودھ میں نمکیات اور وٹامنز (حیاتین) کی مقدار بھی لڑکی کی ماں کے مقابلے میں دوگنی تھیں۔ پھر مصری ڈاکٹر نے امریکن ڈاکٹر کے سامنے قرآن کریم کی وہ متعلقہ آیت تلاوت کی (مرد کا حصہ دو عورتوں کے برابر ہے) جس کے ذریعے اس نے اس مشکل کا حل تلاش کیا اور جس عقدے کو حل کرنے میں دونوں ڈاکٹر نہایت پریشان تھے۔ چنانچہ وہ امریکی ڈاکٹر فوراً ایمان لے آیا۔ چنانچہ ایسا ہی ایک واقعہ حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہٗ کے زمانے میں بھی پیش آیا تھا چودہ سو سال پہلے اسلام نے اس طرح کے پیچیدہ مسائل کو الجھوں میں کس طرح حل کیا تھا اس مقصد کیلئے وہ واقعہ یہاں پیش کیا جا رہا ہے:۔ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے زمانہ خلافت میں دو عورتوں کی ایک جگہ اور ایک ہی رات میں زچگی ہوئی۔ ایک لڑکا اور دوسری لڑکی تھی' لڑکی والی نے اپنی لڑکی کو لڑکے والی کے جھولے میں ڈال کر لڑکے کو لے لیا۔ لڑکے والی نے کہا کہ لڑکا میرا ہے یہ مقدمہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پاس آیا آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے حکم دیا دونوں کے دودھ وزن کیے جائیں جس کا دودھ وزنی ہو گا لڑکا اس کا ہو گا۔

اسلام اور رواداری

ابن تریب بھگالوی

قسط نمبر 71

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت کبیر الاولیاء شیخ جلال الدین رحمۃ اللہ علیہ بہت دولت مند اور امیر وقت تھے اور آپ کے والد خواجہ محمود کی دولت کا بھی کوئی ٹھکانہ نہ تھا۔ علم وفضل میں ممتاز تھے۔ بچپن ہی سے یہ حالت تھی کہ کسی کی تکلیف سے بے چین ہو جاتے تھے اور جب تک اس کی تکلیف رفع نہ کر لیتے تھے قرار نہ آتا تھا۔ غریبوں اور دردمندوں کی بہت مدد کرتے رہتے تھے۔ نہایت فیاض تھے اور یہ عادت آخر تک رہی۔ آپ پانی پت ہی کے رہنے والے تھے۔ ابھی شباب میں قدم بھی نہ رکھا تھا کہ استغراقی کیفیت پیدا ہونی شروع ہو گئی تھی۔ جنگلوں میں نکل جاتے اور وہاں عبادات میں مصروف رہتے۔ حضرت شیخ شمس الدین رحمۃ اللہ علیہ ترک نے جب آپ کو خلافت عطا کی تو دعا دی تھی کہ ''جلالی! تجھے یہ بھی دیا اور وہ بھی دیا'' اس کا مطلب یہ تھا کہ تجھے دین اور دنیا دونوں عطا کیے۔

آپ سے ہزارہا مخلوق کو فیض پہنچا۔ اسلام اور مقصد اسلام کو بہت تقویت ہوئی۔ بکثرت ہندوؤں نے آپ کے ہاتھ پر اسلام قبول کیا۔ آپ سیاحت کرتے ہوئے ایک پہاڑ پر پہنچے تو دیکھا کہ ایک سادھو سادھی میں آنکھیں بند کیے ہوئے بے حس و حرکت بیٹھا ہے۔ آپ نے قریب پہنچ کر اس کے قلب کو حرکت دی اس نے آنکھیں کھول دیں اور آپ کو پارس کا ایک ٹکڑا خوش ہو کر عطا کیا جسے آپ نے مسکرا کر پانی میں پھینک دیا' اسے ناگوار گزرا۔ بولا تو نے اس گراں بہا شے کی قدر نہ کی۔ میں نہیں جانتا میرا پتھر مجھے واپس دے' ورنہ میں تجھے یہاں سے ایک قدم بھی نہ اٹھانے دونگا اور آپ کی شان میں نہایت گستاخی کی لیکن آپ حسن سلوک کا مظاہرہ کرتے ہوئے اٹھے اور چشمے میں اتر گئے اور کہا لے اپنا پتھر اٹھا لے۔ کیا دیکھتا ہے کہ وہاں اسی قسم کے صد ہزار پتھر پڑے ہیں۔ آپ نے مسکرا کر فرمایا باادب بندگان خدا جس پتھر پر بھی نظر کرتے ہیں پارس بن جاتا ہے۔ وہ یہ کرامت اور آپ کا حسن سلوک دیکھ کر اسی وقت مسلمان ہو گیا اور پھر اس نواح میں اس کے جتنے چیلے تھے وہ بھی مسلمان ہو گئے یہ سادھو کامل مومن ہو گیا۔

مشکلات کا مقابلہ بہادری سے

ڈاکٹر ناصر سلمان

ان صفات کی قدر اگر آپ کے دل میں ہے تو یہ مت سوچئے کہ مشکلات اور مصائب آپ کو نقصان پہنچانے کے لیے ہی آتے ہیں۔ بہت کچھ کھو کر کچھ پانے کا انسانی تجربہ تو بہت پرانا ہے۔ مصیبت کے وقت میں آپ بھی یہی کرتے ہیں

مشکلات کا سامنا سبھی کو کرنا پڑتا ہے۔ زندگی میں کسی نہ کسی وقت مشکل یا پریشانی ہر ایک کو پیش آتی ہے۔ اگر دو چار پریشانیاں جمع ہو جائیں تو کہا جاتا ہے کہ مصائب کا پہاڑ ٹوٹ پڑا ہے۔ مشکلات اور برے دنوں سے نجات کی تمنا کس کو نہیں ہوتی۔

جب ہم کسی چیز کو حاصل کرنا چاہتے ہیں تو اس کیلئے کوشش کی راہ میں کئی قسم کی رکاوٹیں پیدا ہوتی ہیں جب ان رکاوٹوں کو دور کرنے کی قدرت ہم میں نہیں رہتی تو ہم جھنجھلاتے ہیں اور ہمت ہار بیٹھتے ہیں جہاں ہم نے ہمت ہاری بس سمجھ لیجئے رائی بھی پہاڑ بن گئی اب پہاڑ ہم کیسے عبور کریں؟ کیسے کرنے کی بات تو بعد میں پیدا ہوگی‘ پہلے یہ بات ذہن میں اچھی طرح محفوظ کرلیجئے کہ اس پہاڑ کو تو عبور کرنا ہی پڑے گا کیونکہ یہ راستے میں حائل ہے جو کامیابی تک پہنچتا ہے۔ دوسری بات یہ کہ اگر آپ اس پہاڑ کو عبور کرنے کا خیال دل سے نکال دیں گے تو پھر یقین کیجئے کہ مصیبتوں سے چھٹکارا پانا آپ کے بس کی بات نہیں رہے گا۔

مشکلات آپ کو اس وقت تک مصروف رکھتی ہیں جب تک آپ ان سے چھٹکارا حاصل نہ کرلیں جب تک آپ کے اندر مستقل عمل کی کیفیت پیدا نہ ہو اور آپ یکسو نہ ہوں اس وقت تک سکون ممکن نہیں۔ چنانچہ مشکلات کا ذکر بعض اوقات بے معنی سا لگتا ہے۔ ان کا مقابلہ ہی آپ کو ان پر کامیابی اور فتح سے ہمکنار کرے گا۔

مشکلات صرف اپنے ہی لیے عمل کرنے پر نہیں آمادہ کرتیں بلکہ دوسروں کے آڑے وقت میں کام آنے کیلئے بھی آمادہ کرتی ہیں۔ پھر یہ بھی کہ آپ نے جو کچھ عمل کیا ہے اس کا جائزہ لینے کی صلاحیت بھی پیدا ہوتی ہے۔ آپ سوچتے ہیں کہ اب تک آپ نے اپنی دقتوں پر عبور حاصل کرنے کیلئے کون سی راہیں اختیار کی ہیں کن سے آپ کو کتنی کامیابی حاصل ہوئی ہے اور کتنی ناکامی‘ ناکامی کی وجوہ کیا تھیں اور آپ ان سے کیوں کر بچ سکتے ہیں؟

مشکلات آپ کو بتاتی ہیں کہ آپ کا ماحول ان کے پیدا کرنے میں اور ان کو دور کرنے میں کتنا دخل رکھتا ہے۔ آپ اپنے اس گردوپیش کو اچھی طرح سمجھنے کیلئے اور اپنی راہ آپ پیدا کرنے کیلئے کون سا طریقہ اختیار کریں۔ مشکلات آپ میں ہمت‘ برداشت اور صبر کی قوت پیدا کرتی ہیں۔ جتنی بڑی مشکل ہوگی اتنی ہی زیادہ یہ قوتیں آپ میں پیدا ہوں گی۔ مشکلات سے آپ یہ بھی سیکھتے ہیں کہ ان سے بڑھ کر آنے والی مصیبتوں کا مقابلہ کیسے کیا جائے؟

مشکلات: شاید آپ کو اعتبار نہ آئے کہ آپ کے اندر اچھے اخلاق اور روحانی قوت پیدا کرتی ہیں۔ آپ میں ارادے کی پختگی‘ کامیابی کی امید‘ صبر وسکون کے ساتھ مقابلے کی صلاحیت‘ حالات کا مقابلہ کرتے ہوئے احتیاط کو پیش نظر رکھنے اور مستقل مزاجی اور تدبر اختیار کرنے کی صلاحیت پیدا کرتی ہیں۔

ان صفات کی قدر اگر آپ کے دل میں ہے تو یہ مت سوچئے کہ مشکلات اور مصائب آپ کو نقصان پہنچانے کے لیے ہی آتے ہیں۔ بہت کچھ کھو کر کچھ پانے کا انسانی تجربہ تو بہت پرانا ہے۔ مصیبت کے وقت میں آپ بھی یہی کرتے ہیں پھر اس سے آخر فرق کیا پڑتا ہے جو آپ اپنے دکھوں پر چیخ اٹھتے ہیں؟ یہ چیخ اٹھنا اور ناکامی پر پیچ وتاب کھانا تو آپ کی شکست کی دلیل ہے۔ آپ اپنے حالات کا مقابلہ کرنے کی ہمت نہیں رکھتے ہیں بلکہ دوسرے الفاظ میں یوں کہیے کہ آپ صرف تمنائیں رکھتے ہیں۔ تمناؤں میں سے مناسب اور قابل عمل کا انتخاب اور ان کیلئے جدوجہد کرنا اپنا کام نہیں سمجھتے۔ پھر آپ ہی بتایئے کہ آپ کی تمناؤں کو کون پورا کرے؟ کیا دوسروں کے پاس اپنی تمنائیں نہیں؟ پھر آخر آپ کے لیے خود سے کون دست بردار ہو جائے؟

ہاں! ایک پہلو سے اور بھی سوچیے! کیا آپ کا محض چیخ اٹھنا اور پیچ وتاب کھانا آپ کی خواہش کو پورا کردے گا؟ اگر نہیں تو اٹھیے اور عمل کیجئے مشکلات سے چھٹکارا پانے کی راہ تلاش کیجئے۔

جب آپ کے سر پر مشکلات منڈلانے لگیں تو آپ کو کیا کرنا چاہیے؟ عقل مندی تو یہ ہے کہ جب آپ طوفان میں گھر جائیں تو بے خوف ہو کر اس کا مقابلہ کریں۔ اس مقابلے کیلئے ضروری ہے کہ آپ پوری توجہ اور غور کے ساتھ پیش آمدہ مشکل کا جائزہ لیں اور پھر اپنے لیے ایک راہ عمل متعین کریں۔ آپ کے جائزے کا اندازہ کچھ اس طرح ہونا چاہیے:۔

☆اس مشکل کے پیش آنے کا اصل سبب کیا تھا؟

☆کہیں اس کا اصل سبب آپ خود تو نہیں تھے؟

☆ آئندہ اگر ایسے مواقع درپیش ہوں تو آپ کیا احتیاطی تدابیر اختیار کریں گے تاکہ آپ کو ایسے سخت حالات کا مقابلہ پھر نہ کرنا پڑے۔

☆اس مشکل کے مقابلے کا کارگر طریقہ کون سا ہے؟

☆ کیا آپ اس وقت کوئی ایسا طریقہ اختیار کرسکتے ہیں جس سے آپ کو حالات پر قابو پانے میں مدد ملے؟

☆ کیا یہ مشکل کی گھڑی آپ کو آپ کی زندگی کیلئے کوئی اچھا سبق دے سکتی ہے؟

کھانسی کیلئے آزمودہ

3 کپ پانی کو اچھی طرح ابالیں‘ ابلتے پانی میں ایک چمچ شہد ڈال دیں‘ پھر اچھی طرح پکائیں جب ایک کپ رہ جائے تو اتار کر نیم گرم صبح وشام ایک ایک کپ پی لیں۔ بچوں کو تھوڑا تھوڑا پلائیں۔ **(خالد بھٹی‘ احمد پور)**

گرمی میں نڈھال ہونے سے بچیے

علیشاہ کریم' لاہور

اسی طرح دوپہر اور رات کے کھانوں میں سبز پتوں والی سبزیاں اور دالیں زیادہ استعمال کریں۔ کھانے کے ہمراہ انار دانہ' پودینہ یا دھنیا کی چٹنی' پیاز اور سلاد بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ سوڈا واٹر' چائے' کافی' قہوہ وغیرہ سے حتیٰ الوسع پرہیز کریں

فصل ربیع کا تیسرا مہینہ ایاز (مئی) ہے چونکہ اس ماہ سے ہمارے ملک (پاکستان) میں اچھی خاصی گرمی پڑنی شروع ہوجاتی ہے۔ موسم سرما کا اثر مکمل طور پر ختم ہوجاتا ہے اس لیے ہوا میں نمی کم ہوکر حرارت تیز ہونے لگتی ہے جس کی بنا پر ہوا کا بھاری پن ختم ہوجاتا ہے اور ہوا گرم ہوکر بالائی فضا میں چلی جاتی ہے اور اس خلا کو پر کرنے کیلئے ٹھنڈی ہوا آجاتی ہے۔ ہوا کے اس مسلسل چکر کے باعث ہوا کی کثافتیں کم ہوکر ہمیں صاف ہوا ملنے لگتی ہے۔

سورج اور دھوپ کی شدید حرارت کے باعث فضا گرم ہوجاتی ہے جس سے انسانی اجسام بھی متاثر ہوتے ہیں اور نہ صرف بدن کی بیرونی جلد کا ہی درجہ حرارت بھی بڑھ جاتا ہے بلکہ اندرونی طور پر بھی ایک آدھ فارن ہائیٹ زیادہ ہوجاتا ہے۔ حرارت کے باعث رطوبات بدن کم ہوکر پیاس میں شدت آجاتی ہے اور چونکہ نمک رطوبتوں کو اکٹھا کرکے اخراج کا باعث بنتا ہے۔ اس لیے اس موسم میں زیادہ نمکین چیزیں کھانے سے پرہیز واجب ہے۔

اسی طرح زیادہ حرارت کی وجہ سے معدہ کمزور ہوجاتا ہے اور سری' گائے کا گوشت وغیرہ انتہائی ثقیل غذاؤں کو خاطرخواہ ہضم کرنے کی اہلیت نہیں رکھتا' گائے اور بکری کا دودھ اس موسم میں بہ نسبت بھینس کے دودھ کے اجزاء ترکیبی اور تاثیر کے لحاظ سے زیادہ فائدہ مند سمجھا گیا ہے۔

جہاں تک ورزش کا تعلق ہے آپ جانتے ہیں حرکت سے حرارت پیدا ہوتی ہے اور جبکہ گرم موسم کے باعث پہلے ہی بدن متاثر ہورہا ہوتو اسے مزید متاثر کرنے کا سبب بنتی ہے۔ مگر طلوع آفتاب سے قبل اگر معمولی قسم کی ورزش کر بھی لی جائے تو زیادہ نقصان دہ نہیں۔ ہمارے ملکی حالات کے اس موسم میں دن میں دو یا تین بار غسل کرنا بھی بیحد مفید ہے تاکہ پسینہ کی بدبو اور میل کچیل صاف ہوکر جلد کے مسامات کھل جائیں۔

اس ماہ میں صبح کی ابتداء چائے کی بجائے کسی ٹھنڈے مشروب سے کرنی چاہیے جیسے شربت صندل' شربت کیوڑہ' شربت بزوری یا بادام سے تیارشدہ سردائی وغیرہ۔ ناشتہ میں مچھلی' گوشت اور انڈوں کی بجائے دودھ' دہی' مکھن اور لسی زیادہ مفید ہے۔

اسی طرح دوپہر اور رات کے کھانوں میں سبز پتوں والی سبزیاں اور دالیں زیادہ استعمال کریں۔ کھانے کے ہمراہ انار دانہ' پودینہ یا دھنیا کی چٹنی' پیاز اور سلاد بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ سوڈا واٹر' چائے' کافی' قہوہ وغیرہ سے حتیٰ الوسع پرہیز کریں تو آپ کی صحت کیلئے زیادہ بہتر ہوگا۔

دھوپ میں زیادہ دیر ٹھہرنے' کام کرنے یا سفر کرنے میں احتیاط رکھیں۔ ضرورت کے وقت سر پر چھجے دار تنکوں کی بنی ہوئی ٹوپی استعمال کریں تاکہ سورج کی شعاعیں براہ راست ننگے سر یا گردن پر نہ پڑیں۔ ورنہ سردرد' بخار' نزلہ زکام' آشوب چشم' سوء مزاج بخار اور گردن توڑ جیسی بیماری کا حملہ ہوسکتا ہے۔ باہر سے آکر فوراً بجلی کے پنکھے تلے یا ایئر کنڈیشنڈ کمرے میں بیٹھنا مضر صحت ہے۔

تمازت آفتاب سے دردسر: شدید گرمی یا حبس میں بعض اوقات سردرد ہونے لگتا ہے۔ تمازت آفتاب سے لاحق ہونے والا دردسر شدید اور چبھن دار ہوتا ہے اس میں مریض بے چینی و بے قراری محسوس کرتا ہے۔ ایسی حالت میں نمک ملے پانی کا استعمال کرانا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈی اور تاریک جگہ رکھیں تاکہ اسے سکون حاصل ہو۔ زیادہ دیر سخت دھوپ میں گھومنے پھرنے سے کئی لوگ نڈھال ہوجاتے ہیں۔ اسی کیفیت میں مریض کی جلد زرد' ٹھنڈی اور نمدار ہوجاتی ہے اہم علامات میں انتشار' ذہنی پریشانی' کمزوری' سستی' سرچکرانا' مدہوشی اور مختلف اعضاء کا تشنج اکڑاؤ شامل ہے۔ مریض کو وقفے وقفے سے نمک ملا پانی پلانا چاہیے۔

اس ماہ میں لباس عام سوتی کپڑے کا پہنیں تاکہ بدن تک سورج کی شعاعیں پہنچنے میں مناسب رکاوٹ رہے۔ ویسے بھی اس قسم کے لباس میں آکر جسم ٹھنڈا رہتا ہے۔ بالکل باریک ململ یا وائل کے کپڑے نقصان دہ ہوتے ہیں اور ریشمی کپڑے پہننا تو اپنے جسم پر ظلم کرنا ہے۔

رات کھلی ہوا میں پلنگ پر مچھردانی لگا کر سوئیں تاکہ مچھروں سے محفوظ رہ سکیں ورنہ ملیریا بخار کا خطرہ ہے جن لوگوں کے پاس مچھردانی نہ ہو بدن کے کھلے حصوں پر مچھر مار کریم یا سرسوں کے تیل کی مالش کرکے سوئیں۔

چند احتیاطی تدابیر

گرم موسم میں حسب ذیل احتیاطی وحفاظتی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں:۔

☆ زیادہ دیر دھوپ میں پھرنے سے پرہیز کریں۔

☆ مناسب سوتی لباس زیب تن کیا جائے۔ گرمیوں میں سفید رنگ موزوں ہوتا ہے۔ سر اور گردن کو ڈھانپ کر رکھا جائے لو کے موسم میں باریک کپڑے نہ پہنے جائیں۔

☆ گرم موسم میں کافی مقدار میں پانی اور نمک کا استعمال کرنا چاہیے۔ ☆ کسی دوسری جگہ نقل مکانی کی صورت میں آب و ہوا سے موافقت پیدا کرنے کا دورانیہ آہستہ آہستہ بڑھایا جائے۔ ☆ سگریٹ' چائے' کافی اور الکوحل کا استعمال فوراً ترک کردیا جائے۔

☆ دھوپ میں رنگ دار عینک' سر پر کپڑا یا چھتری استعمال میں لائی جائے۔

☆ بچوں کو ننگے پاؤں باہر نہ جانے دیا جائے۔

☆ تمازت آفتاب کے اثرات سب سے زیادہ رخسار محسوس کرتے ہیں۔ لہٰذا سائیکل یا موٹر سائیکل پر سفر کرتے ہوئے رومال چہرے اور سر پر لپیٹ لیا جائے۔ یہ لو سے بچنے کا ذریعہ ضرور ہے تاہم لو لگنے کے نقصانات بہرحال زیادہ ہیں۔

☆ گوشت' چکنائی اور گرم سبزیوں کا استعمال کم سے کم کیا جائے۔ ☆ تربوز' آلو بخارا اور فالسہ جیسے پھل اور سردائی' لسی'

لیکوریا کیلئے میرا آزمایا نسخہ

مجھے لیکوریا کی شکایت کافی پرانی تھی جس کا میں نے بہت زیادہ علاج کروایا لیکن خاطرخواہ فائدہ کبھی نہ ہوا۔ پھر مجھے کسی نے رات کو سونے سے پہلے ساگودانہ پکا کر کھانے کو کہا میں نے کچھ عرصہ لگا تار یہ نسخہ استعمال کیا تو میری عرصہ پرانی لیکوریا کی شکایت ختم ہوگئی۔ بہت ہی آزمودہ ہے۔

اکسیر البدن لاجواب ہے

مجھے بہت زیادہ کمزوری تھی اور ساتھ کانوں میں شائیں شائیں کی آوازیں آتی رہتی تھیں میں نے عبقری کے دفتر سے اکسیر البدن منگوا کر کچھ عرصہ استعمال کی تو میری کمزوری بھی ختم ہوگئی اور کانوں سے شائیں شائیں کی آوازیں بھی آنا بند ہوگئیں۔ (**یاسمین اختر' کراچی**)

رجب المرجب کی مقبول عبادات

ماہ رجب کی کسی تاریخ کونماز ظہر یا مغرب یا عشاء کی نماز کے بعد سورۂ کہف ایک بار سورۂ یٰسٓ ایک بار، سورۂ حٰمٓ ایک بار، سورۂ دخان ایک بار سورۂ معارج ایک بار پڑھے پھر سورۂ اخلاص ایک ہزار مرتبہ پڑھے۔ اللہ پاک ان سورتوں کے پڑھنے والے پر خاص رحمت و برکت عطا فرمائیگا۔

حضورا کرم ﷺ کاارشاد گرامی ہے کہ جب ماہ رجب کا چاند دیکھو تو پہلے ایک مرتبہ یہ دعا پڑھو: اَللّٰھُمَّ بَارِكْ لَنَا فِیْ رَجَبٍ وَ شَعْبَانَ وَ بَلِّغْنَا رَمَضَانَ ا (رواہ البیہقی)

نفل نماز: ماہ رجب کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دس رکعت نماز پانچ سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ کافرون تین مرتبہ اور سورۂ اخلاص تین دفعہ پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز پڑھنے والے کو اللہ پاک قیامت کے دن شہیدوں میں شامل کریگا اور ہزار درجہ اس کے بلند کریگا۔

پہلی شب: بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الم نشرح ایک بار سورۂ اخلاص ایک بار سورۂ فلق ایک بار سورۂ الناس ایک بار پڑھے جب دو رکعت کا سلام پھیرے تو کلمہ توحید 33 بار اور درود شریف 33 مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت کی نیت باندھ کر پہلی دو رکعت کی طرح پڑھے پھر بعد سلام کے کلمہ توحید 33 دفعہ درود شریف 33 دفعہ پڑھ کر جو بھی حاجت ہو اللہ پاک سے طلب کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر دعا قبول ہوگی۔

ماہ رجب کی ہر شب جمعہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ پہلی رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ بقرہ کا آخری رکوع اٰمَنَ الرَّسُوْلُ سے کَافِرِیْن تک سات مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ حشر کی آخری آیات ھُوَ اللّٰہُ الَّذِیْ تا الحکیم سات مرتبہ پڑھے سلام کے بعد بارگاہ الٰہی میں جو بھی حاجت ہو طلب کرے انشاء اللہ تعالیٰ جو دعا مانگے گا قبول ہوگی۔ ہر مراد کیلئے یہ نماز بہت افضل ہے۔

اس مہینہ کے پہلے جمعہ کو بعد مغرب کے بارہ رکعت نفل چھ سلام سے پڑھے جائیں۔ ہر رکعت میں بعد الحمد کے سورۃ القدر تین بار اور سورۃ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد ستر بار پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ پھر سجدہ میں جا کر ستر بار پڑھے۔ سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّ الْمَلَآئِکَۃِ وَالرُّوْحِ اور پھر سر اٹھائے اور کہے رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ تَجَاوَزْ عَنَّا نَعْلَمُ اِنَّكَ اَنْتَ الْعَزِیْزُ الْاَعْظَمُس تر مرتبہ پھر دوسرا سجدہ اسی طرح کرے۔ پھر جو دعا مانگے گا قبول ہوگی۔ ماہ رجب کی کسی بھی شب کو بارہ رکعات نماز تین سلام سے پڑھے پہلی چار رکعات میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۃ القدر ہر رکعت میں تین تین مرتبہ پڑھے سلام کے بعد ستر مرتبہ بیٹھ کر یہ پڑھے۔

لَآ اِلٰہَ اِلاَّ اللّٰہُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ دوسری چار رکعات میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ نصر تین تین مرتبہ ہر رکعت میں سلام کے بعد بیٹھ کر ستر مرتبہ پڑھے۔ اِنَّكَ قَوِیٌّ مُّعِیْنٌ وَّاحِدٌ دَلِیْلٌ بِحَقِّ اِیَّاكَ نَعْبُدُ وَاِیَّاكَ نَسْتَعِیْنُ- تیسری چار رکعات میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ ہر رکعات میں سلام کے بعد بیٹھ کر ستر مرتبہ سورۂ الم نشرح پڑھے پھر بارگاہ رب العزت میں دعا مانگے انشاء اللہ تعالیٰ جو حاجت ہوگی وہ اللہ تعالیٰ قبول فرمائے گا۔ ماہ رجب المرجب کی پندرہ تاریخ کو کسی نماز کے بعد ایک مرتبہ یہ استغفار پڑھنی بہت افضل ہے۔ اس دعا کے پڑھنے والے کی تمام برائیاں مٹا کر اللہ پاک اسے نیکیوں میں بدل دیگا۔

اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الَّذِیْ لَآ اِلٰہَ اِلاَّ ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ غَفَّارُ الذُّنُوْبِ وَسَتَّارُ الْعُیُوْبِ وَاَتُوْبُ اِلَیْہِ

ماہ رجب کی کسی تاریخ کونماز ظہر یا مغرب یا عشاء کی نماز کے

مسافران آخرت

قاری حبیب الرحمن جو کہ حضرت حکیم صاحب کے دیرینہ محسن اور مخلص ساتھی جنہوں نے ساری عمر قرآن کی خدمت میں گزاری۔ طویل علالت کے بعد وفات پا گئے ہیں۔

عبقری ویب ٹیم کے ممبر کاشف افضال صاحب کے والد افضال حسین چغتائی قضائے الٰہی سے وفات پا گئے ہیں۔

عبقری ویب ٹیم کے ممبر حسن ہاشمی کے جواں سال برادر نسبتی محمد منیب طاہر قضائے الٰہی وفات پا گئے ہیں۔

رشید احمد خان پی ٹی سی ایل ریٹائرڈ قضائے الٰہی سے وفات پا گئے ہیں' عبدالعزیز خان کے والد تھے۔

عبدالعزیز خان صاحب کے والد صاحب رشید احمد خان وفات پا گئے ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی اپیل کی جاتی ہے۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 6 مئی بروز اتوار رات 9 تا 10 بجکر 21 منٹ تک' 15 مئی بروز منگل دوپہر 11 بجکر 17 منٹ سے 12 بجکر 35 منٹ تک' 30 مئی بروز بدھ سہ پہر 3 بجے سے 4 بجکر 27 منٹ تک یَامَالِكُ كُنْ فَیَكُوْن پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

روحانی محفل سے فیض پانے والے

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ماہنامہ عبقری کی گزشتہ تینسال سے قاریہ ہوں اور میں گزشتہ تقریباً دو سال سے روحانی محفل کر رہی ہوں' روحانی محفل نے میری بہت سے پریشانیاں' مشکلات دنوں نہیں بلکہ گھنٹوں میں حل کی ہیں۔ میرے چہرے پر بال تھے جو کہ بہت ہی بدنما لگتے تھے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی' ایک دفعہ میں خاص چہرے کے بالوں کا دل میں رکھتے ہوئے روحانی محفل کی' تقریباً ایک ماہ مسلسل روحانی محفل کی' میرا چہرہ بالوں سے ایسے صاف

شاہ عبدالحق قندھاریؒ کے روحانی وظائف

اگر کوئی شخص بعد نماز عشاء باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد ایک سو ستر بار آیۃ الکرسی پڑھے اس کے بعد گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا مانگے ۔ یہ عمل ستر دن تک بلاناغہ کرنا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر جائز مقصد میں کامیابی حاصل ہوگی

گھر کو جنات جادو اور سفلی کے اثر سے پاک کرنا

اگر کسی گھر میں جنات نے گھر کرلیا ہو یا جادو سفلی کے اثرات سے گھر کے اکثر افراد طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہوں اور گھر میں خیر و برکت ختم ہوگئی ہو‘ گھر میں لڑائی جھگڑا رہتا ہو یا گھر میں کسی کا دل نہ لگتا ہو یا طرح طرح کے ڈراؤنے خواب نظر آتے ہوں یا رات کو چھوٹے بچے سوتے سوتے چونک کر اٹھ جاتے ہوں اور رونا شروع کردیتے ہوں تو اس کیلئے یہ عمل مجرب ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے گھر کے حالات درست ہوجائیں گے اور گھر ہر قسم کے اثرات بد سے محفوظ ہوجائے گا۔ عمل یہ ہے:۔

صبح سورج نکلنے کے بعد اور شام کو سورج غروب ہونے سے پہلے کسی ایک کمرے میں کوئی شخص باوضو کمرے کے درمیان کھڑے ہوکر درمیانی آواز سے اذان دے اور آسمان کی طرف پھونک مار دے۔ پھر اسی جگہ کھڑے ہوکر دوبارہ اذان دے اور اذان ختم کرنے کے بعد قبلہ کی طرف منہ کرکے پھونک ماردے پھر اسی جگہ کھڑے ہوکر تیسری مرتبہ اذان دے کر شمال کی طرف (یعنی اپنے داہنی طرف) پھونک مار دے۔ پھر اسی جگہ کھڑے ہوکر چوتھی مرتبہ اذان دیکر جنوب (قبلہ کی طرف منہ کرکے اذان دیں گے تو جنوب بائیں طرف ہوگا) کی طرف پھونک ماردیں۔ پانچویں بار اذان دے کر مشرق کی طرف پھونک ماردیں۔ چھٹی بار اذان دے کر زمین کی طرف پھونک ماردیں۔ اس طرح کل چھ مرتبہ اذان پڑھی جائے گی۔ اس کے بعد اسی جگہ اذان دینے والا یہ دعا کرے۔

’’اے پروردگار عالم! غیبی مخلوق اور ارواح خبیثہ کے اثرات بد اور نقصان سے ہماری حفاظت فرما اور انہیں کسی اور جگہ منتقل ہونے کی توفیق عطا فرما۔‘‘

اس کے بعد تین بار درود شریف پڑھ کر جملہ اہل خانہ پر دم کردے۔ اس طرح یہ عمل اکتالیس دن تک کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مکان جنات اور تمام برے اثرات سے پاک و صاف ہوجائے گا۔

مقصد میں کامیابی کیلئے

جس شخص کا جو کام اٹک گیا ہو اور مقصد میں کامیابی نظر نہ آتی ہو تو اس کیلئے یہ عمل تیر بہدف اور نہایت پر تاثیر ہے۔ عمل یہ ہے:۔

اگر کوئی شخص بعد نماز عشاء باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد ایک سو ستر بار آیۃ الکرسی پڑھے اس کے بعد گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا مانگے ۔ یہ عمل ستر دن تک بلاناغہ کرنا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر جائز مقصد میں کامیابی حاصل ہوگی۔

جسمانی امراض سے شفاء

اگر کوئی شخص کسی خطرناک بیماری میں مبتلا ہو یا علاج کے دوران کوئی دوا اثر نہ کرتی ہو یا مرض روز بروز بڑھتا جارہا ہو تو ایسی حالت میں باوضو تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد گیارہ بار آیۃ الکرسی پڑھے آخر میں پھر تین بار درود شریف پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں پر دم کرکے تمام بدن پر پھیر لے اگر خود نہ پڑھ سکتا ہو تو کسی بھی عورت مرد بچے سے پڑھوا کر ہتھیلیوں پر دم کرا کر تمام بدن پر پھیر لے۔ اسی طرح اول و آخر تین تین بار درود شریف اور اس کے بعد گیارہ بار آیۃ الکرسی باوضو پڑھ کر ایک بوتل پانی پر دم کرے اور وہ پانی تمام دن پیتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر قسم کے امراض جسمانی سے نجات حاصل ہوگی۔

قرض کی ادائیگی کا انتظام

کسی شخص نے قرض لیا مگر حالات اتنے بگڑ گئے کہ قرض کا بوجھ اترنا مشکل ہوگیا اور قرض خواہ اپنی رقم کے لیے گھر کے چکر کے چکر لگا رہے ہیں یہ منہ چھپاتا پھر رہا ہے۔ قرض سے جان چھڑانے کے تمام راستے بند ہیں کوئی حل سمجھ میں نہیں آتا۔ اس سلسلے میں یہ عمل بڑا مفید اور کارآمد ہے۔ عمل یہ ہے:۔

رات کو سوتے وقت تازہ وضو کرکے پاک و صاف بستر پر لیٹ جائیں اور اول تین بار درود شریف پڑھیں اس کے بعد ایک سو ستر مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھیں اور آخر میں پھر تین بار درود شریف پڑھ کر کسی سے بات نہ کریں اور قبلہ کی طرف چہرہ کرکے سوجائیں۔ سوجانے کے بعد کسی طرف چہرہ گھوم جائے یا دوسری طرف کروٹ لے لی جائے تو کوئی حرج نہیں ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ خواب میں راستہ بتادیا جائے گا یا قرض سے نجات کا عمل بتادیا جائے گا یا پھر قرض کی ادائیگی کے اسباب غیب سے پیدا ہوں گے۔

مرض لاعلاج سے صحت یابی

اگر کوئی شخص شدید اور لاعلاج مرض میں مبتلا ہو‘ علاج کے باوجود مرض بڑھتا چلا جاتا ہو۔ افاقہ کی جگہ مرض میں اضافہ ہوتا جارہا ہو تو ایسی صورت میں مریض کے سرہانے بیٹھ کر ایک تسبیح یَاسَلَامُ یَااَللّٰہُ کی پڑھے اور تسبیح پوری ہونے پر تسبیح کو مریض کے سرہانے (تکیہ) کے نیچے رکھ دے۔

پھر اگلے دن اسی وقت ایک تسبیح پڑھ کر پھر تسبیح مریض کے تکیہ کے نیچے رکھ دے۔ یہ عمل اسی طرح کرتا رہے انشاء اللہ تعالیٰ چند دن کے عمل سے مریض صحت یاب ہوجائے گا۔ یہ بہت مجرب عمل ہے۔

بے ہوش کو ہوش میں لانا

اگر کوئی شخص کسی بیماری یا کمزوری کے سبب بے ہوش ہوگیا ہو یا اثرات بد یا جن بھوت پریت کے سبب ہوش و حواس کھو بیٹھا ہو اور بہکی بہکی باتیں کررہا ہو تو اس کے سرہانے بیٹھ کر تین سو بار یَارَحْمٰنُ یَاسَلَامُ پڑھے۔ اس کے پڑھتے ہی انشاء اللہ تعالیٰ مریض ہوش میں آجائے گا۔

فائزہ ارسلان' لاہور

فالسے کا مزیدار شربت' اچار اور چٹنی بنانے کا طریقہ

جب فالسے گلنے لگیں اور پانی آدھا رہ جائے تو اس میں چینی ڈال دیں۔تھوڑا سا نمک شامل کریں اور گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ اس میں سرکہ بھی ڈال دیں۔ یہ دیکھنے میں سوکھے آلو بخارے کی چٹنی جیسی لگتی ہے اور مزے اور فوائد میں بے مثال ہے

خواتین کا مرغوب پھل: ''فالسے لے لو' کھٹا میٹھا فالسہ آ گیا'' فائزہ کے کانوں سے فالسے والے کی آواز ٹکرائی تو بے اختیار اس کے منہ میں پانی بھر آیا' وہ جھٹ دروازے کی جانب لپکی اور خوانچے والے کو روک کر فالسے خرید لیے۔انہیں دھویا' نمک چھڑکا اور مزے لے کر کھانے لگی۔آدھے فالسوں کا شربت بنالیا جو ذائقے اور تاثیر میں لاجواب ہوتا ہے۔اسے گرمی میں ٹھنڈا ٹھنڈا شربت پی کر سکون آ گیا۔اب تو فائزہ مہمانوں کی تواضع بھی اسی شربت سے کرنے لگی ہے۔

فالسہ گرم موسم کا خاص تحفہ ہے۔ یہ پھل تھوڑے عرصے کیلئے دستیاب ہوتا ہے اور گرم ملکوں میں پیدا ہوتا ہے۔اس کی دو اقسام ہیں چھوٹے جھاڑی نما پودے پر لگنے والے فالسے اور دوسرے بیس پچیس فٹ اونچے درخت سے حاصل ہونے والے فالسے۔پہلی قسم کے فالسے بہت میٹھے ہوتے ہیں اسے شربتی فالسہ کہتے ہیں۔ دوسری قسم میں مٹھاس کے ساتھ مزے دار ترشی کا ذائقہ بھی پایا جاتا ہے۔دونوں قسم کا پھل ابتداء میں سبز رنگ کا ہوتا ہے اور ذائقہ کسیلا۔

اس کے بعد یہ سرخی مائل رنگت اختیار کرتے ہیں اور پھر پک کر سیاہی مائل ہوجاتے ہیں۔فالسے میں نشاستہ' لحمیات' فولاد' پوٹاشیم' کیرٹین' آیوڈین اور چونے کے اجزاء پائے جاتے ہیں۔ اس میں وٹامن اے' بی اور سی بھی موجود ہیں۔ ایک پاؤ فالسے میں ایک روٹی کے برابر غذائیت ہوتی ہے۔

اس کے ذائقے کی وجہ سے خواتین اور بچے اسے بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔مزیدار ہونے کے ساتھ یہ بہت مفید بھی ہیں۔موسم گرما میں فرحت دیتا ہے۔اس کا مزاج سرد اور تر ہے۔جن مریضوں کو جگر کی گرمی اور آنتوں کی خشکی کی وجہ سے دائمی قبض رہتی ہو' وہ صبح کے وقت فالسے چوس چوس کر گٹھلیوں سمیت کھائیں اس سے خاصا افاقہ ہوتا ہے۔ یہ چڑچڑاپن بھی دور کرتا ہے اور پیاس کی شدت میں کمی کرتا ہے۔ ذیابیطس کے مریضوں کیلئے فالسے بہت مفید ہیں۔ اسے کھانے سے جلد کی چمک اور تازگی میں اضافہ ہوتا ہے۔

گرمی کے تیز بخار میں ایک چھٹانک فالسہ آدھا کلو ٹھنڈے پانی میں مدھانی سے رگڑ کر اس میں چینی ملا کر گھونٹ گھونٹ پلاتے رہنے سے بخار' بے چینی اور اضطراب کم ہوجاتا ہے۔

فالسے کا اسکوائش: فالسے آدھا کلو' گلاب کی پتیاں ایک پاؤ' چینی تین پاؤ' پانی بارہ گلاس۔**ترکیب:** فالسے کو پانی میں ڈال کر رات بھر کیلئے رکھ دیں۔صبح اسے پانی ہی میں مسل لیں اور گٹھلیاں الگ کرلیں۔اب اسے چھان لیں اور فالسے کے پانی میں گلاب کی پتیاں اور چینی ڈال کر پکائیں۔ جب دو تار تک گاڑھا ہوجائے تو ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بھر لیں۔ گرمیوں میں یہ اسکوائش بہترین ثابت ہوتا ہے' فرحت بخش ہونے کے ساتھ شفاء بخش بھی ہے۔فالسے بھگوتے وقت اگر مٹی کا برتن استعمال کیا جائے تو زیادہ مناسب ہوگا۔

فالسے کا اچار: اچار ڈالنے کیلئے کچا پکا فالسہ استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ الگ سے بھی ڈالا جاتا ہے اور دیگر سبزیوں مثلاً لسوڑھے وغیرہ کے ساتھ ملا کر بھی اس کا اچار تیار کیا جاسکتا ہے۔ اچار بنانے کا طریقہ یہ ہے:۔فالسے' آدھ پکے آدھا کلو' نمک حسب منشاء' مرچ حسب منشاء' کلونجی آدھا چمچ' رائی ایک چمچ' میتھرا ایک چمچ' سونف ایک چمچ' تیل حسب ضرورت۔

ترکیب: تمام مصالحے چن کر صاف کریں۔ انہیں ہلکا سا کوٹ لیں اور یکجان کر کے فالسوں میں شامل کر دیں۔تھوڑا سا تیل ڈال دیں تاکہ مصالحہ فالسوں سے چپک جائے۔اب اسے گلنے کیلئے چھوڑ دیں۔ دو تین دن بعد مصالحہ رچ جائے اور فالسے کچھ نرم ہوجائیں تو اس میں تیل شامل کر دیں اسے ایک دو دن دھوپ لگوائیں اور بوتلوں میں بھر لیں یا پھر مرتبان میں ڈال لیں۔اچار کو ہمیشہ لکڑی کی ڈوئی سے ہلانا چاہیے ورنہ یہ خراب ہوسکتا ہے۔تیل کی جگہ اچار میں سرکہ بھی ڈالا جاسکتا ہے۔سرکے والا اچار بھی بہت لذیذ ہوتا ہے۔

فالسے کی چٹنی: آم' آلو بخارے اور املی کی چٹنی کی طرح فالسے کی چٹنی بھی بہت خوش ذائقہ ہوتی ہے۔اسے بنانے کا طریقہ یہ ہے:۔فالسے آدھا کلو' چینی تین پاؤ' نمک حسب ذائقہ' سرکہ دو کھانے کے چمچ' پانی چھ گلاس۔**ترکیب:** دیگچی میں پانی اور فالسے ڈال کر اسے پکنے کیلئے رکھ دیں۔ جب فالسے گلنے لگیں اور پانی آدھا رہ جائے تو اس میں چینی ڈال دیں۔تھوڑا سا نمک شامل کریں اور گاڑھا ہونے تک پکائیں۔اس میں سرکہ بھی ڈال دیں۔ یہ دیکھنے میں سوکھے آلو بخارے کی چٹنی جیسی لگتی ہے اور مزے اور فوائد میں بے مثال ہے۔

مریض دل کیلئے

تو رئیس پٹھان نے تمام کہانی سنائی عرصہ تین ماہ سے مجھے دل کی تکلیف ہے فارن کا علاج کرا رہا ہوں

میرے ایک دوست جو کہ دوبارہ حج بیت اللہ شریف کیلئے جا رہے تھے۔جن کو جھوٹ اور خود جھوٹے آدمی سے بھی نفرت ہے۔اچھے خاصے حکیم بھی اور دوا بھی مفت دیتے ہیں۔انہوں نے مجھے یہ نسخہ عنایت کیا کہنے لگے کہ قمر مثانی کے رئیس پٹھان جو کہ مریض تھے۔ان کے دل کا وال بند تھا جس کی وجہ سے درد، دل کا ڈوبنا، گھبراہٹ اکثر یہ شکایت رہتی تھی۔غیر ملکی ڈاکٹروں کے زیر علاج تھے یعنی ادویات منگوا لیتے تھے۔ ایک دفعہ ان کو تکلیف شروع ہوگئی کوٹھی کے باہر لان میں لیٹے ہوئے نوکران کو دبا رہے تھے۔اتنے میں ایک میلا کچیلا آدمی معمولی لباس میں ان کے پاس آیا اور کہا میں مسافر ہوں بھوک لگی ہے روٹی کھلائیں۔ رئیس نے فوری کھانا کھلانے کا حکم دیا جب وہ کھانا کھا چکا تو پوچھا کہ آپ کو کیا ہے ساری حقیقت بتائی۔تو رئیس پٹھان نے تمام کہانی سنائی عرصہ تین ماہ سے مجھے دل کی تکلیف ہے' بیرون ملک سے علاج کرا رہا ہوں تو مسافر نے اجوائن اور چینی منگوا کر ایک خوراک تیار کی اور کہا کہ مریض کے کپڑے اتار کر سرسوں کے تیل کی مالش سارے بدن پر خوب کریں جب مالش ہو چکی تو ان کو ایک خوراک نوش کرا دیں۔تو اس رئیس آدمی جو کہ مریض تھا اس نے نوکر کو حکم دیا کہ اس حکیم کو کمرے میں بند کر دیں اور کہا کہ مجھے اگر کچھ ہوگیا تو اس کو گولی مار دینا۔مریض کو دوائی پینے سے درد کا آرام آ گیا گھبراہٹ رفتہ رفتہ ختم ہونے لگی اور ایک گھنٹہ کے بعد نوکروں کو حکم دیا کہ حکیم صاحب کو کمرہ سے نکال کر میرے پاس لاؤ۔حکیم سے وہ رئیس کہنے لگے میں معافی چاہتا ہوں جب حکیم صاحب راضی ہوگئے تو ان سے پوچھا کتنے دن یہ دوائی اور لینی ہے حکیم نے کہا کہ 8 خوراک ایسی اور 16 دن لینی ہے انہوں نے حکیم صاحب کو آٹھ دن اپنے پاس رہنے پر رضامند کرلیا اور وہ بالکل ٹھیک ہوگئے۔میرے دوست کہنے لگے یہ میرا مجرب نسخہ بلا جھجک استعمال کرائیں۔ وہ نسخہ درج ذیل ہے۔**ھوالشافی:** اجوائن دیسی 6 ماشہ، چینی 2 ماشہ، پانی 1 کلو۔(صفحہ 270)

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔(جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں' لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج — طبی مشورے

☆یہ بدہضمی ہے☆میرا رنگ کالا کیوں ہوتا ہے؟☆بڑھاپے کی کہانی☆لیکوریا نے پریشان

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

یہ بدہضمی ہے

مجھے بہت پرانی تبخیر معدہ کی شکایت ہے' جن دنوں یہ تکلیف شروع ہوئی تھی تو ایک ماہ تک مجھے معدے میں مسلسل درد رہا تھا پھر جب تکلیف شروع ہوئی تھی تو موشن اور الٹی بھی شروع ہوگئی' ساتھ ہی دل و دماغ پر گیس چڑھتی تھی او دورے والا حال ہوجاتا۔ اندر جسم میں گھبراہٹ اور زبان کھینچ جاتی اور دل پر دباؤ پیدا ہوجاتا تھا۔ کچھ حکیم صاحبان سے علاج کروایا فائدہ نہیں ہوا۔ آپ کے کالم پڑھ کر جوہر شفاء مدینہ استعمال کی اس کے بعد کافی عرصہ تک دل پر گیس کا اثر کم ہوگیا اب دو ماہ پہلے عمرہ کرنے گئی تو وہاں کھانے کے بعد ڈکار لگ گئے اور دماغ پر گیس کا ایسا اثر ہوا کہ غنودگی یا نیند سی آنے لگی۔ دل میں گھبراہٹ اور جسم میں بے چینی ہوگئی۔ پھر مجھے قے آگئی اور معدہ خالی ہوتے ہیں طبیعت بحال ہوگئی۔ اب پاکستان آ کر کیفیت یہ ہے کہ تھوڑا سا کھالوں تو پیٹ بھر جاتا ہے ذرا سا زیادہ کھانے کی کوشش کروں تو پیٹ پھول جاتا ہے۔ ہر وقت پیٹ میں گیس ہے' کبھی کبھی بدہضمی یا کھٹے ڈکار آتے ہیں۔ کم کھانے سے کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ پہلے بہت جلدی موشن یا قے ہوجاتی تھی اب کبھی کبھار ہوتا ہے۔ گرم چیزیں موافق نہیں آتیں' پیاس بڑھ جاتی ہے۔ دوسرا صبح سویرے ریشہ آتا ہے۔ سارا دن گلے میں پھنسا رہتا ہے۔ ایسی دوا بتائیں جو بھوک لگائے اور معدہ کام کرے' کم مرچ والی سادہ غذا کھانے کی کوشش کرتی ہوں۔ **(مسز کاشف' بہاولپور)**

مشورہ: یہ بدہضمی ہے' اس کا اصولی علاج ضروری ہے ورنہ یہ بیماری لگی رہے گی۔ بہتر ہوگا کہ کسی اچھے مقامی طبیب کی زیر نگرانی یہ علاج ہو۔ اس وقت ادارہ عبقری کا تیار شدہ ''اصلاح معدہ کورس'' تین سے پانچ ماہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ بکرے کا شوربا' پھلکا چپاتی غذا رکھیں۔ خاص طور پر روغنی بھنی' تلی چیزوں سے' دودھ کی بنی چیزوں سے چاول سے' بے آرامی سے پرہیز ضروری ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

میرا رنگ کالا کیوں ہوتا ہے؟

میری عمر پندرہ سال ہے اور میرا مسئلہ یہ ہے کہ گرمیوں میں میرا رنگ بہت کالا ہوجاتا ہے' حالانکہ میں پانی بہت پیتی ہوں لیکن پھر بھی میرا رنگ کالا سیاہ ہوجاتا ہے جبکہ سردیوں میں میرا رنگ کافی سفید ہوتا اور بہت خوبصورت ہوتی ہوں۔ گرمیوں میں رنگ کالا ہونے کی وجہ سے کہیں آنے جانے سے کتراتی ہوں۔ خدا کیلئے مجھے کوئی ایسا دیسی سستا اور اچھا نسخہ تجویز کریں جس سے میرا رنگ سردی اور گرمی میں ایک جیسا ہو۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے ذہنی ٹینشن بہت رہتی ہے۔ کوئی بھی بات برداشت نہیں کرسکتی۔ پڑھنے کا بہت شوق ہے لیکن جیسے ہی کتابیں اٹھاتی ہوں ذہن پڑھائی کی طرف ہونے کے بجائے ادھر ادھر کی باتوں میں گھومتا ہے اور رونا شروع کردیتی ہوں کیونکہ میرے ابو بھی فوت ہوچکے ہیں بولتی بہت زیادہ ہوں' اپنے پر کنٹرول کرنا چاہتی ہوں لیکن نہیں کرسکتی غصہ بہت زیادہ آتا ہے میں پانچ وقت نماز بھی پڑھتی ہوں۔ **(ساجدہ شفیق' لاہور)**

مشورہ: چار مغز' خشخاش' بادام کی سردائی بنا کر پئیں۔ سبزیوں کا استعمال جاری رکھیں۔ انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔ نماز کی پابندی لازمی کریں۔ اصلی شربت گلاب پانی میں ملا کر برف ڈال کر پی سکتی ہیں' مفید ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

لیکوریا نے پریشان کردیا

میری عمر 13 سال ہے۔ میرا مسئلہ لیکوریا کا ہے جس کی مجھے بہت زیادہ شکایت ہے۔ یہ مجھے بہت زیادہ ہوتا ہے اور میں بہت زیادہ پریشان ہوں۔ بہت مہربانی ہوگی اس کا کوئی حل بتائیں۔ اس کی وجہ سے میری آنکھوں کے گرد سیاہ نشان بھی ہیں اور کوئی اچھا اور سستا طریقہ علاج بتادیں۔ **(ج۔ا۔ لاہور)**

مشورہ: جامن کی پرانی گٹھلی کا مغز کوٹ چھان کر ایک ایک گرام صبح و شام پانی سے پھانک لیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

میرے دو مسئلے

میں اپنے دو مسئلے لے کر حاضر ہوئی ہوں پہلا مسئلہ بھوک کا ہے۔ ہمارے گھر میں اکثر کو بھوک نہیں لگتی ہے' کسی کا پیٹ خراب ہوجاتا ہے یا کسی کو معدے کی تکلیف ہوجاتی ہے' کوئی ایسا نسخہ بتائیں کہ بھوک بھی لگے اور کھانا بھی ہضم ہو۔ میرا دوسرا مسئلہ دوروں کی بیماری سے متعلق ہے مجھے اور میری بہن کو اکثر دورے پڑتے ہیں ان کا کوئی ٹائم یا دن مقرر نہیں ہے۔ بہن کو اکثر دورے پڑ رہے ہیں۔ کبھی ایک ایک مہینے کے اندر اور کبھی چھ مہینے بعد یہ بیماری ہمیں تقریباً 5 سال سے ہے اس وقت میری عمر تیس سال ہے۔ یہ بیماری اس سے پہلے ہمارے خاندان میں کسی کو نہیں تھی کبھی باتھ روم میں کچن میں یا کہیں بھی گرجاتی ہوں اور کچھ ہوش نہیں رہتا۔ جسم کو اور دماغ کو جھٹکے لگتے ہیں اور جب یہ کیفیت ختم ہوتی ہے تو ہوش نہیں رہتا سب کچھ بھول جاتی ہوں اور دماغ کام نہیں کرتا۔ گرنے کی وجہ سے اکثر چوٹیں بھی لگتی ہیں۔ حکمت میں اس کا علاج ہے تو ضرور بتائیں ہمارے جیسے کتنے مریضوں کا بھلا ہوجائے گا۔ **(فاطمہ' ملتان)**

مشورہ: ہاضمہ کیلئے غذا کے بعد ہاضم خاص کھا کر دیکھیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ دوسرے مسئلے کی تفصیل لکھیں اب تک کی تشخیص کیا ہے؟ کیا یہ مرگی ہے؟ زیر استعمال دواؤں کے نام لکھیں اگر یہ مرگی ہے تو پریشانی کی کوئی بات نہیں ہے کیونکہ اب یہ لاعلاج نہیں رہی۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بڑھاپے کی کہانی

میری عمر تقریباً 88 برس ہے۔ سب سے زیادہ تکلیف پیشاب کا بار بار آنا ہے یعنی پانچ' سات منٹ کے بعد پیشاب آتا ہے حالانکہ میں پانی کم سے کم پیتا ہوں اور وہ بھی آدھا کپ' اس طرح میری نمازوں میں بھی تکلیف ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ

ہروقت پیٹ میں ابھار سا رہتا ہے جس کی وجہ سے مجھے قطعاً بھوک نہیں لگتی۔ میں نے پہلے تو انگریزی دوائی پھر دیسی دوائی استعمال کرنا شروع کی اور آج کل دن میں دو مرتبہ اسپغول کھاتا ہوں۔ ظاہری طور پر میری صحت جو آج سے پچاس ساٹھ سال پہلے تھی وہی ہے۔ یعنی میرا وزن 135 سے 140 پونڈ تک ہی رہا ہے۔ (**محمد شفیق، راولپنڈی**)

مشورہ: پراسٹیٹ غدود چیک کروائیں' فی الحال آپ اکسیرالبدن اور جوہرشفاء مدینہ غذا کے بعد کھائیں۔ اسپغول بند کردیں۔ غذا میں بکرے کا گوشت' شوربا' گھر کا پھلکا چپاتی کھائیں۔ دس پندرہ دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ سبزیوں' پھلوں' چاول اور دہی دودھ کا استعمال نہ کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ہیپاٹائٹس بی

میں نے پانچ سال قبل ہیپاٹائٹس کا ٹیسٹ کروایا جو پوزیٹو آیا' جب سے اب تک میں نے ڈاکٹری اور روحانی علاج کروایا ہے لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ ہرایک نے یہی تسلی دی ہے کہ وائرس ختم ہوجائے گا لیکن بجائے کم ہونے کے یہ مرض مزید بڑھ گیا ہے۔ میرے لیے کوئی ایسا علاج موجود ہے جس سے میرا وائرس نیگیٹیو ہوجائے۔ میں اپنی تمام رپورٹوں کی کاپیاں جوابی لفافے کے ساتھ بھجوا رہا ہوں۔ (**شکیل، گجرات**)

مشورہ: مناسب ہے کہ آپ عبقری کے دفتر سے ہیپاٹائٹس نجات سیرپ 10 بوتلیں استعمال کریں۔ کچھ عرصہ استعمال کے بعد ہمیں دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

دوائیاں کھا کھا کر اکتا گیا ہوں

میری عمر 18 سال ہے۔ میری صحت گر گئی' بہت کمزوری پیدا ہوگئی ہے' یوں سمجھ لیں کہ بڑھاپے کی بیماریاں چمٹ گئی ہیں۔ بچپن میں تو ٹھیک تھا مگر پھر غلط کاریوں میں بھٹک گیا۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں چار سال سے اونچا سنتا ہوں' کانوں کے ڈاکٹروں کو دکھایا' ٹیسٹ کروائے' کہنے لگے کانوں کی نالیاں کمزور ہیں اچھی خوراک کھائیں اور بھی کئی مسئلے ہیں۔ مثلاً گال پچکے ہیں' چہرے پر چھائیاں ہیں ڈاڑھی مونچھیں بھی نہیں۔ دوائیاں کھا کھا کر اکتا گیا ہوں۔ (**عرفان، کراچی**)

مشورہ: سب سے پہلے تو ماضی کی ان باتوں کو بھول جائیں' توبہ کرلیں بس کافی ہے کہ اصل علاج توبہ ہی ہے۔ اب اس کے بعد اصولی علاج یہ ہے کہ غذا اچھی کھائیں' خاص طور پر بکرے کا گوشت' پرند چرند' دیسی انڈے کی زردی' بادام' کشمش' شہد' انگور مفید ہیں۔ غذا دیسی گھی میں پکائیں۔ اکسیرالبدن چند ماہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ مگر خیال رہے کہ ہاضمہ خراب ہے یا نزلہ زکام ہے تو پہلے علاج کریں' دوبارہ حال لکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ہروقت پریشانی

میرے تین بچے ہیں عمریں 7 سال' 5 سال اور 2 سال ہیں ایک بچہ کو بخار ہے' دوسرے کو کھانسی ہے اور چھوٹا بچہ دانت نکال رہا ہے' ہروقت کی پریشانی بچے الگ ستاتے ہیں' میں غریب عورت ہوں' ان کیلئے کوئی سستا سا نسخہ تجویز کریں۔ (**صدف، شیخوپورہ**)

بہن! بچے اللہ کی نعمت ہیں' ان کی تکلیفوں پر کڑھنے کی بجائے ان کی صحت کیلئے دعا کریں' فجر کی نماز پڑھ کر ایک تسبیح یَاشَافِی یَاکَافِی پڑھا کریں۔ ایک دوا کا نسخہ بھی حاضر ہے۔ سہاگہ لے کر توے پر رکھ کر اسے بریاں کریں اور باریک پیس لیں' بخار میں صبح شام' دو دو رتی ایک چمچ شہد ملا کر دیں۔ کھانسی میں ایک ایک رتی شہد ملا کر دیں۔ چھوٹے بچے کو اپنے دودھ کے ساتھ آدھی رتی صبح و شام دیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

عبقری قارئین کیلئے گھریلو ٹوٹکہ

گھروں میں عام طور پر کمروں کے اندر' باہر دیواروں پر چھپکلیاں بہت ہوتی ہیں' بعض دفعہ کھانے کی چیزوں میں گر کر یا کسی اور طریقے سے نقصان کا باعث بنتی ہیں لہٰذا انہیں گھر سے بھگانے کیلئے بالکل آسان نسخہ حاضر خدمت ہے۔ انڈے لیکر تھوڑا سا سوراخ کرکے بالکل خالی کرلیں جہاں چھپکلیاں زیادہ تر بیٹھتی ہوں وہاں کیل ٹھونک کر خالی انڈے کے خول لٹکا دیں۔ انشاء اللہ وہاں سے چھپکلیاں بھاگ جائیں گی۔ (**شاہد احمد شہزاد' کوٹ لکھپت لاہور**)

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

ملتان	کلینک	بروزاتو6 مئی
پشاور	کلینک	بروزاتو2 مئی
راولپنڈی	کلینک	بروزاتو3 جون
گوجرانوالہ	کلینک	بروزاتو7 جون
بوریوالہ	کلینک	بروزاتواریکم جولائی
منڈی بہاؤالدین	کلینک	بروزاتو5 جولائی
میانوالی	کلینک	بروزاتو9 اگست

ضروری نوٹ

حکیم صاحب حسب سابق ہرشہر میں ہرمریض کو انفرادی وقت دینگے اور مستقل کلینک کریں گے۔ ہرشخص کی چاہت ہوتی ہے کہ حکیم صاحب اس سے ذاتی ملاقات کریں لہٰذا روحانی وجسمانی لیکچرز کی ترتیب کو ختم کرکے سابقہ کلینک کی ترتیب بحال کی جاتی ہے۔ فیصل آباد' اٹک اور بہاولپور میں لیکچرز ہوئے لہٰذا ان شہروں کو انفرادی ملاقات کیلئے پھر سے کلینک کا جلد وقت دیا جائیگا۔ **سابقہ تکلیف کی معذرت!**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بن' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرو[د]' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہری[ڑ]' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑ[و]' انگور' ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

خاص نمبر

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

قسط نمبر 32

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں
قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اور اس عمل کو دہراتا رہ اور مسلسل دہراتا رہ اور اپنے مقصد کا تصور کرتا رہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کو دہرا کہ تیرے اندر ایک وجدان کی کیفیت پیدا ہوجائے اور تو اللہ کی محبت میں غرق ہوجائے......اللہ کے نام میں ڈوب جائے اور مسلسل اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کو دہراتا رہ ......چاہے جتنی دیر لگ جائے......پھر کوئی سورۃ ملا کر رکعت پوری کر۔ سجدہ کر پھر دوسری رکعت میں جب اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ پر پہنچ تو پھر دہراتا رہ اور بہت زیادہ دہرا اپنے مطلوب اور اپنے مقصد کا بہت زیادہ تصور کر اور اپنے تصور کو مضبوط کرتا رہ......کرتا رہ......حتیٰ کہ تیرے دل کی اندر کی کیفیت متوجہ ہوجائے اور تیرا دل مان جائے کہ اللہ پاک نے میری چاہت کو پورا کر دیا اور پھر سلام کر کے خشوع وخضوع سے دعا کر......وہ بزرگ جن یہ بات کہہ رہے تھے اور ان کا بیٹا سن رہا تھا اور وہی بیٹا رو رو کر مجھ سے یہ بیان کر رہا تھا کہ میرے والد نے جاتے ہوئے مجھے یہ راز دیا یہ میں نے کسی کو نہیں بتایا آپ کو دیکھا نہیں تھا لیکن آپ کا نام سنا تھا ہماری قوم جنات آپ سے عقیدت رکھتی ہے اور آپ کے ہاں ملنے جاتی ہے آج آپ میرے والد کی فوتگی کے سلسلے میں بہت دور سے سفر کر کے آئے ہیں تو جو کچھ میرا والد مجھے دے گیا ہے وہ میں آپ کو دینا چاہتا ہوں۔ قارئین! آپ جانتے ہیں کہ جو کچھ میرا ہے وہ میں عبقری کے قارئین کو دے ہی دیا کرتا ہوں اور بہت قیمتی جواہرات لٹا رہا ہوں اور اس کی مستقل اجازت عام ہے یہ عمل بھی اور اس سے پہلے جتنے بھی عمل آپ کو عبقری میں دیئے ان کی مستقل اجازت ہے آپ میں سے ہر شخص کرسکتا ہے حتیٰ کہ یَاقَہَّارُ کا عمل اور اس کا نقش اور اس کا وظیفہ آپ لکھ بھی سکتے ہیں، کسی سے لکھوا بھی سکتے ہیں اسے اپنے گلے میں لٹکا بھی سکتے ہیں، اسے دھو کر پی بھی سکتے ہیں۔ اسے گھر میں لگا بھی سکتے ہیں۔ میں نے اس جوان کا شکریہ ادا کیا کہ اس نے اپنے والد مرحوم کا یہ تحفہ دیا۔

جنات کے سردار کی آمد

اس وقت قوم جنات میں سے کچھ بڑے میرے پاس آئے اور باادب کہنے لگے کہ یہاں بہت زیادہ جنات اکٹھے ہیں اور انکی چاہت اور خواہش ہے کہ آپ کچھ چیزیں ان کے سامنے بیان کر دیں ...... آپ انہیں کچھ بتائیں، انہیں سمجھائیں......ان کی خواہش کے پیش نظر میں نے ان کے سامنے کچھ چیزیں بیان کیں بہت لمبی دعا ہوئی۔ ہر طرف آہ وزاری اور استغفار وامین کی آوازیں تھیں، شور تھا کئی لوگوں نے اپنی سابقہ زندگی سے توبہ کی۔

جو عمل مجھے اس مرحوم جن کے بیٹے سے ملا تھا اور جو میں نے آپ کے سامنے پیش کیا ہے سورۂ فاتحہ کے اس عمل کو میں نے جب بھی خود آزمایا اور جس کو بھی دیا نہایت اکسیر بے خطا پایا۔ بہت کمال اور بہت برکت والا عمل ہے۔ عجیب اس کے کمالات ہیں عجیب اس کی برکات ہیں۔ ہر وہ چیز جو ناممکن ہو اس سے ممکن ہوجاتی ہے۔ ایسے ایسے واقعات سامنے آئے کہ انسان کی عقل دنگ رہ جاتی ہے کہ ایسا ہو بھی سکتا ہے؟؟ اور بعض اوقات انسان کہتا ہے کہ ایسا کبھی نہیں ہوگا لیکن جب عمل شروع کرتا ہے تو آنکھوں سے دیکھ لیتا ہے کہ ایسا ہوگیا ہے اور واقعی اللہ جل شانہٗ اس کی برکت سے ایسا کر دیتے ہیں بہت تیر بہدف عمل ہے بہت پرتاثیر عمل ہے اور اپنی طاقت اور تاثیر کے اعتبار سے بہت باکمال ہے۔

کبوتر کے ذریعے جادو

چلتے ہوئے میں پچھلی اپنی گفتگو میں یَاقَہَّارُ کے کمالات عرض کر چکا ہوں وہیں بیٹھے ایک جن نے جو کہ میرے ملکی اور ٹھٹھہ کے قبرستان میں ختم القرآن کے موقع پر موجود تھا مجھ سے کہنے لگے ابھی پچھلے تھوڑے عرصے پہلے کی بات ہے کہ میرے اوپر ایک طاقتور جن نے ایک جادو کر دیا اور جادو کیا تھا کہ ایک کبوتر بہت عرصہ اپنے پاس رکھا اس کے اوپر کچھ کالا منتر پڑھتا رہا، پڑھتا رہا اور کالے منتر اور گندے خون میں کچھ دانے بھگو کر وہ اس کو کھلاتا رہا اور باقاعدہ اس نے مجھے وہ منتر بتایا اور کہنے لگا کہ میں نے کسی اور عامل جن کے ذریعے اس منتر کا پتہ کرایا وہ دونوں ایک ہی استاد کے شاگرد ہیں جس نے مجھے یہ منتر بتایا وہ اب توبہ کر چکا ہے اور اس نے مجھے بتایا کہ وہ کیوں منتر پڑھتا ہے...... بہت عرصہ منتر پڑھنے کے بعد اس کو کالی چیزیں اور کالا دانا کھلانے کے بعد اس نے کبوتر پر بہت طاقتور جادو کیا اور جادو کرنے کے بعد اس کبوتر کو میری طرف چھوڑ دیا......میں نے دیکھا کہ ایک کبوتر ہے جس کے اوپر بہت طاقتور قسم کی عقاب نما چیزیں اڑ رہی ہیں لیکن وہ ان سے ڈر نہیں رہا لیکن وہ عقاب اور شاہین نما چیزیں اس کے تابع معلوم ہوتی ہیں جس طرف وہ جاتا ہے اس طرف جاتی ہیں اور ان عقاب نما چیزوں سے بجلیاں اور شرارے نکل رہے ہیں اور وہ ہمارے گھر کے اوپر منڈلا رہا ہے۔

وہ جن کہنے لگا (جو مجھے یہ واقعہ بیان کر رہا تھا) کہ میں نے اپنے بڑوں سے سنا ہے کہ جو جادو زدہ کبوتر اڑ رہا ہو اس کے ساتھ یہ نشانی ضرور ہوگی ورنہ ہر کبوتر جادو زدہ نہیں ہوتا۔ لہٰذا مجھے جب نظر آیا تو میں نے فوراً یَاقَہَّارُ پڑھنا شروع کر دیا اور میرے گھر والوں نے بھی پڑھ پڑھ کر اس کی طرف پھونکنا شروع کر دیا اور میں دیکھ رہا تھا کہ اس کو کوئی اثر نہیں ہو رہا میں حیران ہوا کہ یَاقَہَّارُ کے اندر تو بہت طاقت ہے۔ ایک دم میرے اندر آواز آئی کہ تیرے پڑھنے کی طاقت میں کمی ہے ورنہ یَاقَہَّارُ کا قہر جب جادوگر پر برسے گا تو اس کو برباد کر دے گا میں نے اس کو زیادہ پڑھنا شروع کیا، اور سانس روک روک کر پڑھنا شروع کیا۔

جب میں نے اس کو سانس روک روک کر پڑھنا شروع کیا تو

اس کی تاثیر واضح سامنے آئی اور وہ عقاب آہستہ آہستہ ہٹنا شروع ہوگیا اور کبوتر غوطے لگانا شروع ہوا مجھے یقین ہوگیا کہ یَاقَھَّارُ کے اندر بہت طاقت ہے میں یَاقَھَّارُ کو سانس روک کر پڑھتا اور اس پر پھونک دیتا پھر سانس روک لیتا اور سانس روک کر لاتعداد مرتبہ اس کو پڑھتا پڑھتا پڑھتا اور جب سانس ٹوٹتا تو میں اس پر پھونک دیتا آہستہ آہستہ وہ بلائیں ہٹنا شروع ہوئیں جن کے اوپر آگ برس رہی تھی حتیٰ کہ اکیلا کبوتر رہ گیا اور کبوتر کی پریشانی شروع ہوئی محسوس ہوتا تھا کہ وہ بھاگنا چاہتا ہے لیکن کوئی طاقت ہے جس نے اس کو اپنے نرغے میں لے رکھا ہے اور بھاگنے نہیں دے رہی۔ کہنے لگے اب میری ہمت اور بڑھ گئی سارے گھر والے اپنا جینا بھول گئے اور اسی کو پڑھنا شروع کر دیا حتیٰ کہ وہ کبوتر ہمارے درمیان آ کر بیٹھ گیا اور اس کبوتر کے پروں سے خون نکل رہا تھا میرے بیٹے نے بڑھ کر اس کو پکڑنا چاہا تو میں نے چیخ کر کہا اس کو ہاتھ مت لگانا' جادوزدہ کبوتر ہے ہم پڑھتے رہے...... پڑھتے رہے...... پڑھتے رہے......حتیٰ کہ وہ کبوتر مرگیا اور حیرت انگیز طور پر کبوتر کے مرتے ہی اس کو آگ لگی اور آگ اتنی تیز تھی کہ پل بھر کے اندر اس کبوتر کو اس نے راکھ بنایا اور راکھ ایک ہی پل کے اندر زمین کے اندر جذب ہوگئی اور اس کا نشان تک ختم ہوگیا۔

یَاقَھَّارُ اور جادوگر جن کی چیخیں

لیکن انوکھی بات یہ ہے کہ اس کی راکھ سے آگ کا ایک شعلہ اٹھا اور وہ آسمان کی طرف گیا اور اسی طرف گیا جس طرف سے کبوتر آیا تھا کہنے لگے کہ ہم بھی اسی طرف اس کے پیچھے بھاگے بہت دور جا کے جس شخص نے اس کو بھیجا تھا وہ اسی پر برسا اور اسی کے جسم کو جلا دیا اور اس کی چیخیں ہم سنتے واپس آئے۔ وہ جن بتانے لگے کہ مجھے یقین ہوگیا کہ یَاقَھَّارُ کے اندر یہ طاقت ہے جہاں وہ جادو کو کاٹتا ہے وہاں جادو کرنے والے کو ختم بھی کرتا ہے حتیٰ کہ جادو کرنے والے کو یہ نصیحت ملتی ہے کہ کسی کو بے وجہ تنگ نہیں کرنا چاہیے مسلمان کو تکلیف دینا اللہ نے حرام قرار دیا ہے اور کسی مسلمان کو تکلیف نہیں دینی چاہیے اور مجھے یقین ہوگیا۔ میں اس کا واقعہ سن کر حیران ہوا میں نے کہا جتنے بھی جنات بیٹھے ہیں ان سب کو سناؤ۔ اس نے کھڑے ہو کر ان لاکھوں کروڑوں جنات کو جو افریقہ کے تاریخی جنگل میں بیٹھے ہوئے تھے ان کیلئے یَاقَھَّارُ کی طاقت اور تاثیر انوکھی چیز تھی۔ کچھ واقعات یَاقَھَّارُ کے میں نے بھی سنائے۔ وہ سارے خاموشی سے سنتے رہے اور سب نے پوچھا کیا ہمیں اس کی اجازت ہے۔ میں نے ان سب کو اجازت دی لیکن اس کو ناجائز استعمال کرنے والے کا چونکہ نقصان ہوتا ہے۔ اس لیے میں نے ان کو بھی تاکید کی کہ اس کو ناجائز ہرگز استعمال نہ کرنا اور کسی پر ناجائز بالکل نہ پڑھنا۔ انہوں نے ہم سے وعدہ کیا کہ ہم بالکل اس کو ناجائز نہیں پڑھیں گے اسی دوران ایک اور مشاہدہ زیَاقَھَّارُ کے سلسلے میں مجھے ملا اور وہ بھی اچانک ملا۔ ایک صاحب مجھ سے کہنے لگے یعنی جن...... ہمارے ہاں ایک باباجی ہیں جو بہت بوڑھے ہوگئے ہیں آنکھوں سے معذور ہوگئے ہیں۔ وہ افریقہ کے بہت بڑے عامل اور جادوگر مانے جاتے ہیں جنات میں۔ میں ان کو بتاؤں گا یقیناً ان کے تجربے میں یَاقَھَّارُ کا کوئی عمل ضرور آیا ہوگا کیا اجازت ہے۔ میں نے کہا ٹھیک ہے ان کو بتادیں۔ ہماری روانگی ہوئی حسب معمول ہم اسی گدھ نما سواری پر بیٹھے اور ہماری واپسی ہوئی۔ میں گھر واپس آ گیا۔

افریقی ہیبت ناک جن کی آمد

چند دنوں کے بعد وہ افریقی جن اس بوڑھے بابے کو لیے ہوئے میرے پاس آ گیا۔ بابا کیا تھا کوئی ہیبت ناک پہاڑ تھا اور پراسرار قوتوں کا عظیم مالک اور انسان تھا۔ انسان سے مراد انسان نہیں...... وہ جن تھا جیسے محاورتاً کہتے ہیں۔ وہ واقعی پراسرار قوتوں کا مالک جن تھا۔ میں نے ان کی تواضع کی ان کی مخصوص خوراک دی۔ بابا بہت خوش ہوا کیونکہ میں نے بابے کو اس کی مخصوص خوراک گائے کا گوشت دیا۔ ساڑھے تین من گائے کا گوشت دیا۔ میرے دوست جنات اس خدمت پر معمور ہیں...... میں انہیں پیسے دیتا ہوں وہ قیمتاً گوشت لا کر دیتے ہیں یا وہ اپنی گائے خرید کر ذبح کرتے ہیں۔ بابے نے بڑی رغبت سے گوشت کھایا کہنے لگا اتنا اچھا گوشت افریقہ کی گائے کا نہیں ہوتا جو آپ کی گائے کا ہے اور بہت ہی زیادہ مسرور ہوا۔ اب ہم اپنے موضوع پر آئے اور وہ جن جو انہیں ساتھ لائے تھے وہ کہنے لگے جب آپ افریقہ آئے تھے اور آپ کے جانے کے بعد میں اس بابے کے پاس گیا اور آپ کا تذکرہ کیا کہ ایسے ایسے ایک درویش علامہ صاحب ہمارے پاس تشریف لائے تھے جن کے پاس بے شمار جنات یہاں سے بھی آتے جاتے ہیں انہوں نے یَاقَھَّارُ کے کچھ کمالات بتائے تھے تو ایک دم بابا چونک پڑا کہنے لگا اس بندے سے مجھے ملاؤ میرے پاس ایک عمل ہے جو راز کی شکل میں ہے میں اس بندے کو دینا چاہتا ہوں جس بندے نے سارے لاکھوں کروڑوں جنات کے مجمع کو یہ عمل بتایا ہے اور سب کا بھلا کیا ہے جو بھلا کرنا جانتا ہے اس کا بھلا میں کروں گا۔

اور میں اسے خود بتاؤں گا تمہیں نہیں بتاؤں گا۔ لہٰذا یہ جادوگر جن بابا آپ کی خدمت میں حاضر ہے آپ خود ان سے بات کرلیں۔ میں نے باباجی کا شکریہ ادا کیا اور ان سے عرض کیا وہ راز آپ مجھے ضرور بتائیں۔ جو یَاقَھَّارُ کے سلسلے میں آپ کی زندگی میں آیا ہے۔

ہیبت ناک جن اور انسانی عورتوں سے عشق

باباجی کہنے لگے بات کچھ اس طرح کہ میں ایک انسان عورت پر عاشق تھا میں نے زندگی میں بہت گناہ کیے ہیں۔ میں ہر خوبصورت عورت کو دیکھ کر اس پر دیوانہ اور عاشق ہوجاتا تھا اور ہر وہ عورت جس کے بال اور جسم کھلا ہوتا تھا' جوان ہوتی تھی۔ اور پھر بابے نے جو باتوں باتوں میں بات کہی جو میرے دل کو لگی کہ ہر وہ عورت جو کھلا جسم' کھلے بال برہنہ بدن' برہنہ لباس' نماز تسبیح کی جس کو توفیق نہیں۔ میں اس پر ضرور عاشق ہوتا تھا اور ہم سب جن اس پر عاشق ہوتے ہیں پھر ہم اس سے اپنے ازدواجی تعلقات زبردستی قائم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ پھر اس کے گھر میں ہم جھگڑے کرواتے ہیں' میاں بیوی میں ناچاقیاں کرواتے ہیں' اولاد کی نافرمانیاں پیدا کرتے ہیں' بیماریاں پیدا کرتے ہیں' نقصان کرواتے ہیں' ہر چیز خراب کرتے ہیں۔ ان کو الجھاتے ہیں تاکہ ان کو سکون نہ ملے اگر سکون ملے گا تو ہمارے کام کے قابل نہیں رہے گی اور ایسی لڑکیاں اور عورتیں وہ ہمارا تر نوالہ ہوتی ہیں......تو وہ جادوگر بابا کہنے لگا میں نے زندگی میں بہت گناہ کیے اور میرے پاس قرآن پاک کی ایک ایسی آیت ہے جس کو میں پڑھ کے جس پر پھونک مارتا تھا وہ عورت میری دیوانی ہوجاتی تھی اور اس نے وہ آیت قرآن پاک کی مجھے بتائی جو میں عام طور پر نہیں بتانا چاہتا کہ لوگ اس کو غلط استعمال کریں گے۔

ذہن اور حافظہ تیز کرنے کیلئے

786 بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پانی پر دم کر کے طلوع آفتاب کے وقت پیئے تو ذہن کھل جائیگا اور حافظہ قوی ہوجائے گا۔ ☆ سورۂ الم نشرح لکھ کر پانی میں گھول کر پلانا تحصیل علم کیلئے اور ان لوگوں کیلئے جو قرآن حفظ کر رہے ہوں ان کیلئے نہایت مفید ہے۔ انشاء اللہ ذہن تیز ہوجائیگا اور قرآن پاک جلد حفظ ہوجائیگا۔ ☆ جن لوگوں کا حافظہ بہت کمزور ہو وہ سات دن تک اس آیت کریمہ کو روٹی کے ٹکڑے پر لکھ کر کھالیا کریں۔ ابتدا ہفتہ سے کرے اور جمعہ کو ختم کردے۔ اللہ پاک حافظہ بہت بہتر کردیں گے اور چیزیں جلد یاد ہوجایا کریں گی۔ (**بندہ خدا'**

ہیبت ناک جن اور مسلمان بزرگ

پھر اس کو نصیحت ہوئی اور وہ نصیحت کیسے ہوئی؟ افریقہ کے غار کے اندر ایک مسلمان انسان بزرگ رہا کرتے تھے جو اپنی تسبیح پر ہر وقت صرف اور صرف اَللّٰہُ الصَّمَدْ پڑھتے تھے اور بہت اونچی آواز میں پڑھتے کہ پہاڑ بھی دہل جاتے تھے اور صرف اور صرف نماز کے اوقات میں باہر نکلتے اور چند انسان موجود ہوتے جو ان کی زیارت کیلئے آتے نماز کی جماعت کر کے وہ بزرگ پھر غار میں چلے جاتے۔ مختصر سا کھاتے پیتے ان کا جسم سوکھ کر کانٹا ہو گیا تھا۔ ایک دن میں ایک انسان عورت کو اٹھا کر وہاں سے گزر رہا تھا تو ان کے اَللّٰہُ الصَّمَدْ نے مجھے آگے نہ جانے دیا مجھ پر غشی سی طاری ہو گئی۔

اَللّٰہُ الصَّمَدْ نے مجھے دیوانہ کر دیا

آخر کار میں وہاں رک گیا' اس عورت کو میں نے وہاں بٹھا دیا وہ بیہوش تھی' میرا اس کے ساتھ حسب معمول گناہ کا ارادہ تھا لیکن اس بزرگ کے اَللّٰہُ الصَّمَدْ کے نعرے اور وجدان نے مجھے دیوانہ کر دیا میں اس کو سننے بیٹھ گیا جوں جوں سنتا جاتا تھا میرا دل ٹکڑے ٹکڑے ہوتا گیا۔ تین راتیں اور چار دن میں مسلسل اسی وجدان میں بیٹھا رہا اور اَللّٰہُ الصَّمَدْ سنتا رہا آخر مجھے ہوش آیا اور مجھے احساس ہوا کہ میں زندگی کی جن راہوں پر چل رہا ہوں وہ راہیں بہت غلط ہیں اللہ کے نام نے اللہ کے ذکر نے اور اللہ کے نام کی تسبیح نے میرے دل کی دنیا بدل دی' میری صبح و شام بدل گئے' میرے دن رات بدل گئے' میں انتظار کرنے لگا کہ اس بزرگ کو کیسے اپنا دل دکھاؤں' کیسے اپنے حال بیان کروں۔

پہلے سوچا کہ اس عورت کو واپس چھوڑ آؤں' مسلمان عورت انسان تھی' اس کو واپس اس کے گھر چھوڑ کر اس بزرگ کی غار کے پاس آ کر بیٹھ گیا۔

بزرگ کی نظر سے دنیا بدل گئی

ایک دن بزرگ عصر کی نماز کے بعد غار سے باہر نکلے اور مجھ پر نظر پڑی میں نے ان کی قدم بوسی کی۔ ہاتھ چومے پاؤں چومے۔ مجھ سے پوچھنے لگے کیسے آئے میں نے رو رو کر اپنی بات بیان کی۔ فرمانے لگے نماز کے بعد بات کریں گے۔ میں ایک طرف بیٹھ گیا میں نے نماز نہ پڑھی' حالانکہ میں آباؤ اجداد سے مسلمان ہوں لیکن غلط راہوں پر بہک گیا تھا۔ انہوں نے مجھے نماز کا بھی نہ کہا' نماز کے بعد وہ مجھے غار کے اندر لے گئے۔ ایک ٹوٹی چٹائی بچھی ہوئی تھی' ساتھ ایک پانی کا گھڑا پڑا ہوا تھا۔ اس پر مٹی کا پیالہ تھا اور ایک بہت بوسیدہ قرآن پاک ساتھ پڑا ہوا تھا اور دو کھانا کھانے کے لکڑی والے برتن تھے اور ایک سیاہ رنگ کی چادر تھی' بس اس کے علاوہ کچھ بھی نہیں تھا' اس غار میں اور میں نے دیکھا کہ غار میں ساتھ سانپ آ رہے تھے اور جا رہے تھے اور ان بزرگ سے ان کو کچھ خوف نہیں تھا' میں دیکھ رہا تھا کہ ان موٹے زہریلے سانپوں کا وہاں آنا جانا لگا ہوا تھا اور کچھ اور زہریلی چیزیں بھی تھیں' لیکن ان بزرگ کو ان سے کوئی خوف نہیں تھا۔ ان بزرگ نے ان سے کوئی اثر تک نہ لیا۔ میں ان کے سامنے رو کر اپنی گناہوں کی داستان بیان کرتا رہا کرتے کرتے آخر میں نے ان کے ہاتھ پر توبہ کی۔ ایمان کی تجدید کی ایمان کی تجدید کرنے کے بعد وہ مجھ سے فرمانے لگے دیکھ ایسا کر تو سارا دن یَاقَهَّارُ پڑھا کر۔ تیرے اوپر جادو ہے' اور تیرے اوپر شیطانی چیزوں کی سخت نظر بد ہے اور سخت اثرات ہیں۔ تو بس سارا دن یَاقَهَّارُ پڑھا کر میں نے ان سے عرض کیا حضرت آپ مجھے اَللّٰہُ الصَّمَدْ کی اجازت دیں۔ فرمایا نہیں۔ یہ اجازت ابھی میں نہیں دے سکتا تو یَاقَهَّارُ پڑھا کر۔ کہنے لگے میں نے یَاقَهَّارُ پڑھنا شروع کیا۔ اور یَاقَهَّارُ ایک دن کے اندر میں ہزاروں لاکھوں کی تعداد میں پڑھ لیتا تھا۔ بس اس دن کے بعد میری زندگی کے دن رات بدلنا شروع ہوئے۔ پھر میرے اوپر یَاقَهَّارُ کے کمالات کھلے کہ ساری کائنات کو جو بھی حفاظت کا سامان ملتا وہ یَاقَهَّارُ کی برکت سے ملتا ہے اور ساری کائنات پر جتنے بھی شرور' آفات' بلیات مختلف شکلوں میں ہٹتی ہیں وہ یَاقَهَّارُ کی وجہ سے ہٹتی ہیں۔ کہنے لگے یَاقَهَّارُ کے وہ کمالات آپ کو بتا سکتا ہوں آپ گمان نہیں کر سکتے۔

بابا جن کا بتایا آزمودہ عمل

پھر اس جادوگر جن نے وہ عمل بتایا جس عمل کو بتانے کیلئے وہ میرے پاس آئے تھے۔ کہنے لگے اگر گرمی ہے تو کچا برتن پرات یا کوئی لوہے کا تھال نما برتن لے کر۔ چار پائی پر بیٹھ کر اس میں اپنے پاؤں ڈبو لیں۔ پانی ٹھنڈا ہو اور اگر سردی ہو تو گرم پانی میں پاؤں ڈبو لیں پاؤں ڈبونا بہت ضروری ہے اور باوضو بیٹھ کر آپ گیارہ سو بار یَاقَهَّارُ پڑھیں اور تصور کریں جس جادو سے' جس گناہ سے' جس عیب سے' جس بدکاری سے' یا شراب اور جوئے اور نشے سے نجات آپ چاہتے ہیں یا کسی کو دلانا چاہتے ہیں۔ اپنے لیے بھی پڑھ سکتے ہیں کسی کا تصور کر کے بھی پڑھ سکتے ہیں۔ وہ پڑھنا شروع کر دیں۔ روزانہ ایک وقت مقرر ہو' قبلہ رخ بیٹھ کر' پانی روز بدلنا ہے' اس پانی کو گرا دیں۔ اس وظیفہ کو روز پڑھنا ہے' گیارہ دن' اکیس دن' اکہتر دن' اکانوے دن۔ آپ پڑھیں۔ صبح و شام پڑھنا چاہیں تو فائدہ زیادہ ہو گا ورنہ ایک وقت بھی پڑھ سکتے ہیں۔

آپ کا جادو' اثرات' بندش' کالی دنیا کالے اثرات' یہ سب کچھ ختم ہو جائے گا۔ کہنے لگے کہ میں جنات کو یہ چیزیں اکثر بتایا کرتا ہوں ایک جن میرے پاس آیا مجھ سے کہنے لگا کہ میرے اوپر کسی نے جادو کر کے میرے بدن کو سیاہ کر دیا ہے میں نے اسے یَاقَهَّارُ کا یہ پانی والا عمل بتایا اور سختی سے کہا کہ اس پانی کو استعمال نہیں کرنا اور نہ پانی کوئی گھر والا استعمال کرے۔ کیونکہ سارا جادو سر سے نکل کر پاؤں اور پاؤں سے نکل کر پانی میں چلا جاتا ہے اور اگر کوئی سخت بیمار ہے سخت مریض ہے کسی بھی مرض میں تو مبتلا ہے' وہ پانی میں پاؤں رکھ کر یَاقَهَّارُ کا عمل کرے اور ساری بیماری' سارے روگ ساری تکلیف جسم سے نکل کر پانی میں چلی جاتی ہے۔ جب وہ جسم سے نکل جاتی ہے تو اس پاؤں کو نالی میں یا کہیں پھینک دیں۔ ہر روز نیا پانی ہو۔ بعض لوگوں کے تو پانی کی رنگت تبدیلی ہوتی ہے اور یہ بھی واقعات بے شمار آئے ہیں۔ میں نے اس جادوگر جن کا شکریہ ادا کیا اس کی مزید خدمت کی' تحائف دیئے اس جادوگر نے بہت عجیب و غریب عمل دیئے ایک ایسا عمل بھی دیا کہ جس سے جو حجاب الابصار کا عمل دیا تھا بہت مختصر آسان سا عمل تھا۔ آپ سب کو دیکھ سکیں آپ کو کوئی نہ دیکھ سکے۔

کہنے لگے کہ اس عمل کو میں نے افریقہ کے بہت سے لوگوں کو دیا اور خود کرایا انہیں وہ اس عمل کی وجہ سے حج کر کے آ گئے۔

ڈینگی سے بچاؤ (شرطیہ آزمودہ قرآنی علاج)

جس کا ایلوپیتھی میں کوئی علاج نہیں ہے لیکن......!!!

قرآن پاک اور قدرتی پھلوں میں ہے شفاء اور بقاء......!!!

1۔ سورۂ انعام آیت نمبر 15, 16, 17 بمعہ اسم الٰہی دروازے پر لگا دیں۔ ☆ یَاحَیُّ یَاقَیُّومُ یَاوَلِیُّ یَاحَفِیْظُ' یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ۔ ان اسم الٰہی کے بعد سورۂ انعام کی آیتیں لکھیں۔

2۔ سورۂ رحمن اور سورۂ تغابن پانی پر دم کر کے دیں۔

3۔ سورۂ ابراہیم آیت 26 کو 676 مرتبہ پڑھ کر روز دعا مانگو۔

4۔ وٹامن سی والے پھل جیسے ایک انار' ایک سیب اس میں ایک

سواری میں خود جا کے بیٹھ گئے نہ ویزہ نہ ٹکٹ کچھ بھی نہیں۔ کوئی بحری جہاز کے ذریعے' کوئی ہوائی جہاز کے ذریعے' بہت سے غریب مفلس لوگ حج کر کے آئے۔

کہنے لگے کچھ لوگ تو ایسے ملے کہ کعبہ کا دروازہ کھلا اور وہ کعبے کے اندر چلے گئے اور ایک خوش قسمت نے مجھے بتایا کہ روضہ اطہر ﷺ پر جاروب کش ہیں جو کہ آقا ﷺ کے روضہ کے اندر سے جھاڑو دیتے ہیں وہ خواجہ سراء ہیں' ایک دن انہوں نے رات کی تنہائی میں کھولا میں مسجد نبوی ﷺ کے اندر رہ گیا میں اس کے اندر چلا گیا اور اس کے اندر کا اس نے نقشہ بتایا اور جو جلوے بتائے وہ بیان اور گمان سے بالاتر ہیں۔ میں نے ان جادوگر باباجی کا شکریہ ادا کیا اور میں نے چلتے ہوئے جو اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کا عمل میں نے پہلے بتایا تھا وہی عمل انہیں بھی بتایا کہ ہر رکعت میں اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کی تکرار کرنا ہے۔ بطور ہدیہ پیش کی' بہت خوش ہوئے۔ انہیں بہت پسند آئے۔ کہنے لگے کہ یہ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کے میرے تجربات تو ہیں لیکن اس ترتیب اور ترکیب کے اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کے تجربات مجھے پہلی دفعہ ملے ہیں۔ میں نے جس شخص کو بھی اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کا یہ عمل دیا ہے مجھے آج تک کوئی ایک شخص بھی ایسا نہیں ملا جس کو نفع اور فائدہ نہ ہوا ہو۔ ایسے ایسے لوگ بھی ملے ہیں جن کی زندگیوں میں وبال' بلائیں' پریشانیاں دکھ اور الجھنوں نے ڈیرے ڈال دیئے تھے۔

ایسی عورتوں نے کیے جن کے رشتے نہیں ہوتے تھے جن کے بال سفید ہو گئے تھے ایسی ماؤں نے کیے جن کی اولادیں نہیں ہوتی تھیں۔ بس اس کو مستقل کرتے رہنا ہے چند دن' چند ہفتے' چند مہینے کرتے رہتا ہے جب تک کامیابی نہیں ملتی۔ مقدمات میں کامیابی' مشکلات سے دوری' مسائل کا حل' غموں سے دوری' دکھوں سے دوری' زندگی کی ہر مشکل کو دور کرنے اور پریشانی کو دور کرنے کیلئے' اس سے بڑا وظیفہ شاید کہیں نہ ملا ہو۔ میری طرف سے تمام قارئین کو پھر اس کی اجازت ہے۔ اس کو جتنا کریں اتنا اس کا نفع پائیں گے اور جتنا کریں اتنا اس کا کمال پائیں گے۔ کبھی آئندہ آپ کو چند ایسے عبرتناک مشاہدات بھی بتاؤں گا کہ جنات کس طرح لوگوں کو بیمار کرتے ہیں اور بیماری میں ان کا کتنا دخل ہوتا ہے اور ان کی ترتیب کیا ہوتی ہے کبھی میں آپ کو جنات کے قبرستان کی سیر بھی کراؤں گا اور جنات کی خوراک بھی بتاؤں گا اور جنات کہاں دفن ہوتے ہیں' ان کی میتیں اٹھتی ہیں ان کے جنازے کیسے ہوتے ہیں کیونکہ بے شمار جنازے میں نے خود پڑھائے ہیں ان کی زندگی کیسے گزرتی ہے۔ ان کے دن رات کیسے ہوتے ہیں یہ ساری چیزیں انشاء اللہ کبھی میں آپ کو تفصیل سے بتاؤں گا۔

جوان جن کی علامہ صاحب کے پاس آمد

ابھی میں نے تھوڑا پہلے افریقی بوڑھے بابے کا تذکرہ کیا تھا جس کے بارے میں میں نے کہا تھا کہ وہ جن نہیں تھا کوئی ہیبت کا پہاڑ تھا اور پراسرار قوتوں کا مالک تھا اور جس کے بارے میں میں نے آپ کو بتایا کہ لوہے کے تھال میں پانی بھر کے اس میں پاؤں ڈبو کر عمل کیا تھا اور چلتے ہوئے میں نے انہیں ایک تحفہ بھی دیا۔ ابھی چند دن پہلے کی بات ہے کہ ان کی طرف سے مجھے ایک جن کے ذریعے ایک تحفہ کچھ کھانے پینے کی مٹھائیاں' کچھ میوہ جات تھے اور کچھ کپڑے اور لباس تھے۔ اور ایک خوبصورت سا کنگن بھی تھا جو کہ سردار جن اپنے ہاتھوں میں ڈالتے ہیں خیر میں نے وہ ڈالا تو نہیں رکھ ضرور لیا۔ اس جن کے ذریعے ان کا شکریہ ادا کیا۔ وہ جوان جن تھا میں نے اس سے اس کی عمر پوچھی وہ کہنے لگا کہ ایک سو ستاسی سال میری عمر ہے۔ وہ گفٹ لے کر آیا اس افریقی جادوگر جن کا میں نے اس سے اس کا حال احوال پوچھا کہ وہ کیا کرتا ہے؟ کہنے لگا میں کپڑے کا کام کرتا ہوں ہمارے جنات کے ہاں ریشمی کپڑا پہنا جاتا ہے اور اس میں شوخ رنگ زیادہ پسند کیے جاتے ہیں اور ایسا کپڑا جس کپڑے کے اوپر ہلکے پھول بنے ہوں میں اس کپڑے کا کام کرتا ہوں اور میں اس کو انسانوں میں بھی بیچتا ہوں اور جنات میں بھی۔

جوان جن کا جادو کے ذریعے کاروبار تباہ

میں نے اس سے پوچھا کہ وہ انسانوں میں کپڑا کیسے بیچتا ہے کہنے لگا کہ میں انسانی شکل دھار لیتا ہوں اور گاؤں اور دیہاتوں میں آواز دیکر کپڑا بیچتا ہوں میں چونکہ مسلمان جن ہوں اور اس لیے جھوٹ نہیں بولتا دھوکہ نہیں دیتا اور میرا کپڑا بہت بکتا ہے کہنے لگا گزشتہ چار سال پہلے کی بات ہے میرا کاروبار مندا ہو گیا...... حالات بہت خراب ہو گئے...... رزق بہت تنگ ہو گیا' جن کے میں نے دینے تھے وہ تقاضا کر رہے تھے اور جن سے میں نے لینے تھے وہ دے نہیں رہے تھے۔ چند انسانوں نے لیکن زیادہ جنات نے میرے پیسے دینے تھے میں بہت پریشان ہوا آخر تھک ہار کر مجھے کسی نے بتایا کہ افریقہ کے فلاں جنگل میں ایک بہت بڑا جادوگر جن رہتا ہے اس کے پاس جاؤ وہ تیرا کام کر دے گا۔

میں لوگوں سے پوچھتا پوچھتا افریقہ کے دور دراز جنگل میں گیا ایک بہت بڑا ہیبت ناک جن اپنے سامنے آگ کا ایک بہت بڑا آلاؤ جلائے بیٹھا تھا کچھ چھوٹے جنات بیٹھے تھے' جو اس میں تھوڑی دیر بعد صندل اور عود کی لکڑیاں ڈالتے تھے جس

ٹھنڈی مراد بڑی باکمال چیز ہے

صبور شریف کی مسجد کے امام صاحب عرصہ پانچ سال سے رات کی ناپاکی کے مرض کا شکار تھے بیماری اس حد تک تھی کہ سات سات دن مسلسل رات کو ناپاک ہو جاتے' جونہی کوئی گرم چیز کھالی بیماری میں اضافہ ہو جاتا' چہرے پر خشکی' آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے' سستی' چڑچڑاپن بہت زیادہ' چھوٹی چھوٹی بات پر بہت زیادہ غصہ آتا۔ بہت سے ڈاکٹروں سے علاج کروایا۔ مختلف حکیموں سے ادویات استعمال کیں مگر مایوسی ہوئی۔ میرے پاس تشریف لائے اور سارا احوال سنایا۔ میں نے ٹھنڈی مراد استعمال کروائی۔ ایک ہفتہ استعمال سے طبیعت بھی ہشاش بشاش ہو گئی' رات کی ناپاکی سے بالکل آرام آگیا۔ جوں جوں استعمال کی صحت بھی بہت بہتر ہو گئی اور حافظ صاحب تو حیران ہو گئے کہ بڑے بڑے ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کروایا فرق نہ پڑا۔ کہنے لگے ڈاکٹر صاحب آپ نے چند دن ٹھنڈی مراد استعمال کروائی اور اللہ کے فضل و کرم سے میں بالکل ٹھیک ہو گیا ہوں' یہ ٹھنڈی مراد بڑی باکمال چیز ہے۔

(ڈاکٹر غلام مصطفیٰ' گجرات)

سے بہت زیادہ خوشبو نکلتی تھی کیونکہ اس جادوگر جن کی غذا وہی خوشبو ہے میں نے اس کے سامنے جا کر فریاد کی کہ آپ مہربانی کریں اور آپ مجھے کوئی عمل بتائیں میرا کاروبار ٹھپ ہوگیا' رزق بند ہوگیا' زندگی مشکلات اور مسائل کا شکار ہوگئی...... ہروقت پریشانی ہے...... میں نے بہت سے لوگوں کا قرض دینا ہے اور بہت سے لوگوں سے لینا ہے یوں میں بہت مسائل اور مشکلات کا شکار ہوں۔ مجھے بہت دیر تک ٹکٹکی باندھ کر دیکھتے رہے دیکھتے دیکھتے آخر وہ کہنے لگے مجھے پتہ چل گیا ہے تیرے اوپر ایک جن نے جادو کیا ہے اور بتاؤں کیسے کیا ہے؟

جن نے جادو کیسے کیا؟

پھر مجھے انہوں نے ایک واقعہ سنایا اور واقعہ ایسے سنایا کہ ایک جگہ میں ایک جن کے ہاں کپڑا دینے گیا۔ انہوں نے مجھے باقاعدہ مکمل وہی نقشہ بتایا۔ اس نے مجھ سے کہا کہ رعایت کر اور ادھار بھی کر...... میں نے کہا نہ رعایت کروں گا نہ ادھار کروں گا اس نے پھر تقاضا کیا اور میں نے نفی کی۔ کیونکہ میں نے اسے پیسے زیادہ نہیں بتائے تھے اور ادھار میرا اصول نہیں اس لیے میں اپنی بات پر جما رہا۔ اس نے تجھ سے کپڑا نہ لیا اور ساتھ یہ بات بھی کہہ دی جا تیرا کپڑا بکے گا بھی نہیں۔ میں نے اس کی بات سنی ان سنی کی اور اپنا سفر جاری رکھا اس دن میرا کپڑا بک گیا۔ لیکن اس دن کے بعد میرے کاروبار میں زوال آنا شروع ہوگیا۔ میں نے کپڑے کا کاروبار کرنا چھوڑ دیا اور آٹے کا کاروبار کرنا شروع کردیا۔ پڑے پڑے میرے آٹے میں خودبخود کیڑے پڑ جاتے خراب ہوجاتا' بہت نقصان ہوجاتا اور آٹا اتنا کڑوا ہوجاتا کہ انسان تو انسان' جنات تو جنات' جانور بھی نہیں کھاتے تھے۔

میں بہت پریشان ہوا' یہ ساری باتیں مجھے اس جادوگر افریقی بابے نے بتائیں' کیا تیرے ساتھ ایسا ہوتا تھا؟ تیرا کپڑا نہیں بکتا تھا؟ تیرا آٹا پڑا پڑا خراب ہوجاتا تھا۔ کسی ایسی جگہ گیا تھا جس نے تجھے رعایت اور ادھار کا کہا تھا؟ میں نے کہا ہاں ایسے ہی ہے۔ انہوں نے کہا بس اس شخص نے تم پر جادو کیا ہے اور اس کا مقصد ہے کہ تو بھکاری بن جائے...... اور تیرے پاس کچھ بھی نہ بچے۔ لہٰذا اگر تو حصار سے نکلنا چاہتا ہے تو میرے پاس آ کے کچھ وقت گزار۔ میں تیرے اوپر اپنی روحانی نظر ڈالوں گا اور روحانی توجہ ڈالوں اور روحانی نظر اور روحانی توجہ سے تیرا جادو ختم ہوجائیگا اور اس کے بعد تجھے کچھ ایسا عمل بتاؤں گا جس سے تیری مشکلات ٹلیں گی' تیری پریشانیاں دور ہوں گی' تیرا روزگار بڑھے گا۔ میں تو ہر جگہ سے تنگ آچکا تھا میں نے کہا ٹھیک ہے میں ایسے ہی کروں گا میں اس کے پاس ٹھہر گیا۔ سارا دن اس کی سیوہ خدمت کرتا اس کی خدمت سب سے بڑی یہی تھی کہ صفائی کرنی ہوتی یا آگ کے آلاؤ کے اندر صندل اور عود کی لکڑی کو مسلسل جھونکنا پڑتا تاکہ ہروقت خوشبو رہے۔ وہ جن صرف افریقی گائے کا گوشت کھاتا اور بہت زیادہ کھاتا ہے اور تازہ خون پیتا ہے۔

چھوٹی سی آیت سے جن کی مشکلات کا خاتمہ

میں اس کیلئے وہ چیزیں دیتا رہا' وہ میری خدمت سے خوش ہوا' جی بھر کر میں نے خدمت کی۔ خوش ہونے کے بعد اس جن نے مجھے سورۃ الضحیٰ کی آیت وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى ''بس یہ دیا اور ساتھ یہ کہنے لگا کہ دیکھ اگر تو چاہتا ہے کہ میرے سب قرضے اتر جائیں اور جن لوگوں نے میرے قرضے دینے ہیں وہ بھی دے دیں۔ مالدار بن جاؤں' عزت دار بن جاؤں' بڑا بن جاؤں' باکمال بن جاؤں' زندگی کا ہر رخ میرے لیے مکمل ہوجائے اور ناموافق حالات میرے موافق ہوجائیں تو پھر وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى سورۃ الضحیٰ تیسویں پارے کی اس آیت کو سارا دن پڑھ اور مستقل پڑھ' اتنا اتنا پڑھ کہ روزانہ ہزاروں کی تعداد میں وضو بے وضو پڑھ۔ تو میرے پاس خدمت میں رہا اور خدمت کے صلے میں میں نے تیرے جادو کو ختم کیا اور خدمت کے صلے میں میں نے تیرے اوپر کے اثرات کو ختم کیا۔ بہت عرصہ خدمت سے میں خوش ہوں اور خوش ہو کر میں تیرے لیے اس آیت کو جس آیت کو میں نے پانے کیلئے اپنے گرو بہت بڑے جن کی کئی صدیاں خدمت کی' کچھ ماہ کی خدمت سے راضی ہو کر تجھے یہ آیت دے رہا ہوں لہٰذا تو یہ آیت پڑھ۔

میں خاموشی سے اس قاصد خوبصورت جوان جن کی باتیں سن رہا تھا۔ وہ ٹھنڈا سانس لے کر کہنے لگا میں نے آیت کو پڑھنا شروع کردیا پڑھتے پڑھتے پڑھتے............ میں ایسا دیوانہ ہوگیا کہ میں روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھ لیتا تھا اور دن رات مجھے اس آیت کے پڑھنے سے مزا آتا تھا۔ افریقی جادوگر بابے جن کی اجازت سے میں نے اپنے گھر والوں کو بھی یہ آیت پڑھنے کو دے دی حتیٰ کہ میرا بچہ بچہ پڑھنا شروع ہوگیا۔ میں نے محسوس کیا میری زندگی کی مشکلات حل ہونے لگیں' میرے مسائل حل ہونے لگے' پریشانیاں حل ہونے لگیں' رزق بڑھنے لگا' عزت بڑھنے لگی' شان و شوکت بڑھنے لگی' وہ لوگ جو میرے دشمن تھے میرے دوست بن گئے۔

پھر اس قاصد جن نے مجھے ایک انوکھی بات کہی کہ میرے بچے اور بچیوں کی شادیاں نہیں ہوتی تھیں وہ ہونا شروع ہوگئیں' وہ آٹا جس میں کیڑے پڑ جاتے تھے وہ ٹھیک ہوگیا۔ میرا کپڑے کا کاروبار چل پڑا' میرا آٹے کا کاروبار چل پڑا۔ اب میں ان کے ہاں کبھی کبھی ملنے جاتا ہوں تو چند ہفتے جا کر ٹھہرتا ہوں مجھے ان جنگل کے غاروں میں جہاں جادوگر جن بیٹھتا ہے بہت مزا اور سکون آتا ہے۔ اس دفعہ گیا تو انہوں نے کہا کہ پاکستان میں ہمارے ایک دوست ہیں علامہ لاہوتی پراسراری ان کو یہ تحفے دے آؤ اور آپ کے بارے میں بہت کچھ بتایا کہ کروڑوں جنات آپ کے دوست ہیں اور آپ کے خیرخواہ ہیں اور آپ کی خدمت میں ہروقت رہتے ہیں انہوں نے کچھ آپ کے بارے میں ایسی باتیں بتائیں کہ خود مجھے آپ سے ملنے کا اشتیاق ہوگیا اور میں یہ تحائف لے کر آپ کے پاس پہنچا ہوں۔ میں نے اس قاصد جن سے پوچھا کہ افریقی جادوگر جن سے کوئی اور چیز پائی ہو تو بتاؤ۔ مجھ سے کہنے لگے کہ انہوں نے مجھے ایک دفعہ سامنے بٹھا کر ایک نصیحت کی تھی وہ نصیحت میں ضرور بتانا چاہوں گا۔

افریقی جادوگر جن کی نصیحت

میں نے پوچھا ضرور بتائیں۔ کہنے لگے کہ تو ایک بہت بڑا لمبا سفر کر کے میرے پاس آیا ہے اور لمبے سفر میں تو نے بہت مشقتیں اٹھائی ہیں میں چاہتا ہوں کہ تو یہاں سے کچھ حاصل کر کے جائے۔ اور اگر تو چاہتا ہے کہ تجھے زندگی میں کبھی پریشانی نہ ہوں' کوئی دکھ نہ ہو' کوئی مشکل تیرے قریب نہ آئے مسائل سدا تیرے حل رہیں' پریشانیاں سدا تجھ سے دور رہیں تو بس یہی آیت جو میں نے تجھے بتائی ہے اسی کو پڑھتا رہ کبھی بھی اس وظیفے کو کسی دوسرے وظیفے میں تبدیل نہ کرنا۔

مرحوم والدین کیلئے تحفہ

شب جمعہ یا جمعہ کے دن دو رکعت نوافل والدین کی نیت سے ادا کریں۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی پڑھیں اور دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں۔ ان نوافل کا ثواب والدین کو بخش دیں۔ جن کے والدین فوت ہوچکے ہوں وہ اس عمل پر عمل کریں۔ انشاء اللہ ان کی آخرت بنے گی' قبر میں سکون ملے گا والدین اولاد کی ایسی نیکی سے خوش ہونگے' چاہے دونوں فوت ہوگئے ہوں یا ایک فوت ہوگیا ہو پورا پورا ثواب ملے گا۔ (ایک بندہ خدا' واہ کینٹ)

بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ ایک وظیفے کو چھوڑ کر دوسرے کو اور دوسرے کو چھوڑ کر تیسرے کی طرف توجہ مائل ہوجاتی ہے کبھی ایسا نہ کرنا بس ایک ہی وظیفے میں توجہ کرنا لہٰذا یہ نصیحت میرے لیے کسی قیمتی ہیرے سے کم نہیں۔ ویسے میں نے ان کی زندگی کو قریب سے دیکھا ہے وہ افریقی جادوگر جن بابا جب اللہ الصمد کا ذکر کرتا ہے ذکر جب اپنی انتہا تک پہنچتا ہے تو اس کے کانوں سے اس کی آنکھوں سے اس کی زبان سے اس کے بولوں سے شعلے نکلتے ہیں اور وہ شعلے اتنا اونچا جاتے ہیں بعض اوقات ساتھ کے درختوں میں آگ لگ جاتی ہے اور ہمیں ان کو بجھانا پڑتا ہے اور اگر غار میں بیٹھا ہو تو غار کے پتھر آگ کی گرمائش سے سرخ ہوجاتے ہیں۔

افریقی جادوگر جن بابے کو لفظ اللہ الصمد سے بہت عشق ہے لیکن انہوں نے مجھے اس کے پڑھنے سے منع کیا ہے اور مجھے صرف اور صرف وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى یہی آیت پڑھنے کو بتایا ہے۔ آج اللہ کا فضل ہے کہ اس آیت کی وجہ سے میری وہ پریشانیاں ٹل گئیں وہ مشکلات دور ہوگئیں زندگی کے وہ مسائل حل ہوگئے کہ میں سوچ نہیں سکتا۔ میں نے اس قاصد جن کو کچھ تحائف دیئے افریقی جادوگر جن تک ہدیہ کے بدلے ہدیہ کے طور پر اور چلتے ہوئے ایک پیغام دیا کہ میں کبھی آپ کے پاس آؤں گا۔ جب وہ قاصد جادوگر جن چلا گیا۔

اس آیت کے انسانوں پر کمالات

دوسرے دن میرے پاس ایک صاحب تشریف لائے۔ کہنے لگے ایک وقت ایسا تھا کہ لوگ مجھ سے مانگتے تھے آج وقت یہ ہے کہ میں لوگوں سے مانگتا ہوں دولت مجھ سے روٹھ گئی عزت میری پامال ہوگئی رزق مجھ سے چھن گیا عزت مجھ سے چھن گئی راحت اور برکت مجھ سے چھن گئی زندگی اور راحت ہر چیز مجھ سے دور ہوگئی پریشانیوں نے گھیر لیا ذاتی گھر بہت بڑا مجھ سے بک گیا قرضہ اب بھی نہیں اتر رہا۔ کسی نے مجھے سود کے قرضے پر لگا دیا نہ چاہتے ہوئے بھی سود کے قرضے پر چلا گیا...... زندگی نے مجھے پریشان کردیا اب تو زندگی کی بجائے میں موت کو ترجیح دیتا ہوں ہر قدم پر ناکامیاں ہر قدم پر مشکلات ہر قدم پر مسائل میرے ساتھی بن گئے ہیں۔ کیا کروں؟ بہت تھک گیا ہوں بہت مشکلات میں چلا گیا ہوں...... بہت پریشانیوں میں چلا گیا ہوں۔ باتیں کرتے کرتے وہ پھوٹ پھوٹ کر رو پڑا۔ میرے جی میں آیا کہ مجھے قاصد جن نے جو آیت دی تھی کیوں نہ اس کو بتا دوں میں نے اس کو کاغذ پر لکھ کر دیا کہ قرآن پاک کے تیسویں پارے کی آیت وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى پڑھا کر اور بہت زیادہ پڑھ توجہ سے دھیان سے مستقل مزاجی سے پڑھ اور چاہے تو اگر فائدہ زیادہ ہو تو ہزاروں لاکھوں کی تعداد میں پڑھ۔ قرآن پاک پڑھنے کا ثواب بھی ملے گا اور تیرے دکھ درد اور پریشانیاں اور مسائل بھی حل ہوجائیں گے اور تیری زندگی راحتوں میں تبدیل ہوجائے گی اور مسائل تجھ سے دور ہوجائیں گے۔ عزت کامیابیاں تیرے قریب آجائیں گی اور میں نے اس سے کہا کہ پڑھنے کے دو مہینے کے بعد مجھے آکر پھر مل۔

دو مہینے میں حالات کی تبدیلی

آپ یقین جانیے کہ جب وہ دو مہینے کے بعد واپس آیا تو اس کی زندگی ایک بہت بڑی ترقی کا راز بن چکی تھی۔ اس نے ایک عجیب قصہ سنایا وہ یہ سنایا کہ اس کے پڑھنے سے میرے ساتھ جو سب سے پہلا واقعہ ہوا وہ یہ ہوا کہ ابھی پڑھتے ہوئے سترہ دن ہوئے تھے اور میں روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھ رہا تھا کسی نے میرا دروازہ کھٹکھٹایا کہ آج سے اٹھارہ انیس سال پہلے کا ایک دوست تھا جو بیرون ملک چلا گیا تھا اور لوٹ کر نہیں آیا تھا دیکھتے ہی اس کو پہچان لیا خوشی سے ملا گھر بٹھایا جو گھر میں تھا اسے کھلایا پلایا...... آنے کی وجہ پوچھی...... خیریت سے آئے؟ کہنے لگے کہ آج سے انیس سال پہلے میرے حالات بہت خراب تھے تنگدستی غربت اور فاقوں نے گھیر لیا تھا اور آپ نے میری مدد کی تھی آپ کو یاد تو ہوگا۔

مجھے اس کی بات سے کچھ یاد تو آیا لیکن یہ یاد نہ آیا کہ کتنی رقم تھی اور اس وقت میرے پاس مال و دولت اور پیسے کی ریل پیل اتنی تھی کہ میں لوگوں کی ہزاروں کی مدد کردیا کرتا تھا لیکن مجھے پتہ نہیں چلتا تھا۔ میں نے کہا ہاں کی تو تھی لیکن مجھے یاد نہیں۔ کہنے لگا تمہیں یاد نہ ہو لیکن دکھی وقت میں تم نے میرا ساتھ دیا تھا۔ آج مجھے اللہ نے مالا مال کردیا۔ پاؤنڈ ہر وقت لاکھوں کی تعداد میں میرے پاس رہتے ہیں اور انکی مقدار بڑھتی چلی جارہی ہے۔ میں نے ایک دفعہ سوچا میں اتنا جو مالدار ہوا ہوں وہ آپ کی مدد سے ہوا ہوں۔ یہ سوچیں کبھی آتی تھیں کبھی چلی جاتی تھیں۔ یہ بات تو جی میں تھی کہ آپ کے پیسے آپ کو لوٹانے ہیں لیکن زیادہ نہیں تھی۔ ابھی تقریباً ہفتہ ڈیڑھ سے یہ جذبہ کچھ زیادہ بھڑک اٹھا ہے اور میرے اندر بے چینی بڑھتی چلی گئی اور میرے جی میں آیا کیوں نہ میں آپ کو آپ کی رقم لوٹاؤں اور یہ کہتے ہوئے اپنی جیب سے تین لاکھ روپے نکالے اور کہنے لگے یہ وہ رقم ہے جو آپ نے مجھے دی تھی یہ میں آپ کی لوٹانے آیا ہوں لیکن ایک بات اور بھی ہے اگر آپ ایک بات مان لیں تو میں کچھ اپنی طرف سے تحفہ دینے آیا ہوں کیونکہ مجھے اچھا نہیں لگ رہا کہ میں آپ کو آپ کی رقم لوٹاؤں اسے میرے طرف سے سود نہ سمجھئے گا میری طرف سے تحفہ ہے اور تین لاکھ مزید میرے سامنے رکھ دیئے۔

میں اچانک اتنے پیسے دیکھ کر حیران ہوا۔ رقم میرے مطابق اس وقت بہت زیادہ تھی میں نے زندگی میں لاکھوں کروڑوں دیکھے تھے میں نے ان سے کہا تین لاکھ تو مجھے یاد نہیں آپ کے مطابق میں لے لیتا ہوں لیکن یہ دوسرے تین لاکھ میں نہیں لیتا اس نے کہا دیکھو آپ کا جذبہ تو منافع لینے کا ہے نہیں میرا جذبہ منافع دینے کا ہے نہیں۔ میں آپ کو تحفہ دے رہا ہوں دوست دوست کو تحفہ دیتا ہے اور گفٹ کی نیت کر کے دے رہا ہوں جب اس نے زیادہ اصرار کیا تو میں نے وہ رکھ

ڈینگی وائرس کا مجرب نسخہ

آج کل ہیضہ اور ملیریا یا بخار یا ڈینگی وائرس کا علاج درج کرنا ہوا اور امید کرتا ہوں کہ حکماء حضرات یا عوام الناس دوائی بنا کر فی سبیل اللہ دیں گے اور دعائیں لیں گے۔ ملیریا یا بخار ڈینگی وائرس بخار منہ کڑوا سردی لگنا میں از حد مفید و مجرب ہے صرف 4 خوراک میں انشاء اللہ بخار ختم۔

ھوالشافی: چینی پاؤڈر ڈیڑھ پاؤ شیر مدار ایک تولہ کو متواتر 3 گھنٹے خوب زور دار ہاتھوں سے کھرل کریں دوا تیار ہے۔ معمولی سمجھ کر نظر انداز ہرگز نہ کریں۔ 5 رتی صبح و شام ہمراہ دودھ نیم گرم یا چائے یا قہوہ۔

قہوہ: اجوائن دیسی پانچ ماشہ گلو خشک پانچ ماشہ سے دیں یا پھر آب تازہ سے دیں از مفید مجرب ہے۔ بڑوں کو ایک ماشہ تک دے سکتے ہیں۔ (حکیم محمد سلیم دنیاپور)

لیا اور مزید اس نے اپنا نمبر دے دیا کہ گھر کے حالات بتا رہے ہیں کہ آپ گھر پر توجہ نہیں دے رہے اور اگر کوئی اور کام ہو تو مجھے بتایئے میں صرف پانچ دن کیلئے اپنے ملک میں آیا ہوں پھر واپس انگلینڈ چلا جاؤں گا۔ وہ شخص رو رہا تھا اس سے پہلے اس کے آنسو غم کے تھے‘ دکھ کے تھے اب وہ خوشی کے آنسو تھے اور مجھے کہنے لگا وہ چھ لاکھ سے میں نے پھر سے اپنا کاروبار شروع کیا۔ اس کے بقول میرے پیسوں میں برکت تھی یا نہیں تھی......؟؟؟ مجھے کچھ خبر نہیں۔ مجھے تو اس کے پیسوں میں برکت نظر آئی۔ مجھے کہنے لگا کہ آپ نے مجھے یہ آیت بتائی کتنا بڑا تحفہ ہے کیا میں کسی اور کو بتا سکتا ہوں بہت سے دکھی لوگ ایسے ہیں جو میرے سامنے آتے ہیں آپ یقین جانیے میں اس کی باتیں سن رہا تھا اور ہیبت ناک افریقی جادوگر جس کے ساتھ میں نے دعوت کھائی تھی اس کے قاصد کے ہدیے اس کے قاصد کی کہانی اور اس کے قاصد کا وہ سارا عمل جو مجھے دے کر گیا تھا مجھے یاد آ رہا تھا اور میں سوچنے لگا اتنا طاقتور عمل اتنا فوری اثر عمل کہ ابھی اس نے صرف چند ماہ ہی اس کو پڑھا کہ یہ نتائج نکلے میں نے اس سے کہا ہاں آپ کو اجازت ہے آپ جس کو دینا چاہیں دے دیں۔

مزید حیرت انگیز کمالات و برکات

وہ صاحب چلے گئے میرے پاس دو ماہ کے بعد یا سوا دو ماہ کے بعد پھر آئے اور پھر آئے تو اس دفعہ اس سے کہیں زیادہ خوش تھے۔ میں نے پوچھا کیا بات ہے؟ کہنے لگے میں نے جس جس کو بتایا اللہ پاک نے اس کیلئے رحمت کے‘ برکت کے‘ شفاء کے‘ عطا کے دروازے کھول دیئے‘ اس کی زندگی میں رزق میں برکت‘ اس کی زندگی میں راحت ہوئی اس کے رزق میں راحت ہوئی‘ اسے شفاء ملی‘ اسے عطا ملی۔ خاص طور پر جن لوگوں کی مالی مشکلات‘ مالی پریشانیاں‘ رزق کی مشکلات‘ رزق کی پریشانیاں تھیں ایسی دور ہوئیں کہ وہ خود حیران تھے۔ میں نے کہا ہاں......! آپ پہلے شخص تھے جن کو میں نے یہ عمل دیا تھا اور آپ کے بعد یہ عمل میں نے کئی لوگوں کو دیا جس جس کو دیا اس نے دن رات ایک کر دیا اللہ پاک نے اس کیلئے غیبی رزق کے دروازے اور غیبی رزق کے خزانے کھول دیئے شفاء کے دروازے‘ رزق کے دروازے‘ برکت کے دروازے‘ عطا کے دروازے‘ وسعت کے دروازے ایسے کھولے کہ وہ خود حیران ہوئے۔

قارئین! اس قاصد جن کا عمل میں آپ سب کو تحفہ دیتا ہوں میری طرف سے اس کی سب کو اجازت ہے اور یہ بھی ساتھ اجازت ہے کہ آپ کسی اور کو بھی دے سکتے ہیں بس بات خلوص کی ہے اور سچی طلب اور تڑپ کی ہے۔ کہ جتنا خلوص للّٰہیت سے اور جتنا سچی تڑپ سے پڑھے گا اتنا پائے گا۔ میرے پاس ایک نہیں‘ دو نہیں‘ دس نہیں‘ بیس نہیں‘ سو نہیں بے شمار داستانیں ایسی ہیں جو لوگ اپنی زندگی کی بازی ہار چکے ہیں‘ جن کی بیٹیوں کے سر میں چاندی آ گئی تھی‘ ہاتھ پیلے نہیں ہو رہے تھے کہ کہاں سے لے آئیں۔ رزق نے تنگی کی انتہا کر دی تھی‘ دنیا کا سارا نظام ان کا مخالف بن گیا تھا‘ بے شمار مسائل ان کے کھڑے ہو گئے تھے جب بھی انہوں نے وَلَسَوْفَ یُعْطِیْکَ رَبُّکَ فَتَرْضٰی کا عمل پڑھا رحمت کے دروازے کھل گئے‘ برکت کے دروازے کھل گئے عطاؤں کے دروازے کھل گئے غیبی نظام ان کے موافق ہو گیا۔

بوڑھی طوائف کی درد بھری داستان

میرے پاس ایک طوائف آئی بوڑھی طوائف تھی‘ ساری زندگی گناہوں میں گزاری‘ میرا تجربہ ہے کہ بوڑھی طوائف اور بوڑھا پہلوان بہت کسمپرسی کی زندگی گزارتا ہے۔ پہلوان کا جسم بھاری ہو چکا ہوتا ہے اس کو کوئی سہارا نہیں دے سکتا اور ساری زندگی کی چوٹیں بڑھاپے میں ظاہر ہوتی ہیں اور طوائف کا حسن اور جوانی سب لٹ چکا ہوتا ہے اب وہ زندگی اور معاشرے میں بوجھ ہوتی ہے۔ مجھ سے رو رو کر اپنی داستان بیان کر رہی تھی کہ وہ لوگ جو مجھے دیکھنے کو ترستے تھے...... میری مسکراہٹ پر سینکڑوں نچھاور کر دیتے تھے‘ آج نظر نہیں آتے‘ آج میرے آنسوؤں پر ان کو ترس نہیں آتا۔ مجھے ایک بزرگ کی بات یاد ہے جب میری عمر انیس سال تھی مجھ سے کہا بیٹا اس پیشے کو چھوڑ دے لاکھوں آئیں گے بچے گا کچھ نہیں۔ اس وقت جوانی کے نشے میں میں نے ان کی باتوں پر توجہ نہ دی‘ لیکن آج بڑھاپے کی غربت اور زوال نے مجھے وہ باتیں یاد دلا دیں۔ لیکن وہ وقت میں کہاں سے کھینچ کر لے آؤں وہ وقت میں کھو بیٹھی‘ زندگی کے وہ لمحات میں کھو بیٹھی۔ میں کہاں سے وقت لے آؤں۔ لہٰذا میں تھک چکی ہوں‘ میں نے پوچھا آپ قرآن پڑھ سکتی ہیں کہا میں نہیں پڑھ سکتی‘ میں نے کہا اگر میں آپ کو کوئی لفظ یاد کرانا چاہوں تو یاد کر لیں گی۔ کہنی لگی بڑھاپا ہے اب کوئی چیز یاد نہیں ہوتی۔ میں نے کہا اس کے بغیر گزارا نہیں آپ کو کچھ نہ کچھ کرنا پڑے گا میں خود آپ کیلئے کروں گا آپ کی امداد بھی کروں گا لیکن ایک سبق میرا یاد رکھیے گا ساری دنیا نے آپ کو دیا لیکن آپ کی کوئی ضرورت پوری نہ ہوئی...... ساری دنیا آپ کو دینے پر آ جائے لیکن اللہ کے خزانوں میں سے آپ کو نہ ملے آپ کو کوئی دے نہیں سکتا۔ میں نے یہ آیت انہیں لکھ کر دے دی۔ چند بار دہرائی ٹوٹی پھوٹی ان کی زبان پر آ گئی۔ میں نے کہا یہ آیت آپ یاد کر لیں اور اس کو سارا دن پڑھنا شروع کر دیں اور مسلسل پڑھتی رہیں اتنا پڑھیں کہ اللہ کو ترس آ جائے۔ رو کر مجھ سے کہنی لگی مجھ بدکار کی دعائیں بھی قبول ہوتی ہیں؟ تو میں نے اس سے کہا اللہ کے سارے صفاتی ناموں میں جو نام کریم ہے ایسا نام ہے جو سب کی سنتا ہے...... سب کو دیتا ہے اور جب کریم دینے پر آتا ہے اور اس کی موج رحمت متوجہ ہوتی ہے پھر بدکار اور نیک کو نہیں دیکھتا پھر دے دیتا ہے۔ میں نے اسے تسلی دی اور کہا کہ یہ ضرور کریں۔ بوڑھی طوائف اپنے دوپٹے کے دامن سے اپنے آنسو صاف کر رہی تھی اور اس کے آنسو ٹپ ٹپ گر رہے تھے کہ کئی کئی دن میرے پاس کھانے کو نہیں ہوتا‘ میرے کپڑے کوئی نہیں دھوتا۔ وہ کیا دن تھے کہ میں دن میں تین پوشاکیں تبدیل کرتی تھی‘ سولہ سولہ جوڑے میری جوتیوں کے ہوتے تھے‘ ساٹھ ستر سوٹ میرے پہننے کے ہوتے تھے‘ دو خادمائیں تھیں‘ ہر وقت مال چیزوں کی ریل پیل ہوتی تھی‘ مال چیزیں ایسی ہوتی تھیں کہ پڑی پڑی خراب ہو جاتیں اب تو باسی بھی نہیں ملتی‘ میں نے انہیں تسلی دی کہ کوئی حرج نہیں پریشان نہ ہوں‘ بس یہ آیت پڑھیں اور کوشش کریں کہ کسی طرح یاد کر لیں۔ کہنی لگی میں نے شروع میں ایک چھوٹا سا قاعدہ پڑھا تھا پھر زندگی کی رعنائیوں میں کھو گئی اب وہ بچپن کا پڑھا ہوا قاعدہ کے کچھ لفظ مجھے یاد آ رہے ہیں۔ اس کو تسلیاں دے کر میں نے روانہ کیا۔

کچھ دن بعد مجھے وہ طوائف بھول گئی‘ کچھ ہی عرصے کے بعد ایک خاتون کو دیکھا اس کے ساتھ دو خواتین اور بھی تھیں میرے سامنے آ کر بیٹھ گئی مجھے کہنی لگی آپ نے مجھے پہچانا نہیں میں نے کہا محسوس تو ہو رہا ہے کہ پہلے ملاقات ہوئی ہے‘ اس نے اپنا نام بتایا تو میں نے پہچان لیا یہ تو وہی طوائف ہے۔

بوڑھی طوائف کی حالت بدل گئی

لیکن اس وقت اس کی حالت بہت خستہ تھی اب تو بہت اچھی حالت ہے اس کی آنکھوں میں چمک تھی‘ اس کے بوڑھے چہرے پر رعنائی تھی‘ اس کے لباس میں تبدیلی تھی‘ اس کی آواز میں اعتماد تھا‘ اس کی زندگی کے اندر ایک عجیب کشش تھی۔ میں نے اس سے پوچھا کیا ہوا؟ کہنی لگی آپ سے وہ کاغذ کی چٹ لے کر گئی جس پر قرآن کی آیت لکھی تھی میں نے جا کر اسے اپنے سراہنے رکھ دیا کہ میں نے زندگی میں کبھی نماز نہیں پڑھی‘ کبھی قرآن نہیں پڑھا دو تین دن میں نے نہ پڑھا‘ تین دن کے بعد آپ خواب میں آئے اور آپ نے سختی سے کہا پڑھو پڑھنا آئے گا۔خواب کے بعد میں نے چٹ اٹھائی اور ٹوٹا پھوٹا پڑھنے کی کوشش کی لیکن نہ پڑھ سکی۔

قریب ہی ہمارے محلے میں ایک خاتون رہتی ہیں جو قرآن پڑھنا جانتی ہیں میں ان کے پاس چلی گئی میں نے کہا میں ایسے ایسے ایک درویش کی خدمت میں گئی تھی انہوں نے یہ پڑھنے کو بتایا تھا اگر مجھے یاد کرا دو۔ اس نے بہت خوش دلی سے مجھے وہ یاد کرایا۔ پانچ چھ دن لگے وہ لفظ میری زبان پر چڑھ گئے۔ میں نے اسے پڑھنا شروع کر دیا۔ کام تو تھا ہی نہیں سارا دن پڑھتے پڑھتے بعض اوقات حلق خشک ہو جاتا پھر چھوڑ جاتی‘ لیٹ جاتی‘ پھر اٹھ جاتی۔ زیادہ نہیں پڑھ سکی لیکن پڑھا ہے میں نے۔ اپنی حیثیت سے زیادہ پڑھا اور پڑھتے پڑھتے مجھے نیند میں اچھے خواب آنا شروع ہو گئے ایسے خواب میں نے کبھی نہیں دیکھے۔ کیونکہ میری زندگی کے دن رات ایسے گزرے کہ میں نے دن کے خواب بھی برے دیکھے‘ رات کے خواب بھی برے دیکھے۔ میں نے دن کے نقشے بھی برے دیکھے اور رات کے نقشے بھی برے دیکھے‘ میں نے دن میں بھی جسم کی لذتیں دیکھیں اور رات کو بھی وہی دیکھا۔ اب میرے خواب بڑھنا شروع ہو گئے۔ اور لوگوں کے دلوں میں نامعلوم کیا ہوتا تھا کہ کوئی مجھے کیا پکا کر دے جاتا کوئی کیا پکا کر دے جاتا۔ ہمارے ساتھ ہی ایک خاتون ہے‘ مالدار ہے‘ جوان ہے‘ طوائف ہے۔ اس نے مجھے ایک اچھا سا سوٹ سلوا کر دیا۔ کہنی لگی میرے کپڑے بھی ڈھلتے ہیں آپ کے بھی ڈھل جائیں گے۔ ایک اور ہمارے پڑوسی ہیں ان کا بیٹا کہنے لگا میں آپ کی صفائی کر جاؤں گا آبدیدہ ہوگئی کہ غیب سے میرے کام ہونا شروع ہو گئے ہیں...... پیٹ بھر کر کھاتی ہوں...... میری ٹھنڈی سانس نکل گئی میں نے کہا اس شکر گزاری کے جذبے میں سابقہ زندگی سے توبہ کرلو اور کہہ دو کہ اے اللہ! اب میں تجھ سے دوستی کرتی ہوں‘ مجھ سے کہنی لگی کہ اللہ مجھے معاف کر دے گا؟ میں نے کہا سو فیصد۔ بس یہ پڑھنا شروع کر اور نماز پڑھ۔ اور اسی خاتون سے نماز سیکھ لے۔

قارئین! آج وہی طوائف تہجد گزار ہے اللہ کے سامنے رونے والی مانگنے والی ہے...... وَلَسَوْفَ يُعْطِيْكَ رَبُّكَ فَتَرْضٰى کا عمل بہت عجیب عمل ہے۔

لاہور کا شاہی قلعہ اور بونے جنات کی شادی

اس سے پہلے میں نے آپ کو یَاقَهَّارُ کا عمل بتایا تھا اس پر ایک واقعہ سناتا ہوں۔ میں ایک باکمال درویش کے ساتھ لاہور کے شاہی قلعہ میں سب سے پہلے آج سے تقریباً بہت سال پہلے جس کو سالہا سال کہوں گا‘ گیا۔ لاہور کے شاہی قلعہ کے تہہ خانوں میں ایک مخلوق رہتی ہے جس کی کسی کو خبر نہیں...... اس مخلوق کی تعداد لاکھوں کروڑوں ہے...... ہزاروں نہیں‘ سینکڑوں نہیں۔ وہ صدیوں سے وہاں آباد ہے۔ وہ مخلوق وہاں کے بونے ہیں۔ وہ جنات ہیں جو کہ بونوں کی شکل میں وہاں رہتے ہیں۔ سب سے پہلے تو میں اس باکمال درویش کے ساتھ گیا لیکن ایک واقعہ کچھ یوں ہوا کہ ایک رات میں لیٹا ہوا تھا تو اچانک مخصوص آواز جس سے مجھے اپنے دوست جنات کے آنے کا پتہ چلتا ہے وہ چیل کی آواز۔ چیل کی آواز میرے کانوں میں آئی تو میں نے دیکھا صحابی بابا‘ حاجی صاحب ان کا بیٹا عبدالسلام اور ایک باورچی جن اور اس کے علاوہ بہت سے جنات مجھ سے کہنے لگے آپ کو لینے آئے ہیں۔ میں نے پوچھا خیریت تو ہے؟ کہنے لگے اس سے پہلے اطلاع نہیں کر سکے۔ شاہی قلعے کے تہہ خانوں کے جنات کی بہت بڑی شادی ہے اور ہمیں خاص طور پر مدعو کیا گیا ہے اور ان کا تقاضا ہے کہ وہ آپ کو ساتھ ضرور لائیں۔ میں فوراً تیار ہوگیا گدھ نما سواری پر ہم سب بیٹھے چند لمحوں میں اس نے ہمیں لاہور کے شاہی قلعے کے دیوان عام پر جہاں بادشاہوں کا دیوان عام تھا۔ وہاں سواری اتری......ہم اترے۔ میں حیران ہوگیا میری نظر آج تک ادھر گئی ہی نہیں‘ یہ تو مجھے خبر تھی کہ شاہی قلعہ میں بہت زیادہ جنات رہتے ہیں ان سے ملاقاتیں بھی بہت زیادہ ہوتی تھیں میرا ان کے تہہ خانوں میں آنا جانا بہت پرانا ہے۔ ضمناً بتاتا چلوں کہ لاہور کے شاہی قلعے کے تہہ خانے میں تین درویشوں کی تربت ہے ان میں ایک درویش تو بہت صاحب کمال ہیں۔ جہاں میں اکثر مراقبہ کرتا ہوں اور بعض اوقات اگر میرے ساتھ کوئی ہوتا ہے تو ان کو باہر بھیج کر وہ صاحب کمال درویش میرے سامنے اصلی وجود میں آ کر بیٹھتے ہیں۔ معانقہ کرتے ہیں مصافحہ کرتے ہیں دل سے دل‘ سینے سے سینہ لگاتے ہیں۔ بہت کچھ عطا کرتے ہیں یہ تکوینی دنیا کے راز ہیں‘ کائنات کے پوشیدہ راز ہیں جو شاید میں آپ تک نہ پہنچا سکوں۔

بونے جنات کا شاہی قلعے میں ہمارا استقبال

میں جب دیوان پر اترا تو ہر طرف جنات ہی جنات تھے لیکن وہ جنات بونوں کی شکل میں تھے چھوٹے چھوٹے قد کے۔ تین فٹ سے اونچا کوئی نہیں تھا اندازے سے بیان کر رہا ہوں۔ لاکھوں کے قریب تھے سب نے بہت اچھا لباس پہنا ہوا تھا۔ سب استقبال کیلئے کھڑے تھے۔ ان میں اکثریت مجھے نہیں جانتی تھی‘ صحابی بابا اور حاجی صاحب کو بہت زیادہ جانتے تھے۔ لیکن ان کے سردار اور بڑے مجھے جانتے تھے۔ ان کی شادی کی تقریب تھی دراصل وہ شادی شاہی قلعے کے جنات کے جو داروغہ تھے ان کی بیٹی کی شادی تھی۔ میں شامل ہوا ان کا اصرار تھا کہ نکاح میں پڑھاؤں لیکن صحابی بابا کے ہوتے ہوئے مجھے ہوا کہ میں ایسا نہ کروں۔ میں نے صحابی بابا سے عرض کیا کہ آپ نکاح پڑھائیں۔ صحابی بابا نے نکاح پڑھایا۔ کیا خطبہ مسنونہ پڑھا کہ مجھے حضور ﷺ کا سچا دور یاد آ گیا۔ اللہ کے نبی ﷺ کے وہ صحابی جن ہیں جنہوں نے نبی ﷺ سے خود قرآن سنا۔ اللہ کے نبی

صلی اللہ علیہ وسلم کو خود دیکھا۔ خطبہ کے بعد ایجاب وقبول ہوا۔ صحابی بابا کا حکم ہوا میں نے دعا کروائی۔ دعا کروانے کے بعد ان کی طرف سے اصرار تھا کہ میں کچھ ان کو نصیحت کروں۔

میں نے ان سے عرض کیا کہ آج میں مصروف ہوں اچانک مجھے لائے ہیں...... پھر کبھی میں آؤں گا اور آپ سے کچھ باتیں کروں گا اس سے پہلے شاہی قلعے کے داروغہ جن' جن کی بیٹی کی شادی تھی۔ لاکھوں جنات میں انہوں نے میرا تفصیلی تعارف کروایا کہ کس طرح بڑے بڑے جنات کے ہاں میری محبت ہے...... عزت افزائی ہے اور کس طرح ان کے ہاں میرا جانا ہوتا ہے ان کے جنازے پڑھاتا ہوں۔ ان کے نکاحوں میں میں شامل ہوتا ہوں' ان خوشیوں' دکھوں میں میرا آنا جانا ہے اب ان سب کا اصرار تھا کہ میں ان سے کچھ وعظ ونصیحت کروں لیکن میرا ایک ہی تقاضا تھا کہ میں آپ سے بعد میں بات کروں گا۔

بونے جنات کا دسترخوان

دعا کے بعد کھانے کیلئے دسترخوان لگے۔ کھانے کیا تھے۔ بس جنت کے مناظر یاد آئے۔ ایسے ایسے پرندے بھون کر رکھے گئے تھے جن کے نام کبھی سنے نہیں تھے۔ لیکن صحابی بابا نے ان کی تصدیق کی کہ یہ حلال ہیں۔ بھوننے کا انداز عجیب تھا' سونے اور چاندی کی طشتریاں تھیں' مخمل کے دسترخوان بچھے ہوئے تھے جنات غلام کھلانے والے بھی بونے...... کھانے والے بھی بونے...... ان سب جنات میں صرف میں ہی واحد انسان تھا جو اس شادی کی تقریب میں شامل تھا۔ ہر طرف کھانے کی ریل پیل تھی میں نے کھانے کی ڈشیں گنیں تئیس ڈشیں تھیں۔

تئیس قسم کے کھانے تھے ہر کھانا مختلف اس کھانے میں کچا گوشت بہت زیادہ رکھا ہوا تھا۔ گائے کا بھی' بھینس کا بھی' اونٹ کا بھی' بکری کا بھی۔ اس کی مثال میں آپ کو ایسے دوں گا جیسے گوشت پکاتے ہیں لیکن ہر گوشت کی مختلف ڈشیں ہوتی ہیں ہر جن کی اپنی ایک طبیعت ہے وہ گائے کا گوشت کھائے کچا' خون بھر کے رکھا ہوا تھا مختلف طشتریوں میں ذبح کرتے ہوئے ان کا جو خون نکلتا ہے اس کے علاوہ وہ کھانے بھی تھے جو ہم انسان کھاتے ہیں لیکن ہر کھانا اپنی ایک انفرادی منفرد لذت کے ساتھ...... کھانا کھایا اس کے بعد زعفران کا قہوہ پلایا گیا جو صرف اور صرف کوہ قاف سے پتے لائے جاتے ہیں ان پتوں کو زعفران سے پکایا جاتا ہے سونے اور چاندی کے زنجان میں وہ قہوہ پلایا گیا۔ قہوہ کیا تھا کہ سب کھانے کو ایک منٹ میں ہضم کر دیا محسوس ہوا کہ ابھی اور بھوک لگ گئی ہے۔

شاہی قلعے کے اندر طلسماتی محل کی سیر

چلتے ہوئے شاہی قلعے کے داروغہ جن نے مجھے ایک پتھر دیا جو میرے پاس ابھی تک موجود ہے اور آگے لے جا کر ایک دیوار کی طرف اشارہ کر کے بتانے لگے یہ پتھر دراصل اس دیوار کی چابی ہے اس دیوار کے پیچھے ایک اور شاہی محل ہے جو شاہی قلعے کا اصل طلسماتی محل ہے اور وہ طلسماتی محل کیا ہے...... انہوں نے پتھر کو دیوار سے لگایا دیوار درمیان سے ہٹی اور ایسے ہٹی جیسے دروازہ ہٹتا ہے اور ہٹتے ہی وہاں ایک راستہ بنا...... شاہی قلعے کا داروغہ جن آگے بڑھا...... میں اپنے احباب حاجی صاحب اور صحابی بابا اور دوسروں کے ساتھ آگے بڑھا محسوس ایسے ہوتا تھا ہر چیز ابھی تازہ تازہ بنائی گئی ہے نہ بوسیدگی نہ ویرانی' وہاں کی دنیا اور تھی۔ آپ مجھے دیوانہ سمجھیں گے آپ میری باتوں کو داستانیں اور کہانیاں سمجھیں گے لیکن یاد رکھیے گا! طلسمات کی دنیا اور ہوتی ہے جو ہر انسان کی سمجھ میں نہیں آتی۔ وہ پتھر کیا تھا؟ کوئی انوکھی سی چابی تھی' شاہی قلعے کے داروغہ جنات نے بس یوں پتھر لگایا اور یوں دیوار ایک طرف ہٹی اور ایک انوکھا سا خوبصورت دروازہ نکلا بہت خوبصورت شاہی دروازہ تھا' جس میں لعل جواہرات اور ہیرے جڑے ہوئے تھے اور دروازہ ایسا خوبصورت معلوم ہوتا تھا کہ اسے ابھی ابھی تازہ لگایا ہے حالانکہ وہ صدیوں پرانا تھا اندر ایک راستہ تھا جہاں چھوٹے چھوٹے بونے جنات مسلسل انتظام واہتمام میں لگے ہوئے تھے اور ایسے محسوس ہوتا تھا جیسے انہیں پہلے سے اطلاع ہے کہ ہم نے اس کے وزٹ کیلئے آنا ہے۔ آگے داروغہ تھا اور اس کے پیچھے میں تھا اور پیچھے صحابی بابا اور دوسرے حضرات تھے جب ہم اندر گئے تو اندر ایک اور نیا محل نظر آیا جو شاید ہمارے گمان اور وجود سے بھی بالاتر تھا۔ میں بہت حیران ہوا۔

طلسماتی محل کے اندر عجیب چہل پہل

ہر بونا اپنی انفرادی توجہ اور اہتمام میں لگا ہوا تھا...... انتظامات خوب تھے...... ایک سجا ہوا محل تھا' خوبصورت قالین' زرق برق لباس' زندگی کی ایک عجیب چہل پہل تھی' زندگی کی ایک عجیب گہما گہمی تھی' جگہ جگہ خوبصورت فوارے خوبصورت دسترخوان بچھے ہوئے تھے۔ کمروں میں مخمل کے بستر لگے ہوئے تھے اور مخمل کے لباس لگے ہوئے تھے...... خوبصورت پردے تھے...... میں اس محل کا نقشہ کیسے کھینچوں...... اس کی خوبصورتی کو کیسے بیان کروں...... وہ ایک محل نہیں تھا طلسماتی دنیا کا انوکھا راز تھا۔ مجھے شاہی قلعے کے داروغے نے ایک ایک جگہ دکھائی ایک جگہ ایسی دکھائی کہ وہاں قدم رکھتے ہی ایک اور دروازہ کھلا اور اس دروازے کے اندر ایک اور چھوٹا سا محل نظر آیا جسے دیکھ کر عقل انسانی اور حیران رہ گئی چونکہ سفید پتھر کا بنا ہوا تھا۔

سفید پتھر کا سفید محل...... جس میں ہر چیز سفید تھی' سفید پردے' سفید دیواریں' سفید بستر' سفید قالین' ایک عجیب چکا چوند اور چونکا دینے والا کائنات کا ایک عجیب عجوبہ تھا میں حیران اور محو حیرت تھا' داروغہ مجھے مسلسل ایک ایک چیز دکھا رہا تھا' ایک جگہ سفید شیلف پر سفید چاندی کی بنی ہوئی کچھ کتابیں تھیں جن کے اوپر سفید انداز میں کائنات کی کچھ عجیب تعریف لکھی ہوئی تھی میں بہت حیران ہوا یہ کیا کائنات ہے میں نے ان سے بہت سوالات کیے۔ ایک جگہ پتھر کی تختیوں پر مجھے کتابیں دکھائیں اور کتابوں پر تحریر لکھی تھی۔

سفید پتھر کی تختیاں اور تحریریں

اسی دوران انہوں نے مجھے کچھ سفید پتھر کی ایسی تختیاں دکھائیں جس پر کچھ تحریریں لکھی ہوئی تھیں۔ شاہی قلعہ کے داروغہ نے وہ تحریریں اٹھا کر میرے سامنے کیں' مجھے اس زبان کی سمجھ نہ آئی' میں ان تختیوں کو دیکھتا گیا' چند تختیوں کے بعد ایک تختی کے اوپر کچھ تحریریں لکھی ہوئی تھیں جس کا ترجمہ تھا یہ محل جنات نے ہی بنایا تھا اور جنات ہی اس میں رہیں گے اور جنات ہی اس میں رہتے ہیں...... یہاں کوئی انسان داخل نہیں ہو سکے گا...... ہاں صرف وہی انسان داخل ہوگا جسے جنات ازلی دوست اور ازلی بزرگ مانتے ہوں گے۔ لیکن ہم اس انسان کو ایک نصیحت کریں گے کہ ہمارے یہاں کے نظام میں دخل نہ دے اور اگر وہ دخل دینا بھی چاہتا ہے تو اگلی تختی پر ہدایات پڑھے۔ داروغہ جنات نے اگلی تختی اٹھائی جس پر لکھا ہوا تھا اے وہ انسان! جو نہایت خوش بخت اور خوش قسمت ہے۔ جو اس طلسماتی محل میں آیا ہے ہم آپ کو خوش آمدید کہتے ہیں آپ واحد آدم زاد ہیں جو اس طلسماتی مکان میں آئے ہیں' ہمیں علم ہے آپ ان مقدس اور عظیم

ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں

سارے عالم کو محبت ورواداری اور امن وسلامتی کی مہکتی خوشبوؤں سے معطر کرنے والے عبقری کو قارئین نے کیسا پایا؟ عبقری نے ان کو کیا دیا؟ قارئین آپ زندگی کے جس شعبے سے بھی چاہے وہ سیاسی' سرکاری' پرائیویٹ یا کسی تجارتی شعبہ سے ہوں' عبقری کے سلسلے میں اپنے قیمتی تاثرات ہمیں ضرور لکھیں۔ ہم آپ کے تاثرات کے منتظر ہیں۔ (ادارہ)

جنات کے گا۔

دوست ہی

ہوسکتے ہیں جو صدیوں سے آپ کا انتظار ہورہا تھا ہم آپ کو ایک بار پھر خوش آمدید کہتے ہیں آپ کا آنا مبارک ہو آپ کے آنے سے ہمیں بہت خوشی ہوئی آپ کیلئے ایک ہدایت ہے جس کیلئے آپ کو اگلی تختی اٹھانی ہوگی۔ داروغہ شاہی قلعہ نے تیسری تختی اٹھائی جس پر لکھا ہوا تھا پانچ نصیحتیں ہم آپ کو کرتے ہیں...... ان پانچ نصیحتوں کو آپ مان جائیں تو آپ کی نسلیں اور آپ خوشگوار ہواؤں کو لیں گے بہترین خوشبو سدا اردگرد رہے گی' رزق آپ پر چھاؤں کرے گا' برکتیں نچھاور رہیں گی' خوشیاں موجزن رہیں گی' سبز لباس سدا آپ کے تن پر رہے گا' سنہری تاج آپ کے سر کو ہمیشہ چھوتا رہے گا' آپ کے سر پر ہمیشہ بادل رہیں گے جو ہلکی پھوار میں آپ پر نورانیت اور روحانیت برساتے رہیں گے آیئے! ہم آپ کو وہ پانچ چیزیں دیتے ہیں اس کیلئے آپ کو اگلی تختی دیکھنی ہوگی۔ داروغہ جنات نے اگلی تختی اٹھائی اس پر لکھا تھا کیسا خوش قسمت انسان ہے جس کا صدیوں سے انتظار تھا اور صدیوں سے یہ پانچ چیزیں ہم اس کیلئے تیار کرکے بیٹھے ہوئے ہیں...... آپ اس کے اہل تھے تو ہم نے آپ کو یہ پانچ چیزیں دینے کا فیصلہ کیا ہے آپ اپنی پیشانی پر ایک نور کی تجلی دیکھ رہے ہیں جو شاید آپ کو نظر نہ آئے لیکن جس نے دل کی آنکھیں روشن کرلی ہیں وہ آپ کے ماتھے پر نور کی تجلی ضرور دیکھے گا اور جس نے دل کی آنکھیں روشن کرلی ہیں وہ آپ کی تاریکی کو ہمیشہ روشن دیکھے گا وہ اس طرح کہ جہاں آپ لیٹے ہوں گے وہاں بظاہر اندھیرا لیکن دل کی روشنی والا وہاں نور ہی نور دیکھے گا اے وہ خوش بخت انسان! جس کے ہاتھ میں یہ مخمری تختی ہے۔

پانچ سنہری حروف

ہم آپ کو وہ پانچ نعمتیں ضرور دیں گے جس کے واقعی آپ مستحق ہیں لیکن خیال کیجئے گا! اپنے برتن کو بڑا رکھیے گا اور اپنے دل کی دنیا کو آباد رکھیے گا اور مخلوق کی خدمت اور خیرخواہی کو کبھی نہ بھولیے گا کیا واقعی آپ پانچ چیزیں لینا چاہتے ہیں؟ تو اگلی تختی میں وہ پانچ چیزیں آپ کا انتظار کررہی ہیں داروغہ جنات شاہی قلعہ نے اگلی تختی اٹھائی اس میں لکھا ہوا تھا۔

کہ وہ پانچ سنہری حروف ہیں جن کو کرکے اور جن پر عمل کرکے آپ زندگی کی خوشیاں' خوش نما برکتیں اور رعنائیاں لے سکتے ہیں۔ آیئے! ہم آپ کو وہ پانچ چیزیں دیتے ہیں۔ پہلی چیز حروف تہجی کا حرف۔ و۔ اس سے مراد یہ ہے کہ آپ ہمیشہ وضو کے ساتھ رہیں اور واضح نشانی کو پاجائیں گے واضح نشانی یہی ہے کہ اللہ نے کائنات میں جو برکتوں کے دروازے رکھے ہیں وہ آپ کیلئے واضح ہوجائیں گے۔ دوسرا الف...... آخرت کی یاد کو ہمیشہ سامنے رکھیں اللہ کی محبت کو پاجائیں گے۔ اور الف اللہ کے تعلق کو حاصل کرلیں گے۔ تیسرا۔ م۔ معرفت کو تھامے رکھیں محمد ﷺ کی محبت کو ہر طرف اپنے سینے کے قیمتی گوشے میں رکھیں آپ قیامت کے دن محمد ﷺ کی شفاعت کو پاجائیں گے۔ چوتھا۔ ی۔ یقین کی دنیا کو کبھی کمزور نہ ہونے دیں آپ ہمیشہ یاسری اور حاضری اور حضوری کی نعمت سے مستفیض ہوتے رہیں گے اور پانچواں ف۔ حرف یَا فَتَّاحُ کو ہر نماز کے بعد سانس روک کر ہلکی نورانی روشنی اور نور کے تصور کے ساتھ صرف گیارہ دفعہ پڑھتے رہیں زندگی میں ہر فتح و کامیابی کا دروازہ ہر وقت کھلتا رہے گا کبھی بند نہیں ہوگا۔ اس کی وضاحت کیلئے اگلی تختی اٹھائیں۔ داروغہ جنات نے یعنی داروغہ شاہی قلعہ نے اگلی تختی اٹھائی تو اس پر لکھا تھا...... ہماری بات ختم ہوئی...... یہ تختی نہیں تھی راز و نیاز کے کچھ معمے تھے جو ہم نے آپ کو دے دیئے۔ اس کو سنبھال کر رکھنا اور اپنی نسلوں تک پہنچانا یہ ہم نے آپ کے ذمے لگا دیا۔ آیئے! ہم آپ کو رخصت کرتے ہیں نیک بختی اور خوشی کی مسرتوں کی ہلکی بارش کے ساتھ آپ کا آنا مبارک آپ کا جانا مبارک...... تختیوں کا سلسلہ ختم ہوا۔

داروغہ جنات شاہی قلعہ کی خواہش

داروغہ شاہی قلعہ کہنے لگا کہ حضور میری عمر اس وقت 736 سال ہے میرے پردادا نے ایک وصیت کی تھی کہ ایک شخص ایسا آئے گا جس میں آپ کا نام اور آپ کی شکل اور پورا حلیہ بیان کیا یہ صدیوں سے اس شخص کے انتظار میں ہے یہ اس کو دے دینا۔ میری دیرینہ خواہش تھی اب وہ وقت آن پہنچا ہے اور لمحہ آن پہنچا ہے اور آپ کو وہ روشنی کا وہ نورانی اور سنہری پیغام دیا جائے جو صدیوں سے آپ کا انتظار کررہا تھا۔ یہ کہہ کر شاہی قلعہ کے داروغہ نے میرا ہاتھ چوما اور اس کے دیکھتے ہی دیکھتے اور جتنے داروغے تھے سب نے میرا ہاتھ چومنا شروع کردیا اور آن ہی آن میں بے شمار داروغوں نے میرے ہاتھ چومے میں خاموش کھڑا رہا' اللہ کی رحمت سے میرا سر جھک گیا اور اس کی عطا پر میری گردن سرنگوں ہوگئی کہ میں شاید اس قابل تھا یا واقعی نہیں تھا...... یہ اندر کے خیال و گمان میری سوچ میں مسلسل تڑپ رہے تھے میں اسی میں کھویا ہوا تھا کہ شاہی قلعہ کے داروغہ نے مجھے نہایت ادب سے پکارا۔ ہمارے آقا! آیئے ہم آپ کو ایک اور چیز دکھاتے ہیں میں اس مرمری سفید محل کو مسلسل دیکھتا رہا محل ہی کیا تھا......

ایک انوکھی دنیا' ایک انوکھا نظام' ایک انوکھی دنیا کی انوکھی کیفیت تھی۔ میں جس کو الفاظ میں بیان نہیں کرسکتا وہاں جا کر کائنات کے اور راز کھلے جنہیں میں بیان نہیں کرسکتا۔ اگر میں بیان کردوں تو کوئی مجھے مانے گا نہیں۔ یا مجھے جھوٹا کہے گا یا دیوانہ یا مجھے دکاندار کہے گا یا بازاری...... کیونکہ ان چار الفاظ کے علاوہ ان کے پاس کوئی دوسرا لفظ ہے ہی نہیں۔ کیونکہ وہ اس دنیا کو جانتے ہی نہیں۔

یہ رازوں کی دنیا ہے اور یہ کائنات رازوں سے بھری ہوئی ہے۔ یہ صرف اللہ ہی جانتا ہے یا اللہ پاک جس بندے پر یہ راز کھول دے وہی جان سکتا ہے۔ میرے من میں نامعلوم کیا ہوا میں نے ان سے کہا نہیں واپس چلیں حالانکہ ان کا کچھ اور طلسمات دکھانے کا ارادہ تھا لیکن ان مرمری تختیوں نے مجھے ایسا سرشار کردیا کہ مجھے اب کائنات کی کوئی چیز اچھی نہیں لگ رہی تھی۔ میرے حکم کو حکم سمجھتے ہوئے وہ بادل نخواستہ واپس ہوئے داروغہ شاہی قلعہ آگے میں ان کے پیچھے صحابی بابا اور اور دوسرے جنات ان کے پیچھے اور بونے تھے۔ دروازے تک

انہوں نے مجھے رخصت کیا ہم واپس اسی جناتی محل میں آ گئے اس کو پھر سے دیکھنا شروع کیا۔ عجیب وغریب نقش ونگار بنے ہوئے تھے...... جگہ جگہ ایسے طلسمات بنے ہوئے تھے جس کو ہاتھ لگانے سے کائنات کے رنگا رنگ مناظر دکھائی دیتے ہیں وہ میں دیکھتا رہا اس کے بعد پھر واپس پلٹا اس راستے سے واپس ہوا اس راستے سے واپس ہوتے ہی وہ دیوار آپس میں مل گئی۔ شاہی قلعہ کے داروغہ نے مجھے وہ پتھر دیا اور عرض کیا کہ یہ پتھر یہاں کی چابی ہے آپ جب بھی اس پتھر کو اس دیوار کے ساتھ لگائیں گے یہ دروازہ کھل جائے گا۔

اس راز کی بڑے بڑے یہاں رہنے والے بادشاہوں کو بھی خبر نہیں تھی۔ صرف یہاں کے بادشاہ اورنگزیب عالمگیر دہلی سے یہاں آتے تھے اور کچھ دیر یہاں بیٹھتے تھے لیکن سفید محل میں وہ بھی نہیں گئے۔

یہ پتھر ہمیشہ یہاں کے داروغہ جنات کے پاس رہا ہے آپ چاہیں تو ہمارے پاس رکھ چھوڑیں آپ چاہیں تو اپنے ساتھ لے جائیں' میں نے پتھر اپنے پاس رکھ لیا اور اپنی عباء کی جیب میں ڈال لیا۔

سورۂ فاتحہ کا عمل اور شاہی قلعہ کی موتی مسجد

واپس پلٹا تو بونوں کی دنیا اور ان کا طلسماتی نظام اور اس میں یا فتاح اور اس کے کمالات...... تختیوں کی پانچ باتیں...... تختیوں کی مسلسل ہدایات اور ایک کا دوسری تختی کی ہدایت کی سیریز ...... یہ ساری کائنات میرے اندر گھومتی چلی گئی' گھومتی چلی گئی...... میں ان ہی خیالات میں گھوم ہی رہا تھا کہ شاہی قلعہ کے داروغہ نے مجھے کہا کہ آپ کو ایک مہمان ملنا چاہتے ہیں وہ ہمارے جنات میں سے ہیں۔ انہوں نے آپ کا تذکرہ سنا تھا کہ آپ یہاں تشریف لائے ہیں وہ آپ کو ملنا چاہتے ہیں میں نے ان کو جب بلایا وہی تھے جنہوں نے اپنے والد کی فوتگی میں مجھے سورۃ الفاتحہ کا عمل دیا تھا جس کی ہر رکعت میں اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کی تکرار کرنا تھا مجھے کہنے لگے مجھے پتہ چلا کہ آپ یہاں تشریف لائے یہ بونوں کی دنیا کے جنات ہمارے دوست ہیں اور پھر ان سے میرا مزید تعارف کرانے لگے۔ میں نے داروغہ جنات یعنی شاہی قلعہ کے داروغہ کو ان کی ایک خاص عطا کا بتایا جو انہوں نے مجھے اپنے والد کے آخری دم پر سورۃ الفاتحہ کا عمل دیا تھا تو شاہی قلعہ کے داروغہ نے بتایا کہ دراصل بات یہ ہے کہ ان کے والد میرے دوست تھے اور میرے والد کے دوست تھے انہوں نے ایک دفعہ یہ عمل دہلی کے ایک بزرگ شیخ حفیظ برمی رحمۃ اللہ علیہ جو دہلی کی شاہی مسجد کے قریب ایک حجرے میں رہتے تھے بہت صاحب کمال اور صاحب مراقبہ درویش تھے وہ اس عمل کے عامل تھے اور ان کے پاس اگر کوئی مشکلات اور پریشانیوں میں گھرا ہوا شخص آتا تو وہ سورۃ الفاتحہ کا عمل کرواتے۔ تکرار کے ساتھ سورۃ الفاتحہ کو پڑھنا ہے اسی عمل کو وہ بعض اوقات بتاتے تھے اور یہ عمل ہر جگہ کیا جاسکتا ہے لیکن شیخ برمی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ جو شخص لاہور کے شاہی قلعے کے اندر شاہی دور کی بنی ہوئی کسی بھی مسجد لیکن شرط یہ ہے کہ پرانی مسجد ہو اور پرانے دور کی بنی ہو اس میں کرے تو اس کی کوئی بھی مراد ہو پوری ہوگی تو شاہی دور کے داروغہ کہنے لگے کہ میں نے اپنی زندگی میں بے شمار انسانوں کو آتے دیکھا اور یہاں سے مراد پاتے دیکھا اور وہ مراد ہر اس شخص کو ملتی تھی جو یہاں آکر عمل کرتا تھا کسی کو یہ پہلی دفعہ مل جاتی تھی کسی کو چند بار آنے سے وہ عورت ہو یا مرد ہو...... مراد ملتی تھی لیکن مجھے یاد نہیں کہ آج تک کوئی بھی لاہور کے شاہی قلعے کے اندر کسی بھی مسجد میں آکے یہ عمل کیا ہو اور اس کو نفع نہ پہنچا ہو کہنے لگے کہ ایک دفعہ میں نے خود دیکھا ایک انسان دہلی سے آیا روتا سسکتا ہوا دو بوڑھی خواتین اس کے ساتھ تھیں۔ لوگوں سے پوچھ رہا تھا لوگو بتاؤ یہاں شاہی قلعے میں کوئی مغلیہ دور کی بنی ہوئی کوئی مسجد ہو؟ اس کی صورت پر مجھے ترس آیا میں انسان کی شکل میں آکر اس کے سامنے آیا اور شاہی قلعے کی بنی ہوئی موتی مسجد میں نے اس کو دکھائی اور کہا کہ یہ سب سے قدیم مسجد ہے اور یہ وہ مسجد ہے جس میں اگر آپ سورۃ الفاتحہ کے عمل کی تکرار کریں گے تو آپ کی مراد پوری ہوگی میں نے بابا جی اور بوڑھی خاتون کو پکڑ کر اس مسجد تک پہنچایا۔ انہیں حضرت برمی رحمۃ اللہ علیہ نے بھیجا تھا جن کا آج سے بہت عرصہ پہلے انتقال ہوا اس وقت کہ ابھی پاکستان بننے کا اور ہندوستان بننے کا وجود ہی نہیں ہوا تھا۔ وہ روتے رہے اور یہ عمل کرتے رہے بس ایک دفعہ ہی عمل کر کے گئے۔ مجھے جستجو ہوئی کہ ان کے اس عمل سے ان کو کیا فائدہ پہنچتا ہے۔ چند دنوں کے بعد دہلی میں ان کے گھر گیا تو ان کے گھر میں رونق خوشحالی' خیر وبرکت کو میں نے پایا۔ ہر شخص کی زبان پر یہ الفاظ تھے کہ شاہی قلعے کی موتی مسجد میں دیئے ہوئے اس عمل کی برکت سے آج یہ وقار اور مقام ملا ہے۔

موتی مسجد میں ہر مراد ملے گی

داروغہ شاہی قلعہ نے مزید کہا کہ اس عمل کو جو شخص بھی شاہی قلعے کی مسجد میں آکر کرے گا اس کی ہر مراد پوری ہوتی ہے ناممکن ممکن ہوتی ہے پریشانیاں ٹل جاتی ہیں' مسائل حل ہوجاتے ہیں' مشکلیں دور ہوجاتی ہیں۔ غم دور ہوجاتے ہیں جادو ٹوٹ جاتے ہیں بندشیں ختم ہوجاتی ہیں اجڑے گھر آباد ہوجاتے ہیں۔ ایک نہیں' سونہیں' ہزاروں لوگوں کو میں نے اس عمل کے ذریعے سے پاتے دیکھا ہے۔ وہ جن جو مجھے ملنے آیا تھا اس دن کے بعد میں نے موتی مسجد میں جس شخص کو بھی کہا ہے کہ وہ جا کر یہ عمل کرے کوئی ایک دفعہ یا کسی نے چند دفعہ کیا اس کے دل کی مراد اس کے من کی مراد ضرور پوری ہوئی۔ میں نے شاہی قلعہ کے داروغہ سے ایک سوال کیا میں ایک بات پر حیران ہوں آخر یہ عمل لاہور کے شاہی قلعے کی موتی مسجد میں ہی کیوں چلتا ہے؟ کہنے لگا یہ عمل ہر جگہ فائدہ دیتا ہے دنیا کے کسی کونے میں پڑھے فائدہ دے گا لیکن موتی مسجد شاہی قلعہ میں اس کی تاثیر سو گنا بڑھ جاتی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ یہاں نیک اور صالح بونے جنات ہر وقت اسی عمل کو کرتے رہتے ہیں اور جو بھی شخص یہاں آتا ہے یہ اس کے اوپر خوشبو کا چھڑکاؤ کرتے ہیں جو کہ ہر شخص کو پتا نہیں چلتا یہ لوگوں کو تکلیف نہیں دیتے بلکہ ان کے دکھ درد کو بانٹتے ہیں ان کے غموں اور تکلیفوں میں ان کے ساتھی بن جاتے ہیں اور جب کوئی شخص اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کا ذکر کرتا ہے یہ بھی اس کے ساتھ اسی غم کے ساتھ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کا تکرار کرتے رہتے ہیں اور اللہ سے مانگتے ہیں کہ اے اللہ! تیرا یہ بندہ اس مسجد میں آیا ہے اس کو خالی نہ بھیج اور واقعتاً وہ بندہ خالی نہیں جاتا۔

موتی مسجد میں عمل کرنے کا طریقہ

قارئین! یہ ایک میرا تجربہ تھا شاہی قلعہ کے تہہ خانوں سے دوستی اور ویرانوں سے محبت میری بہت پرانی ہے۔ ویسے بھی قبرستانوں اور ویرانوں سے دوستی میرے دل کو بھاتی ہے۔ کیونکہ قبرستانوں اور ویرانوں میں روحوں کے ٹھکانے اور جنات کے ٹھکانے ہوتے ہیں اور روحوں سے تعلق اور جنات سے تعلق میرا من بھاتا دل پسند مشغلہ اور میری روح کی غذا ہے۔ میں نے بہت سے لوگوں کو اس عمل کے کرنے کی اجازت بھی دی اور بہت سے لوگوں کو اس عمل کرنے کی ترکیب بتادی جس جس نے بھی موتی مسجد میں جا کر نفل پڑھے اور اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کا

تکرار کیا اور جس ہوگا پوری ترکیب میں پہلے آپ کو بتا چکا ہوں تو بہت ہی زیادہ فائدہ ہوا۔ جس جس کو بھی میں نے نفل والا عمل بتایا اس کی زندگی کے دن رات نکھر گئے اس کی پریشانیاں دور ہوگئیں۔ مجھے ایسے ایسے لوگ بھی ملے جو کہتے ہیں کہ ہر تدبیر ناکام ہوجاتی ہے وہی تدبیر دوسرے کو بتاتے ہیں اسی کو فائدہ ہوتا ہے وہی چیز ہم خود کرتے ہیں لیکن ہمیں نفع نہیں ہوتا۔

تو میں نے ان سے کہا پھر آپ ایسا کریں ایک نئی چٹائی لے جائیں وہ چٹائی قالین کی شکل میں ہو دری کی شکل میں ہو یا کسی مصلے کی شکل میں ہو یا جائے نماز کی شکل میں ہو یا پلاسٹک کی بنی ہوئی چٹائی ہو وہ موتی مسجد میں جا کر بچھائیں وہاں خوب اچھی طرح جھاڑ دیں، صفائی کریں اور اس کے بعد یہ نفل پڑھیں اور گڑگڑا کر اللہ پاک سے دعا کریں جس نے بھی ایسا کیا اسے من کی مراد ملی، اسے دل کی مراد ملی۔ ایک بار مجھے ایک دوست جن نے ایک بات بتائی کہنے لگے کہ آپ سے سن کر میں نے یہ عمل کئی جنات کو بتایا اور بے شمار جنات نے یہ عمل کیا اور جس جن نے بھی یہ عمل کیا اس جن نے اپنی مراد کو پایا۔ جنات کے قافلے کے قافلے موتی مسجد میں پوری دنیا سے اس عمل کو کرنے آتے ہیں۔ قارئین! ایک وضاحت نہایت ضروری سمجھتا ہوں کہ ضروری نہیں کہ آپ اس عمل کو لاہور کے شاہی قلعے کی موتی مسجد میں کریں...... آپ دنیا کے کسی کونے میں بھی کرسکتے ہیں اس کی تاثیر اس کا فائدہ سو فیصد ملے گا لیکن موتی مسجد میں اس کے فوائد اور کمالات ان نیک اور صالح جنات کی شمولیت کی وجہ سے اس کی تاثیر اور بڑھا دیتا ہے اس میں نفع اور زیادہ ہوتا ہے۔

غریب جن کے ہاں دعوت اور عجیب وغریب گھر

ابھی پچھلے دنوں کی بات ہے کہ ایک غریب اور سفید پوش جن کی دعوت میں میں اس کے گھر گیا۔

بہت عرصے سے وہ غریب جن مجھے دعوت دے رہا تھا کہہ رہا تھا کہ آپ میرے ہاں آئیں۔ وقت نہیں ملتا تھا لیکن عرصہ دراز سے دعوت اور بار بار اصرار اور اس کی دل جوئی کی خاطر آخرکار میں اس کے گھر گیا بلوچستان کے ویرانوں میں سنگلاخ پہاڑوں میں انکا قبیلہ رہتا ہے۔ ان کا وہ گھر پرانا ٹوٹا پھوٹا تھا۔ گھر تو پرانا تھا لیکن خلوص بہت زیادہ، محبت اور پیار بہت زیادہ تھا۔ میں ان کے گھر کے اندر بیٹھا تو مجھے کہنے لگے اگر آپ اجازت دیں تو ہم آپ کو اپنے آبائی گھر لے چلیں تو میں نے پوچھا کہ یہ آپ کا آبائی گھر نہیں کہنے لگے نہیں ہمارے باپ دادا جن گھروں میں رہتے تھے وہ گھر اور ہے جن میں ہم اپنے خاص مہمانوں کو ٹھہراتے ہیں اور ہمارے خاص مہمان ہی اس میں ٹھہر سکتے ہیں۔ میں نے کہا ٹھیک ہے چلیں۔ چند ہی قدم کے فاصلے پر میں گیا تو دیکھا جیسے مصر کے اہرام ہوتے ہیں ویسے ہی لکڑی کے تختوں سے بنے ہوئے گھر تھے اور باہر سے لکڑی بہت پرانی ہوچکی تھی لیکن اندر سے اس کو بہت صاف ستھرا کیا ہوا تھا جب اس کا دروازہ کھولا تو اس گھر کے اندر میں داخل ہوا وہ گھر بالکل تکون نما جس طرح اہرام مصر ہے بالکل اسی طرح بنا ہوا تھا جس میں تین انسان باآسانی سو سکتے تھے کیونکہ اپنی اصلی حالت میں وجود نہیں لیتے لیکن انسانوں میں اگر کوئی رہنا چاہے تو تین انسان باآسانی سو سکتے تھے اور پانچ انسان بآسانی بیٹھ سکتے تھے میں اس گھر کو دیکھ کر حیران ہوا میں نے ان سے پوچھا کہ گھر تو ایسے ہیں جیسے مصر کے اہرام ہوتے ہیں جو ہم نے سنے بھی ہیں اور تصاویر میں دیکھے بھی ہیں۔ کہنے لگے دراصل بات یہ ہے کہ ہمارے خاندان میں ہزاروں سالوں سے اس طرز کے گھر بنے ہوئے آرہے ہیں۔ ہمارے اس طرز کے گھر اہرام مصر کے بننے سے بھی پہلے کے ہیں۔

جنات کے شفائی گھر

مصر کے اہرام میں انسانوں نے جو گھر بنائے تھے وہ دراصل ہمارے جنات کے گھروں کو دیکھ کر بنائے تھے ہم جنات انہی گھروں میں صحت اور تندرستی کیلئے رہتے ہیں۔ اور جو بھی جن ان گھروں میں رہتے ہیں وہ کبھی بیمار نہیں ہوتے۔ ہم درختوں پر بھی رہتے ہیں جھونپڑیوں میں بھی رہتے ہیں، قبرستانوں، پہاڑوں ویرانوں، دریاؤں، سمندروں میں رہتے ہیں، لیکن اگر ہم میں سے اگر کوئی جن کہے گا کہ سب سے اچھا گھر کس کا تو ہم اسے شفائی گھر کہتے ہیں کیونکہ اس گھر کے اندر شفاء ہی شفاء ہے شفائی گھر اس لیے کہتے ہیں کہ اس گھر میں جو بھی رہتا ہے شفاء پاتا ہے میں نے لکڑی کے اس گھر کو ٹھونک بجا کر دیکھا عام سادہ سی لکڑی کے تختوں کو چیر کر اس طرح بنایا گیا تھا جس طرح اہرام مصر ہوتا ہے اور ایک چھوٹی لکڑی تھی جس کو اٹھا کر انسان اندر داخل ہو اور اس کو بند کردیا جاتا ہے اور ہوا کے چھوٹے چھوٹے اندر روشن دان تھے اور بس۔ مجھے وہ غریب جن بتانے لگا کہ ہماری نسل اس گھر میں پلتی بڑھتی اور جوان ہوتی ہے۔ اس گھر میں رہنے والے کو کبھی کینسر نہیں ہوتا اور دنیا کی ہر آفت وبلا سے وہ بچا رہتا ہے۔ میں حیران ہوا...... میں نے پوچھا انسان تو اس گھر میں نہیں رہتے...... تو قریب بیٹھا ہوا ایک جوان جن جو کہ اس غریب جن کا بیٹا تھا کہنے لگا کہ نہیں انسان بھی رہتے ہیں۔ ایک جگہ کا نام لیکر کہنے لگے کہ وہاں کے انسان لکڑی کے تختوں کے ایسے گھر بناتے ہیں اور ان گھروں میں رہتے ہیں ان میں سے کوئی شخص بیمار نہیں ہوتا۔ نہ دوائی ہے، نہ ڈاکٹر ہے، نہ معالج ہے، نہ بیماری ہے۔ یہ گھر قدرتی طور پر ایسے ہیں ان گھروں میں رہنے والا بیمار نہیں ہوتا۔ ان گھروں کے اوپر کائنات کی ساری روحانی شفائیں، نورانیت نور اور برکت ان گھروں پر متوجہ ہوجاتی ہے اور کائنات کا شمسی اور قمری نظام اور ان کے اندر کی روحانیت اور نورانیت اور ان کے اندر کی ساری جاذبیت اس گھر میں جذب ہوجاتی ہے اور جو بھی اس گھر میں رہتا ہے وہ سو فیصد تندرست رہتا ہے کوئی بیماری اس کے قریب نہیں آتی کوئی دکھ اس کے قریب نہیں آتا۔

نفسیاتی بیماریاں، ذہنی الجھنیں، اعصابی کھچاؤ، تناؤ اس گھر میں رہنے والے کے قریب نہیں آتے۔ وہ شخص سدا خوشحال رہتا ہے، تندرست ہوتا ہے، صحت مند ہوتا ہے جو اس گھر میں رہتا ہے۔

یہ گھر نہیں خوشیوں کا ایک خزانہ ہے واقعتاً جب میں اس گھر میں بیٹھا تھا مجھے خود محسوس ہونے لگا کہ وہ گھر میرے لیے سکون کا ذریعہ بن رہا ہے، وہ گھر میرے لیے راحت اور برکت کا ذریعہ بن رہا ہے۔ میرے دل میں ایک عجیب سا سکون محسوس ہو رہا تھا، میرا دل ایک عجیب اور انوکھی طمانیت کو محسوس کر رہا تھا۔ میں ان سے کہنے لگا کہ ایسا ممکن نہیں کہ کوئی انسان دکھائیں جو اس گھر میں رہتا ہو؟ کہنے لگا اگر آپ اجازت دیں ہم سواری پر آپ کو ابھی لے جاتے ہیں اور انسانوں سے ملاتے ہیں۔ اس دوران ہم کھانا کھا چکے تھے ان کا سادہ لیکن لذیز کھانا تھا۔ ان کی وہ ہوائی سواری فوراً آئی ہم اس پر بیٹھے بہت دیر تک چلتے چلتے وہ

انوکھی انسانی آبادی میں جا پہنچے میں دیکھ کر حیران ہوا وہاں لوگوں نے اپنی گھروں کے اندر لکڑی کے شفائی گھر بنائے ہوئے تھے یعنی وہ گھر جن کی شکل بالکل اہرام مصر کی طرح تکون تھی میں ان لوگوں سے جا کر ملا ان کی زبان اردو نہیں تھی ان کی زبان کا ترجمہ اس غریب جن کے بیٹے نے کرایا۔

شفائی گھر اور انسان

اس جوان کا نام حبیب تھا۔ حبیب بتانے لگا کہ یہ لوگ کہتے ہیں کہ ہم لکڑی کے تختے جوڑ کر یہ گھر بناتے ہیں یا پھر اپنے گھر کے کسی حصے میں یا ہال میں اس طرح کا ایک چھوٹا سا کمرہ بنا لیتے ہیں‘ دن کا کچھ وقت اس میں گزارتے ہیں یا صرف رات کو سو جاتے ہیں۔ وہ پھر خود ہی کہنے لگے جو شخص رات کو اس میں سو جائے اس کو لاعلاج بیماریاں نہیں ہوں گی‘ اس کے قریب جنات نہیں آئیں گے‘ اس کے جادو ٹوٹ جائیں گے‘ شیطانی چیزیں اس سے دور ہو جائیں گی‘ وساوس ختم ہو جائیں گے‘ دکھ درد اس سے دور ہو جائیں گے۔ دنیا کی انوکھی اور ہٹیلی بیماریاں اس سے ایسے دور ہوں گی کہ دنیا کی کوئی بیماری شاید آج تک اس نے دیکھی نہ ہو۔ اس لکڑی سے بنے ہوئے شفائی گھر میں وہ سکون ہے کہ ہمارا کوئی بچہ اگر کوئی پیدا ہونا ہوتا ہے تو اس کی پیدائش بھی اسی گھر میں کراتے ہیں‘ وہ رہتا بھی اسی گھر میں ہے...... زچہ و بچہ دونوں کو اسی گھر میں رکھتے ہیں۔ ہم کوشش کرتے ہیں کہ اس گھر میں بیٹھ کر کھانا کھائیں۔ باہر کی کاروباری مصروفیات کی وجہ سے اگر ہم دن میں اس گھر میں وقت نہ گزار سکیں تو رات میں اس گھر میں ضرور وقت گزارتے ہیں اور ساری رات اسی گھر میں سوتے ہیں صبح ہم فریش ہوتے ہیں ہماری پوری بستی میں کوئی ڈاکٹر معالج نہیں‘ کوئی دوا نہیں کوئی بیماری نہیں کوئی تکلیف نہیں۔ ہاں! اگر کوئی کسی تکلیف میں مبتلا ہو بھی جائے تو ہم اس کو کوستے ہیں کہ تو ان شفائی گھروں سے محروم ہوتا ہے‘ اس میں رات نہیں گزارتا یا دن کا کوئی حصہ نہیں گزارتا ہے۔ لوگ دور دور سے اپنے مریضوں کو ہمارے گھروں میں لے آتے ہیں ان انسانوں نے جن کی زبان میں نہیں جانتا تھا اور حبیب ان کا ترجمہ مسلسل کر رہا تھا کہنے لگا کہ ہم میں سے بعض انسان ایسے ہیں کہ انہوں نے لکڑی کے گھر بنائے ہوئے ہیں اور انکے نیچے گدے بچھائے ہوئے ہیں چھوٹی سی کھڑکی رکھی جس سے ہوا کی کراسنگ ہوتی رہتی ہے انہوں نے یہ گھر کرائے پر دینے کیلئے رکھے ہوئے ہیں۔ لوگ اپنے مریضوں کو لاتے ہیں کوئی ایک مہینہ‘ کوئی دو مہینے‘ کوئی چند مہینے اس گھر میں رہتے ہیں دن رات اسی گھر میں رہتا ہے وہ صحت یاب ہو کر چلا جاتا ہے۔

آپ بھی شفائی گھر بنا سکتے ہیں

آپ خود بھی چاہیں تو اس گھر کو بنا لیں۔ قارئین! میں حیران ہوا اور پھر مجھے اب پتا چلا کہ مصر کے فرعونوں نے جو اہرام بنائے تھے اور اتنے بڑے بڑے پتھر جو آج کی انسانی دنیا اور انسانی عقل حیران ہے اور آج کی طاقتور ترین لفٹیں بھی اتنا اونچا اور بڑا پتھر نہیں اٹھا سکتی۔ اب معلوم ہوا کہ اس کے بنانے میں جنات کا ہاتھ ہے اور مجھے جنات نے بتایا ہے کہ ہمارے بڑوں سے یہ بات چلی آرہی ہے کہ ہم نے یہ مکان بنائے تھے اور اپنی طرز اور اپنے انداز میں بنائے تھے۔ ہم چونکہ اسی میں رہتے ہیں اور جو خاص بات انہوں نے بتائی کہ ہمارے پڑھے لکھے باشعور اور مالدار جنات ایسے گھروں میں رہیں گے اور انہی گھروں میں رہتے ہیں۔

قارئین! میں نے اس سفر کے بعد کئی لوگوں یعنی انسانوں کو یہ گھر بنانے کا مشورہ دیا اس کا نقشہ بالکل وہی جو مصر کے اہرام میں اور واقعی اس کے شفائی اور قدرتی اثرات مشاہدے میں آئے جس جس نے بھی بنایا دن کا کچھ وقت یا کچھ حصہ یا رات کا قیام لکڑی کے بنے ہوئے اہرامی یا شفائی مکان میں گزارا اس کی لاعلاج بیماریاں‘ پریشانیاں‘ ذہنی بیماریاں دور ہوئیں‘ ڈیپریشن کے مارے ہوئے کئی لوگوں کو میں نے اہرامی مکان بنانے کا مشورہ دیا۔ لکڑی کے تختے خشک ہوں گیلے نہ ہوں‘ ان کو اسی طرز پر کاٹ کر کسی کاریگر سے بنوا سکتے ہیں۔ سنگل بیڈ کا بھی بنا سکتے ہیں ڈبل بیڈ کا بھی بنا سکتے ہیں۔ اس میں رہیں اور اس میں رہنے والا صحت مند سدا جوان اور تندرست رہتا ہے اور بیماری سے بالکل صحت یاب ہو جاتا ہے۔ یہ طریقہ میں نے جنات میں دیکھا اور جنات کو اس میں رہتے دیکھا جس جن نے مجھے بتایا اور اس نے مجھے انسانوں کی بستی بھی دکھائی جس کا تذکرہ میں نے تفصیل سے کیا۔ میں چاہتا ہوں آپ بھی ان

روحانی پھکی سے پیشاب کی جلن ختم

میں ایک مزدور ہوں‘ دن بھر اینٹوں کے بھٹے پر کام کرتا ہوں‘ سخت گرمی میں آگ کے پاس کام کرنا پڑتا ہے‘ جس کی وجہ سے مجھے پیشاب بہت زیادہ جلن کے ساتھ آتا تھا اور پیشاب کا رنگ بھی پیلا تھا۔ میں نے متعدد ڈاکٹروں اور حکیموں کو چیک کرایا لیکن انہوں نے مجھے بہت مہنگے نسخے تھما دیئے میں اتنی مہنگی ادویات نہیں لے سکتا تھا۔

مجھے کسی نے عبقری کے دفتر سے روحانی پھکی لے کر استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ میں نے عبقری کے دفتر سے 10 روپے کی روحانی پھکی لے کر کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کی‘ مجھے یقین نہیں آرہا تھا کہ صرف دس روپے کی پڑیا نے میری سالوں پرانی بیماری ختم کر دی۔ اب میں پابندی سے روزانہ صبح و شام استعمال کرتا ہوں اس سے میرے اندر کا نظام بالکل ٹھیک ہو گیا ہے میرے دل سے دعائیں نکلتی ہیں۔ **(خدا بخش‘ جڑانوالہ)**

مناقب صحابہؓ و اہل بیت

حضرت ابورافع رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ سیدہ فاطمہ رضی اللہ عنہا حضور نبی کریم ﷺ کے مرض وصال میں اپنے دونوں بیٹوں کو آپ ﷺ کی خدمت اقدس میں لائیں اور عرض گزار ہوئیں کہ یہ آپ ﷺ کے بیٹے ہیں انہیں کچھ وراثت میں عطا فرمائیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: حسن (رضی اللہ عنہ) کیلئے میری ثابت قدمی اور سرداری کی وراثت ہے اور حسین (رضی اللہ عنہ) کیلئے میری طاقت و سخاوت کی وراثت۔'' **(طبرانی)**

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ہم حضور نبی اکرم ﷺ کے پاس تھے۔ حضرت ام ایمن آپ ﷺ کے پاس آئیں اور عرض کیا: حسن و حسین رضی اللہ عنہم اجمعین گم ہو گئے ہیں۔ راوی کہتے ہیں دن خوب نکلا ہوا تھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: چلو میرے بیٹوں کو تلاش کرو‘ راوی کہتا ہے ہر ایک نے اپنا اپنا راستہ لیا اور میں حضور نبی اکرم ﷺ کے ساتھ چل پڑا‘ آپ ﷺ مسلسل چلتے رہے حتیٰ کہ پہاڑ کے دامن تک پہنچ گئے (دیکھا کہ) حسن اور حسین رضی اللہ عنہم اجمعین ایک دوسرے کے ساتھ چمٹے ہوئے ہیں اور ایک اژدھا اپنی دم پر کھڑا ہے اور اس کے منہ سے آگ کے شعلے نکل رہے ہیں۔ آپ ﷺ اس کی طرف تیزی سے بڑھے تو وہ اژدھا حضور نبی اکرم ﷺ کی طرف متوجہ ہو کر سکڑ گیا پھر کھسک کر پتھروں میں چھپ گیا پھر آپ ﷺ حسنین کریمین رضی اللہ عنہم اجمعین کے پاس تشریف لائے اور دونوں کو الگ الگ کیا اور ان کے چہروں کو پونچھا اور فرمایا: میرے ماں باپ تم پر قربان تم اللہ کے ہاں کتنی عزت والے ہو۔ **(طبرانی)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ میں حضور نبی کریم ﷺ کے پاس حاضر ہوا تو آپ ﷺ (گھٹنوں اور دونوں ہاتھوں کے بل) چل رہے تھے اور آپ ﷺ کی پشت مبارک پر حسنین کریمین رضی اللہ عنہم اجمعین سوار تھے اور آپ ﷺ فرما رہے تھے تمہارا اونٹ کیا خوب ہے اور تم دونوں کیا خوب سوار ہو۔ **(طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مرفوعاً حدیث مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میں درخت ہوں‘ فاطمہ اس کی ٹہنی ہے‘ علی اس کا شگوفہ اور حسن و حسین اس کا پھل ہیں اور اہل بیت سے محبت کرنے والے اس کے پتے ہیں‘ یہ سب جنت میں ہوں گے‘ یہ حق ہے یہ حق ہے **(دیلمی)**

گرمی کو منٹوں میں دور کرنیوالی سبزی

ارفع شاکر، راولپنڈی

کیونکہ کھیرے میں ٹھنڈک کی زیادتی ہوتی ہے اس لیے بعض مزاجوں اور جسموں کیلئے یہ نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے اس لیے اس کو معتدل کرنے کیلئے اس کے ساتھ گرم چیز بھی استعمال کرنی چاہیے اگر ضرورت ہو تو......

کھیرا نباتات کے مشہور خاندان کا ایسا رکن ہے جو کہ دنیا کے اکثر ممالک میں بڑے شوق سے کچا کھایا جاتا ہے۔ یہ ایک بیل دار پودے کا پھل ہے۔ اس کے پودے کی بیل یا تو زمین پر پھیل جاتی ہے یا آس پاس کے درختوں پر چڑھ جاتی ہے۔ اس کی کاشت کے بارے میں پہلے یہ خیال کیا جاتا تھا کہ یہ موسم گرما میں ہوتا ہے اور اس کے پھل کو پکتے وقت گرمی کی ضرورت ہوتی ہے لیکن اب یہ دنیا کے اکثر ممالک میں پورے سال دستیاب ہوتا ہے۔ ہمارے ملک میں کھیرے کی دو اقسام دستیاب ہیں۔ نمبر ایک دیسی کھیرا، نمبر دو ولائتی کھیرا۔

دیسی کھیرا: دیسی کھیرا پاکستان میں عام پایا جاتا ہے۔ اس کھیرے کی جلد چمکدار صاف اور ملائم ہوتی ہے۔ اس کا رنگ سبز زرد وسفید ہوتا ہے اور یہ ذائقے میں قدرے شیریں ہوتا ہے اور اس کا مزاج سرد تر ہوتا ہے۔

ولائتی کھیرا: یہ کھیرا ابھی پاکستان میں کاشت کیا جاتا ہے لیکن یہ یورپ اور امریکہ میں ہوتا ہے اس کھیرے کی جلد موٹی کھردری اور دانے دار ہوتی ہے۔ اس کا رنگ گہرا سبز ہوتا ہے۔ مگر یہ چمک سے محروم ہوتا ہے اور ذائقے میں پھیکا ہوتا ہے۔

کھیرے کے طبی فوائد

ہمارے ملک میں یہ گرمیوں کے ایام میں ایک عام اور سستے داموں ملنے والا پھل ہے مگر بہت ہی کم لوگ اس کے دوائی اور غذائی فائدے جانتے ہیں۔ یہ بہت سارے امراض کا ایک بہترین قدرتی علاج ہے۔

سب سے بہترین کھیرا مکمل پکا ہوا ہوتا ہے۔ کھیرا استعمال کرنے سے پہلے اس پر کالا نمک چھڑک کر استعمال کرنا چاہیے۔ اس سے یہ جلد ہضم ہوجاتا ہے۔ یہ ہمارے جسم کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے اور طبیعت میں سکون پیدا کرتا ہے۔ یہ مدربول ہونے کی وجہ سے ہمارے جسم سے بذریعہ پیشاب فاسد اجزاء کا اخراج کرتا ہے۔ جگر اور مثانہ کی گرمی کو ختم کرتا ہے۔ صفراء کی زیادتی میں مفید ہے۔ یرقان اور بخار میں فائدہ دیتا ہے۔ معدے میں تیزابیت کی زیادتی اور پیاس کی شدت کو ختم کرتا ہے۔ جگر اور طحال کے ورم میں مفید چیز ہے۔ خون کی حدت کو ختم کرکے خون کو پتلا کرتا ہے۔ اس لیے یہ ہائی بلڈ پریشر میں مفید ہے۔ خونی بواسیر میں مفید ہے اور نیند خوب لاتا ہے۔ دل کو تسکین دیتا ہے۔

طب نبوی ﷺ میں کھیرے کے فوائد

کیونکہ کھیرے میں ٹھنڈک کی زیادتی ہوتی ہے اس لیے بعض مزاجوں اور جسموں کیلئے یہ نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے اس لیے اس کو معتدل کرنے کیلئے اس کے ساتھ گرم چیز بھی استعمال کرنی چاہیے اگر ضرورت ہو تو...... ہمارے پیارے نبی اکرم ﷺ کھیرے کے ساتھ کھجور استعمال کرتے تھے اگر کھجور نہ ہو تو منقیٰ اور شہد کے ساتھ کھانا بھی فائدہ مند ہے۔ حضور پاک ﷺ کا ارشاد ہے کہ کمزور لوگ فربہ ہونے کیلئے کھیرے کے ساتھ کھجور کھائیں تو انشاءاللہ موٹے ہوجائیں گے۔

جدید مشاہدات

اس پھل میں غذائیت زیادہ ہوتی ہے۔ اس کے بیج مفرح اور پیشاب آور ہیں۔ یہ ان منفرد سبزیوں میں سے ایک ہے جس کو کھانے کے ساتھ کچا کھایا جاتا ہے۔ اس کو چھیل کر اس پر کالی مرچ کے ساتھ لیموں نچوڑ کر کھایا جائے تو اس کی غذائیت میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ یہ کھانے کو جلد ہضم کرتا ہے اور بھوک بڑھاتا ہے۔ اس کے بیج نکال کر چھلکے اتار کر سکھا لینے کے بعد پیس کر شہد میں ملا کر کھانے سے آنتوں کی اکثر بیماریاں ختم ہوجاتی ہیں۔ کھیرے کی بیل کے پتے سکھا کر پیس کر ان میں زیرہ سیاہ ملا کر بھون لینے کے بعد پیس لیں اور چائے کے چوتھائی چمچ کے برابر ناشتے کے بعد استعمال کریں۔ اس سے گلے کی سوجن اتر جاتی ہے۔ لو کے مریضوں کو بخار کے دوران کھیرے کے ٹکڑے کاٹ کر سر اور چہرے پر ملنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ طب یونانی میں اس کے بیجوں کا شربت، شربت بزوری بہت مفید ہے اور بہت زیادہ استعمال ہوتا ہے جو کہ بہت سے فوائد کا حامل ہے۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

عشق الٰہی اور محبت رسول ﷺ کیلئے ایک باکمال عمل

آج کی بے چین اور پریشان دنیا کہ جس میں آنے والی ہر صبح بے دینی اور اللہ سے دوری کو لارہی ہے، دین پر چلنا ایسا ہوتا جارہا ہے جیسا ہاتھ پر انگارا لینا۔ ایسے پرفتن ماحول میں جن لوگوں کا ذکر و مراقبہ میں دل نہ لگتا ہو، خدا تعالیٰ اور اس کے حبیب ﷺ کی محبت میں ترقی چاہتے ہوں یا دین اسلام پر سچے دل سے عمل پیرا ہونے کی خواہش مند ہوں تو ایسے تمام حضرات کیلئے سچوں کے سچے حضور نبی کریم ﷺ کی مسنون دعا اگر اس خاص ترکیب سے یقین کے پیالے میں رکھ کر گناہوں سے مکمل بچتے ہوئے پڑھی جائے اور اس کا ایصال ثواب سید الانس والجان حضور ﷺ کے وسیلے سے قطب الاقطاب حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں ہدیہ کیا جائے اور اللہ پاک سے دعا کی جائے تو اللہ کے فضل و کرم سے سکون دل، دوائے دل اور صفائے دل کی وہ نعمتیں حاصل ہوں گی کہ آپ خود حیران ہوجائیں گے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ كَمَا تُحِبُّ وَتَرْضٰى لَهٗ

اور آگے آنے والی دعا 101 بار بعد نماز عشاء بغیر کسی سے بات کیے نہایت توجہ کے ساتھ ترجمہ کے لحاظ رکھتے ہوئے 40 روز پڑھیں اور عمل کی تاثیر کو برقرار رکھنے کیلئے ہر نماز کے بعد اول و آخر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ تین مرتبہ اس دعا کو سابقہ ترتیب سے اپنے معمول میں رکھیں۔

نوٹ: آپ کو جو بھی کمالات حاصل ہوں ادارہ عبقری کو ضرور لکھیں لوگوں کیلئے نفع اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا۔

اَللّٰهُمَّ افْتَحْ مَسَامِعَ قَلْبِىْ لِذِكْرِكَ وَرْزُقْنِىْ طَاعَتَكَ وَطَاعَةَ رَسُوْلِكَ وَعَمَلًا بِكِتَابِكَ

(اے اللہ! میرے دل کے کان اپنے ذکر کیلئے کھول دے اور مجھے اپنی اور اپنی اطاعت کیلئے قبول فرما)

حکیم صاحب کا نام برائے فروخت

پاکستان کے ایک شہر میں حکیم صاحب کا کلینک ہونا تھا بعد میں لیکچر ہوا نمائندے نے مریضوں سے ہر ٹوکن کی ناجائز رقم وصول کی جو حکیم صاحب کے نوٹس میں بعد میں آئی۔ ادارہ نے اس عمل کا سختی سے نوٹس لیا اور سخت تردید کی یقینا جو ہوا غلط ہوا آئندہ اگر ایسا ہو تو ہمیں اطلاع کریں۔

سید واجد حسین بخاری ایڈووکیٹ

رزق حرام' گھر والوں نے پاگل قرار دیدیا

گھریلو حالات بھی اچھے نہ تھے صاحب کو بیوی اور بچوں پر شک تھا گھر آتے ہی بیوی سے لڑنا شروع کر دیتے بیوی سے کہتے میں آ گیا ہوں اب بلالو پولیس اور گھر سر پر اٹھا لیتے بیوی بچے لاکھ یقین دلاتے مگر صاحب کی ایک ہی بات کہ تم مجھے گرفتار کراؤ گی

یہ حقیقت ہے کہ جو کچھ نبی اکرم ﷺ نے فرمادیا ہے وہ اٹل بات ہے اس بابت دوسری رائے قائم کی ہی نہیں جاسکتی۔ نبی اکرم ﷺ کا فرمان ہے کہ رزق حرام کی نحوست سات پشتوں تک چلتی ہے یعنی رزق حرام کی نحوستیں سات پشتوں کو بھگتنا پڑتی ہیں۔ یہ دیکھا گیا ہے کہ جس نے بھی رزق حرام سے روپیہ کمایا وہ خود اصل سے محروم ہوگیا اور اس کی دوسری نسل حد تیسری نسل کو بھیک مانگتے لوگوں نے دیکھا۔ مگر ہم کبوتر کی طرح آنکھیں بند کرلیتے ہیں اور غور وفکر نہیں کرتے۔ ایک صاحب جو محکمہ کسٹم میں بہت بڑے عہدہ پر فائز تھے۔ گھر میں دولت کی ریل پیل تھی۔ اپنی مرضی سے ڈیل کرتے تھے اور منہ مانگی رقم لیتے تھے۔ محکمہ کچھ اس قسم کا تھا اور اوپر سے یہ صاحب گُر بھی خوب جانتے تھے اس طرح روز بروز دولت کے انبار لگنے لگے ایک کوٹھی سے دوسری کوٹھی خرید لی گئی۔

بچے اعلیٰ سکولوں میں داخل ہوگئے' بیگم صاحبہ نے اپنے ہاتھوں اور گلے کو سونے کے زیورات سے بھرلیا۔ یہ بھی نہ پوچھا کہ اس قدر دولت کہاں سے آرہی ہے؟ اور اس قدر دولت کسی کا حق غصب کرکے اللہ کی مخلوق کو تنگ کرکے ہی اکٹھی کی جاسکتی ہے۔

اللہ ڈھیل دیتا رہتا ہے جب انسان تمام حدود پھلانگ لیتا ہے اور اللہ کی دی ہوئی ڈھیل بھی ختم ہوجاتی ہے تب اللہ پاک کا آفاقی نظام حرکت میں آجاتا ہے۔ وہی انسان ہوتا ہے مگر اس کا ہر فیصلہ الٹ ہوجاتا ہے۔ اپنے بھی بیگانے ہوجاتے ہیں ان صاحب کے ساتھ بھی ایسا ہی ہوا۔ ان کو عجیب بیماری لگ گئی اور ان کے دل میں یہ خوف پیدا ہوگیا کہ میں نے جو رقم اکٹھی کرلی ہے اور لوگوں کو بھی پتا چل گیا ہے لوگ میری مخبری کردیں گے اور مجھے پولیس پکڑ کرلے جائے گی اور ہر کسی کو شک کی نگاہ سے دیکھنے لگے۔ پہلے انہیں دفتر کے عملہ پر شک ہوا ان کا جو اسسٹنٹ تھا جو ہر وقت ان کے ساتھ رہتا تھا اور ان کا اعتمادی تھا اسے ایک دن کہنے لگے کہ ''تم بار بار میرے دفتر میں کیوں آتے ہو؟'' اس نے کہا کہ روٹین کے مطابق دستخط کرانے آتا ہوں۔ ان صاحب نے کہا کہ نہیں تم کسی اور مقصد کے تحت آتے ہو۔ اسسٹنٹ خاموش ہوگیا مگر اس کو بات سمجھ نہ آئی۔ دوسرے دن جب دستخط کرانے گیا تو صاحب نے پھر کہا کہ تم بار بار کیوں آتے ہو؟ اس نے کہا کہ صاحب کیا بات ہے؟ میں ڈاک پر دستخط کرانے آیا ہوں' ان صاحب نے کہا نہیں تم مجھے دیکھنے آتے ہو کہ میں بیٹھا ہوا ہوں تاکہ تم پولیس کو بلالو۔ وہ یقین دلاتا رہا کہ اس کے ذہن میں ایسی کوئی بات نہیں ہے مگر صاحب نہ مانے۔ ان کا اسسٹنٹ خاموش ہوگیا۔ دو تین بار صاحب نے پھر وہی بات دہرائی جس کی وجہ سے ان کا اسسٹنٹ ناراض ہوگیا اور اس نے صاحب کو کھری کھری سنائیں کہ صاحب آپ نے دولت بہت زیادہ اکٹھی کرلی ہے اور اس لیے آپ کا دماغ خراب ہوگیا ہے۔ اسسٹنٹ نے دھمکی دی کہ اگر مزید تنگ کیا تو وہ سچ مچ پولیس کو بلالے گا اور تمام راز بتادے گا۔ اس پر صاحب کو اسسٹنٹ سے معافی مانگنی پڑی مگر صاحب کا رویہ درست نہ ہوا اسسٹنٹ کے ساتھ بلاوجہ کی سرد جنگ شروع ہوگئی اور غصہ میں اسسٹنٹ نے صاحب کے کمرے میں جانا چھوڑ دیا اور دوسرے ساتھی کو ڈاک پر دستخطوں کیلئے صاحب کے پاس بھیجا جیسے ہی دوسرا اسسٹنٹ صاحب کے کمرے میں داخل ہوا تو صاحب کہنے لگے کہ اچھا اب اس نے تمہیں اندر بھیجا ہے تاکہ خود جاکر پولیس کو بلالائے وہ حیران ہوکر صاحب کا منہ دیکھنے لگا کیونکہ صاحب کا پارہ چڑھا ہوا تھا لہٰذا وہ دستخط کرائے بغیر واپس آگیا۔ اس طرح کئی دنوں سے ہورہا تھا کئی دنوں کی ڈاک اکٹھی ہوگئی تھی اور اب دفتر میں چہ میگوئیاں شروع ہوگئیں کہ صاحب کا دماغ خراب ہوگیا ہے۔

گھریلو حالات بھی اچھے نہ تھے صاحب کو بیوی اور بچوں پر شک تھا گھر آتے ہی بیوی سے لڑنا شروع کردیتے بیوی سے کہتے میں آگیا ہوں اب بلالو پولیس اور گھر سر پر اٹھالیتے بیوی بچے لاکھ یقین دلاتے مگر صاحب کی ایک ہی بات کہ تم مجھے گرفتار کراؤ گی۔ گھر کا سکون برباد ہوگیا تھا۔ یہ سب رزق حرام کی وجہ سے ہورہا تھا۔ صاحب ساری ساری رات نہیں سوتے تھے' اب اس بات کا سب کو علم ہونا شروع ہوگیا تھا اور سارے گھر والے پریشان تھے' ایک دفعہ ان کے قریبی عزیز کافی عرصہ بعد ملنے کیلئے آئے صاحب کو ملے۔ صاحب نے ملتے ہی پوچھا کہ اکیلے آئے ہو یا پولیس کو بھی ساتھ لیکر آئے ہو پولیس گرفتار تو نہیں کرلے گی۔ وہ ملاقاتی صاحب کا منہ دیکھنے لگا گھر والے بہت شرمندہ ہوئے اس رشتہ دار نے بھی اپنی بے عزتی محسوس کی اور غصہ میں واپس چلا گیا اور دیگر رشتہ داروں کو بھی بتایا کہ صاحب کا دماغ خراب ہوگیا گھر والوں نے فیصلہ کیا کہ کسی ماہر نفسیات سے رجوع کیا جائے تاکہ ان کے دماغ کا علاج کیا جاسکے۔

اب مسئلہ یہ تھا کہ صاحب کو راضی کون کرے کہ آپ ڈاکٹر سے اپنا دماغی معائنہ کرائیں۔ صاحب چھوٹی بیٹی سے بہت پیار کرتے تھے اور اس کا کہا بھی مانتے تھے بڑی مشکلوں سے چھوٹی بیٹی نے راضی کیا اور وہ مان گئے ماہر نفسیات کو سارا ماجرا سنایا اس نے دو ماہ علاج کیا مگر کوئی افاقہ نہ ہوا بلکہ پولیس کا خوف بڑھتا ہی چلا گیا اب بیگم اور بچے مزید پریشان ہوگئے۔ اس دوران بیگم کو ان کی سہیلی نے مشورہ دیا کہ کسی اللہ والے بزرگ سے رابطہ کرو اور بیگم نے بزرگ سے رابطہ کیا اور ساری بات سنائی بزرگ نے تسلی دی کہ مسئلہ حل ہوجائے گا اور تاکید کہ وہ تہیہ کرے کہ وہ آئندہ رزق حرام کو گھر میں نہیں آنے دیگی اور قناعت کریگی اور جو مال رزق حرام کی شکل میں گھر میں ہے اس کو گھر سے نکالے اور غریبوں کی مدد کرنا شروع کرے۔

صدقہ ہزاروں روپے کی شکل میں دیے' بیگم نے وعدہ کیا کہ وہ اس نصیحت پر عمل کریگی اور پڑھنے کیلئے بھی بتایا اور کہا کہ سارے گھر والے پڑھیں اب گھر والوں کو تسبیح اٹھانا پڑی' گھر میں نماز وغیرہ کا کوئی تصور نہیں تھا اب ہر بچے کے ہاتھ میں تسبیح تھی۔ بیگم صاحبہ نے تقریباً گھر کا تمام سامان غریبوں میں تقسیم کرنا شروع کردیا۔ ایک ہزار روزانہ صدقہ دینا شروع کردیا۔ ایک ہفتہ بعد بزرگ نے دوبارہ بلایا اور وظیفہ اور صدقہ کی تعداد دوگنی کردی۔ دو ماہ بعد صاحب کی طبیعت سنبھلنے لگی اور آہستہ آہستہ دفتر میں حالات ٹھیک ہونا شروع ہوگئے۔ بیگم صاحبہ نے صاحب کو بتایا کہ اللہ والے بزرگ کی نصیحت پر عمل کیا اور اللہ کا نام لیا ہے جس کی وجہ سے آپ ٹھیک ہوئے ہیں۔ بیگم نے واضح الفاظ میں صاحب کو کہہ دیا کہ وہ صرف تنخواہ کی رقم استعمال کریں گی۔ دیگر آمدنی کو گھر میں نہ آنے دیں گی۔ قناعت کریں گی اور آئندہ کوئی بھی ناجائز فرمائش نہیں کریگی۔ یہ صحیح ہے کہ آج تک جس نے بھی ناجائز طریقے سے دولت اکٹھی کی اس کے کام نہیں آئی اس لیے اب بھی وقت ہے فیصلہ کرلیں اور اللہ کا حکم مان لیں پھر شاید مہلت نہ ملے۔

پھلوں سے اپنے حسن کو نکھاریئے

محمود کریم، اسلام آباد

جلد کی نامکمل صفائی بھی مہاسوں کا سبب بنتی ہے۔ جلد کے معاملے میں بے احتیاطی، تھکن، نیند پوری نہ ہونا اور غیرمتوازن غذا کے اثرات براہ راست چہرے پر نظر آتے ہیں۔ ذہنی دباؤ بھی مہاسوں کا سبب بن جاتا ہے

مختلف پھلوں سے علاج

گرمیوں میں تربوز اور کھیرے کی بہتات ہوتی ہے۔ دھوپ کی تمازت کم کرنے کیلئے دونوں پھل مفید ہیں اور یہ دونوں پھل معدے کی گرمی کو دور کرتے ہیں۔

کھیرا: دھوپ کی تپش سے چہرہ تمتما جائے تو ایک کھیرے کو کدوکش کرکے چہرے پر پھیلا لیں۔ ململ کا ٹکڑا چہرے پر رکھ لیں اور پندرہ منٹ کے بعد چہرہ دھولیں۔

کھیرے کے استعمال کا دوسرا طریقہ یہ ہے کہ اس کے باریک قتلے کاٹ لیں۔ ایک گلاس گرم پانی کسی برتن میں ڈال کر کھیرے کے قتلوں کو بھگودیں۔ ایک گھنٹے بعد کھیرے کے قتلے چھان کر نکال لیں۔ اس محلول میں عرق گلاب ملالیں۔ تقریباً چار پانچ چمچ کے برابر اس محلول کو شیشی میں ڈال کر فریج میں محفوظ کرلیں۔ وقت ضرورت روئی کے ٹکڑے کو اس محلول میں بھگو کر چہرے پر لگائیں۔ خاص طور پر ناک اور ٹھوڑی پر۔ روغنی جلد کیلئے آزمودہ نسخہ ہے۔

لیموں: لیموں میں زمانہ قدیم سے خوبصورتی کی افزائش کیلئے استعمال ہوتا رہا ہے۔ لیموں سے جلد سکڑ جاتی ہے کھلے مسام بند ہوجاتے ہیں اور سانولی رنگت میں نکھار آجاتا ہے۔ خشک جلد کیلئے لیموں کا استعمال مناسب نہیں ہے۔ لیموں چکنی جلد کیلئے اکسیر کا کام دیتا ہے۔ ایک بڑے چمچ عرق گلاب میں ایک چمچ چائے والا لیموں کا رس ملا کر اس محلول سے چہرہ صاف کریں۔ چہرے کے علاوہ کہنیوں پر ملیں۔ سیاہ جلد سفید ہوجائے گی۔

سیب: سیب خشکی پیدا کرتا ہے۔ سیب کو کدوکش کرلیں۔ کٹے ہوئے سیب کو چہرے پر پھیلا لیں۔ اس کے لگانے سے جلد کی چکنائی کم ہوجاتی ہے۔ کھلے مسام بند ہوجاتے اور چہرے پر چمک پیدا ہوتی ہے۔ پندرہ منٹ کے بعد چہرہ دھولیں۔

ماسک: آپ کو جان کر حیرت ہوگی کہ بہت سے ماسک پھلوں، سبزیوں، انڈوں، دودھ اور وٹامن سے بھی تیار کیے جاتے ہیں۔ انڈوں کو ماسک کے طور پر استعمال کرنے کا رجحان اس لیے زیادہ ہوتا ہے کہ انڈے ہر قسم کی جلد کیلئے مفید ہوتے ہیں۔

تازہ پھلوں میں اسٹرابری کو کاٹیے یا اسے اچھی طرح کچل کر چہرے پر ملیے۔ اس طرح کیلے کو بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کیلے میں وٹامن، کیلشیم، فاسفورس اور پوٹاشیم کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے۔ کیلے حساس جلد کیلئے بہت مفید ہیں۔

مکئی ماسک: کارن یعنی بھٹے کے چند دانے لے کر اس کا جوس نکال لیں۔ جوس میں سے نکلنے والا سفید مادہ چہرے اور گردن پر لگا کر سوکھنے دیں۔ پھر چہرہ صاف کرلیں۔

مہاسے سے احتیاط اور علاج

جلد کی نامکمل صفائی بھی مہاسوں کا سبب بنتی ہے۔ جلد کے معاملے میں بے احتیاطی، تھکن، نیند پوری نہ ہونا اور غیرمتوازن غذا کے اثرات براہ راست چہرے پر نظر آتے ہیں۔ ذہنی دباؤ بھی مہاسوں کا سبب بن جاتا ہے۔ دراصل ان حالات میں روغنی غدود زیادہ سرگرم ہوکر زائد چکنائی پیدا کرنے لگتے ہیں جو جلد کے مساموں کے ذریعے خارج ہونے لگتے ہیں۔ پہلے یہ چکنائی بلیک ہیڈز بناتی ہے جو جلد کی سطح کی مناسب دیکھ بھال اور صفائی سے ختم ہوجاتے ہیں اگر چہرے کی صفائی پر دھیان نہ دیا جائے تو چہرے پر اس کی مستقل موجودگی مہاسوں کی صورت اختیار کرلیتی ہے کیونکہ جلد کا معمولی انفیکشن بھی نظرانداز کیا جائے تو مہاسے اور جلدی پھوڑے میں موجودہ زہریلا مواد بدنما نشانات چھوڑ دیتا ہے۔

مہاسے کے مریض کو عموماً خون اور پیشاب ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا جاتا ہے کیونکہ ممکن ہے اس کی وجہ پیٹ کے کیڑے، بڑی آنت یا چھوٹی آنت کا کوئی انفیکشن ہو۔ عموماً جلدی امراض کا تعلق پیٹ کی بیماریوں اور نظام ہضم کی خرابی سے ہوتا ہے۔ اگر پیٹ یا نظام ہضم میں کوئی خرابی نہ ہو اور تمام ٹیسٹ بھی کلیئر ہوں تو پھر وٹامن کی گولیوں، فریش فروٹ، جوس تازہ سبزیوں اور چکنائی کے بغیر کھانوں کے استعمال اور ہلکی ورزش سے آپ اس قسم کے مسائل پر قابو پاسکتی ہیں۔

مہاسوں کیلئے ضروری ہدایات

☆ بلیک اور وائٹ ہیڈز کی مستقل صفائی۔

☆ جلد پر موجود زائد چکنائی کو صاف کرنا۔

☆ مسامات کو بند کرنا اور جلدی انفیکشن کا بروقت علاج۔

☆ صحت مند جلد کیلئے ضروری چیز پانی بھی ہے۔ روزانہ دو لٹر پانی پینے کی روٹین بنالیں تاکہ جسم صحت مند اور جلد صاف ستھری رہے۔ ریشہ دار خوراک کے استعمال سے آپ کو باقاعدگی کے ساتھ اجابت ہوتی ہے جس کے باعث آپ کی رنگت صاف اور روشن ہوجاتی ہے۔ جلد کے بعض خلیوں کی افزائش و مرمت کیلئے وٹامن اے ضروری ہے۔ اس کی کمی سے خشکی اور خارش پیدا ہونے کی شکایت ہونے لگتی ہے اور جلد کی لچک کم ہوجاتی ہے۔ یہ وٹامن گاجر، گوبھی، پالک اور خوبانی میں پایا جاتا ہے جس وٹامن کی جسم میں کمی ہو وہ وٹامن گولیوں کی بجائے خوراک کی شکل میں زیادہ فائدہ مند ہوں گے۔

وٹامن سی آپ کی جلد کو ٹائٹ یا تنا ہوا رکھتا ہے۔ یہ وٹامن سٹرابری، پھل، گوبھی، ٹماٹر اور سلاد میں پایا جاتا ہے۔

چہرے کی کیلیں دور کرنے کا طریقہ

اگر چہرے پر کیلیں نکل آئیں تو پھٹکڑی پانی میں گھول کر لگانے سے یہ کیلیں ہفتہ دس دن میں ختم ہوجاتی ہیں۔

چہرے کی جھریاں دور کرنے کا طریقہ: کاغذی لیموں کے ایسے ٹکڑے لیں جن کا رس نکال لیا گیا ہو۔ اس کو چہرے پر ملیں۔ پندرہ بیس منٹ کے بعد چہرہ دھولیں۔

داغ اور پھنسیاں دور کرنے کیلئے

سنگترے کے چھلکوں کو سوکھا کر پیس لیں اور تازہ پانی میں ملا کر چہرے پر ملیں۔

جوہر شفاء مدینہ اور فشاری نے کمال کر دیا

فشاری بلڈ پریشر کیلئے اور اکسیرالبدن جسمانی کمزوری کیلئے' ڈاکٹر کی ادویات بند کر دیں۔ اس کے بعد تو دن بہ دن بیگم صاحبہ کی حالت سنبھلنے لگی۔ سردرد دن بدن کم سے کم ہونے لگا جس سے پتہ چلنے لگا کہ بلڈ پریشر نارمل ہو رہا ہے

(اسسٹنٹ ڈائریکٹر محمد ظفر اقبال' اسلام آباد)

پچھلے دنوں کی بات ہے ہفتہ کا دن تھا اور تین بجے بعد دوپہر کا ٹائم تھا آفس سے چھٹی تھی' گھر میں تھے' دوپہر کا کھانا کھانے لگے تو بیگم صاحبہ نے کہا کہ مجھے تو بھوک نہیں آپ لوگ خود کھائیں چنانچہ میں میرا بیٹا اور بہو صاحبہ کھانا کھانے لگ گئے' اسی دوران میں نے بیگم کو چائے بنانے کیلئے کہا وہ کچن میں چائے بنانے لگی کوئی دو تین منٹ بعد ہی چیختی چلاتی کچن سے باہر نکل آئی اور چار پائی پر گر پڑی۔ کہنے لگی سر میں شدید درد ہو رہا ہے اور بہت زیادہ ہو رہا ہے۔ گورنمنٹ سروس کے ساتھ ساتھ میرا تعلق طب کے شعبے سے بھی ہے چنانچہ میں نے سمجھا کہ بلڈ پریشر بڑھ گیا ہے۔ فوراً بی پی آپریٹر سے بلڈ پریشر چیک کیا' بلڈ پریشر اتنا زیادہ تھا کہ بی پی آپریٹر بھی ریڈنگ نہیں دے رہا تھا' پریشانی بھی بہت زیادہ ہو رہی تھی کھانا وانا وہیں چھوڑا' ٹیکسی لی اور فوراً بیگم کو ہسپتال لے گئے۔ ایمرجنسی میں لے گئے انہوں نے جاتے ہی بی پی چیک کیا تو وہ 260/110 تھا۔ ڈاکٹر صاحب کہنے لگے اتنے بلڈ پریشر پر تو برین ہیمرج یا فالج کا بہت خطرہ ہوتا ہے۔ پتہ نہیں یہ کیسے بچ گئیں۔ انہوں نے کچھ گولیاں دیں' ٹیکے لگائے انہوں نے مریض کو ایمرجنسی میں ہی رکھا' آخر کار رات تقریباً بارہ ایک بجے بی پی نارمل ہوا تو انہوں نے ڈسچارج کیا اور ہم رات تقریباً ڈیڑھ بجے گھر واپس آ گئے۔

ڈاکٹر صاحب نے کچھ دوائیں استعمال کرنے کیلئے دیں وہ ہم چار پانچ روز استعمال کرتے رہے لیکن بیگم صاحبہ کا سردرد ٹھیک نہیں ہو رہا تھا جس کی وجہ سے چار پائی کی ہو کر رہ گئی اور کمزوری اتنی ہو گئی کہ چار پائی سے اٹھ بھی نہیں سکتی تھیں۔ کچھ سمجھ نہیں آ رہی تھی کہ کیا کریں؟ اس کی حالت دیکھی نہیں جا رہی تھی۔

میں عبقری کا پچھلے تین چار سال سے مستقل قاری ہوں' ہر ماہ بڑی باقاعدگی سے عبقری رسالہ لیکر پڑھتا ہوں۔ سال کے آخر پر بارہ رسالوں کو اکٹھا بائنڈ کروا کر محفوظ کر لیتا ہوں اس لیے میں فشاری اور اکسیرالبدن کے بارے میں کافی کچھ جان چکا تھا بلکہ اکسیرالبدن تو میں نے خود بھی کچھ عرصہ استعمال کی تھی لہٰذا میں نے فشاری اور اکسیرالبدن فی الفور منگوا کر بیگم کو استعمال کروانا شروع کر دیں۔ فشاری بلڈ پریشر کیلئے اور اکسیرالبدن جسمانی کمزوری کیلئے' ڈاکٹر کی ادویات بند کر دیں۔ اس کے بعد تو دن بہ دن بیگم صاحبہ کی حالت سنبھلنے لگی۔ سردرد دن بدن کم سے کم ہونے لگا جس سے پتہ چلنے لگا کہ بلڈ پریشر نارمل ہو رہا ہے۔ اکسیرالبدن کے استعمال سے بیگم صاحبہ جو پہلے خود چار پائی سے اٹھ نہیں سکتی تھیں اب خود ہی اٹھنے لگیں اور اس کے جسم میں جان آنے لگی' یہ دونوں ادویات ابھی بھی جاری ہیں۔

بیگم صاحبہ جو پہلے اپنے گھر میں چل پھر نہیں سکتی تھیں اب سفر پر روانہ ہو چکی ہیں۔ یعنی اسلام آباد سے سرگودھا پھر سرگودھا سے ملتان' پھر ملتان سے لاہور۔ آج کل وہ لاہور میں اپنے بھائی کے پاس ہیں چند دنوں بعد وہ واپس اسلام آباد آ جائیں گی۔ انشاء اللہ۔

واقعی فشاری اور اکسیرالبدن جیسی عبقری کی ادویات مریضوں کیلئے حیات ہیں۔ ان میں کرامات ہی کرامات ہیں۔ اللہ پاک ان ادویات کے ذریعے مریض کو شفاء ضرور دیتا ہے۔ لیکن شرط یہ ہے کہ اعتماد اور یقین کے ساتھ کچھ عرصہ ضرور استعمال کی جائیں۔ بعض اوقات میں اپنے مریضوں کو بھی عبقری ہی کی ادویات استعمال کراتا ہوں جس سے خاطر خواہ نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

جوہر شفاء مدینہ اور فشاری کا کمال

(رشیدہ خانم)

یہ اس وقت کی بات ہے جب میں حکیم صاحب کو جانتی بھی نہ تھی ایک دن ایسے ہی ماہنامہ عبقری اسٹال پر نظر آیا' لے آئی اس سے پتہ چلا یہ کوئی حکیم طارق صاحب ہیں۔ والدہ اکثر بیمار رہتی تھیں' چل پھر بھی نہیں سکتی تھیں اتنے میں فالج کا اٹیک ہو گیا' حکیم صاحب سے خط کے ذریعے رابطہ کیا تو ایک ہفتہ کے اندر جواب آ گیا' والدہ کو شوگر' بلڈ پریشر اور فالج تھا۔

حکیم صاحب نے لکھا تھا جوہر شفاء مدینہ اور فشاری آٹھ سے نو ڈبی استعمال کروائیں۔ یہ پچھلے سال جولائی اگست کی بات ہوگی۔ ماشاء اللہ میری والدہ اب چل پھر سکتی ہیں' خود کھانا پکاتی ہیں' فون پر باتیں بھی کر لیتی ہیں اور مجھے کہتی ہیں کہ میں نے بھی تمہارے ساتھ درس پر جانا ہے' ماشاء اللہ بھاگی پھرتی ہیں' بلڈ پریشر' شوگر سب نارمل ہے' فالج ٹھیک ہو گیا ہے۔

یہ سب عبقری کا احسان ہے کہ اس کے ذریعے مجھے حکیم صاحب ملے اور میری اور میری والدہ کی زندگی آسان ہو گئی۔

دکھوں اور روگوں کیلئے منفرد علاج

پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج

بچے کا داخل ہونا تھا کہ اس کی دعاؤں نے اثر کیا‘ قدرت مہربان ہوگئی‘ میں نے تین سالوں کے بعد پیٹ بھر کر کھانا کھایا‘ سارے ڈاکٹر اور گھر والے حیران تھے۔ اگلے روز اس یتیم بچے کو ہاسٹل میں داخلہ دلوایا اور بغیر سہارے کے ٹائلٹ تک چل کر گیا

مشہور کالم نویس اور دانشور جاوید چوہدری صاحب کچھ سال قبل روزنامہ جنگ سے وابستہ تھے۔ انہوں نے ایک حاجی صاحب کا واقعہ تحریر کیا کہ وہ کافی بیمار تھے۔ کئی سالوں سے ہر ہفتے پیٹ سے چار بوتل پانی نکلواتے تھے اب ان کے گردے واش ہوتے ہوتے ختم ہوچکے تھے۔ ایک وقت میں آدھا سلائس ان کی غذا تھی۔ سانس لینے میں بہت دشواری کا سامنا تھا۔ نقاہت اتنی کہ بغیر سہارے کے حاجت کیلئے نہ جاسکتے تھے۔

ایک دن جاوید چوہدری صاحب ان کے ہاں تشریف لے گئے اور انہیں سہارے کے بغیر چلتے دیکھا تو بہت حیران ہوئے انہوں نے دور سے ہاتھ ہلا کر چوہدری صاحب کا استقبال کیا‘ چہل قدمی کرتے کرتے حاجی صاحب نے دس چکر لان میں لگائے‘ پھر مسکرا کر ان کے سامنے بیٹھ گئے‘ ان کی گردن میں صحت مند لوگوں جیسا تناؤ تھا۔

چوہدری صاحب نے ان سے پوچھا کہ یہ معجزہ کیسے ہوا؟ کوئی دوا‘ کوئی دعا‘ کوئی پیتھی‘ کوئی تھراپی۔ آخر یہ کمال کس نے دکھایا۔ حاجی صاحب نے فرمایا میرے ہاتھ میں ایک ایسا نسخہ آیا ہے کہ اگر دنیا کو معلوم ہوجائے تو سارے ڈاکٹر‘ حکیم بیروزگار ہوجائیں۔ سارے ہسپتال بند ہوجائیں اور سارے میڈیکل سٹوروں پر تالے پڑجائیں۔ چوہدری صاحب مزید حیران ہوئے کہ آخر ایسا کونسا نسخہ ہے جو ان کے ہاتھ آیا ہے۔

حاجی صاحب نے فرمایا کہ میرے ملازم کی والدہ فوت ہوگئی‘ میرے بیٹوں نے عارضی طور پر ایک چھ سات سالہ بچہ میری خدمت کیلئے دیا‘ میں نے ایک دن بچے سے پوچھا کہ آخر کس مجبوری کی بنا پر تمہیں اس عمر میں میری خدمت کرنا پڑی‘ بچہ پہلے تو خاموش رہا پھر سسکیاں بھر کر بولا کہ ایک دن میں گھر سے باہر تھا‘ میری امی‘ ابو بھائی‘ بہن سب سیلاب میں بہہ گئے میرے مال مویشی ڈھور ڈنگر زمین پر رشتہ داروں نے قبضہ کرلیا۔ اب دنیا میں میرا کوئی نہیں۔ اب دو وقت کی روٹی اور کپڑوں کے عوض آپ کی خدمت پر مامور ہوں۔ یہ سنتے ہی حاجی صاحب کا دل پسیج گیا اور پوچھا بیٹا کیا تم پڑھو گے بچے نے ہاں میں سر ہلا دیا۔ حاجی صاحب نے منیجر سے کہا کہ اس بچے کو شہر کے سب سے اچھے سکول میں داخل کراؤ۔ بچے کا داخل ہونا تھا کہ اس کی دعاؤں نے اثر کیا‘ قدرت مہربان ہوگئی‘ میں نے تین سالوں کے بعد پیٹ بھر کر کھانا کھایا‘ سارے ڈاکٹر اور گھر والے حیران تھے۔ اگلے روز اس یتیم بچے کو ہاسٹل میں داخلہ دلوایا اور بغیر سہارے کے ٹائلٹ تک چل کر گیا‘ میں نے منیجر سے کہا کہ شہر سے پانچ ایسے اور بچے ڈھونڈ کر لاؤ جن کا دنیا میں کوئی نہ ہو۔ پھر ایسے بچے لائے گئے انہیں بھی اسی سکول میں داخل کرادیا گیا۔ اللہ تعالیٰ نے فضل کیا اور آج میں بغیر سہارے کے چل رہا ہوں۔ سیر ہوکر کھا پی رہا ہوں اور قہقہے لگا رہا ہوں۔ حاجی صاحب سینہ پھلا کر گلاب کی کیاریوں کی طرف چل دیئے اور فرمایا میں اب نہیں گروں گا جب تک کہ یہ بچے اپنے قدموں پر کھڑے نہیں ہوجاتے۔ حاجی صاحب گلاب کی کیاریوں کے قریب رک گئے اور ایک عجیب فقرہ زبان پر لائے۔ ’’قدرت‘ یتیموں کو سائے دینے والے درختوں کے سائے لمبے کردیا کرتی ہے۔‘‘

مجربات عبقری جو میرے آزمائے ہیں

بسم اللہ شریف کا لاک: ایک ہی سانس میں 3 بار بسم اللہ شریف پڑھ کر اپنی قیمتی چیز پر دم کرکے لاک کردیں۔ انشاء اللہ گم نہیں ہوگی۔

برائے درد ہر قسم: تین بار بسم اللہ شریف ساتھ سات بار أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰهِ وَقُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ ۔ اور پر ہاتھ رکھ کر پڑھ کر دم کریں۔

ڈینگی بخار کیلئے: سورۃ الانعام کی آیت نمبر 45 اول و آخر درود شریف 7-7 بار 21 مرتبہ پڑھ کر ہاتھ پر پھونک مار کر جسم پر ملیں۔

شوگر کیلئے: تخم سرس+گوند کیکر+کلونجی ہموزن لیکر صبح و شام استعمال کریں۔ **ہچکی کیلئے:** موٹی الائچی کا قہوہ مجرب ہے۔ نیز: تعوذ ایک سانس میں تین بار پڑھنا بھی مجرب ہے۔ **(ڈاکٹر ظہور احمد‘ فیصل آباد)**

مجھے عبقری پر فخر ہے

محمد فہیم خان‘ راولپنڈی

پیٹ بھر کر سالن کے ساتھ کھاتے ہیں‘ رات کو نیند بھرپور آتی ہے اور ایسے دوڑتے ہیں جیسے بقول انور صاحب کے تیس سال کا نوجوان ہوں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کا پرانا قاری ہوں اور عبقری کی بدولت جہاں اور لوگ مستفید ہورہے ہیں ان میں سے میں بھی ایک ہوں۔ رسالہ گوناگوں خوبیوں کا مالک ہے اور دوائیاں زخموں پر تیر بہدف مرہم ہیں۔ سکون افزاء کے متعلق میں صرف اتنا لکھنا چاہوں گا کہ جس فرم میں میں ملازم ہوں وہاں کے کیشیئر جناب انور صاحب ایئر فورس سے ریٹائر ہیں معدہ کی تکلیف اور اندرونی نہ جانے کیا کیا بیماریاں تھیں‘ پیشاب پاخانہ اور نامعلوم کتنے ٹیسٹ اور ہزاروں روپے ٹیسٹ میں خرچ کرنے کے بعد اتنے تنگ ہوگئے کہ بیان سے باہر۔ میری ملاقات ہوئی اور میں جوہر شفاء مدینہ کھا رہا تھا مجھے خیال ہوا کیوں نہ ان کو جوہر شفاء مدینہ دوں معاً خیال آیا کہ سکون افزا بھی لاکر دی جائے۔ ایک شیشی سکون افزاء کی لاکر دی اور انہیں یقین سے پینے کیلئے کہا اور اب تمام ٹیسٹوں سے جان چھوٹ گئی ہے اب ہر دس دن بعد دو بوتل منگواتے ہیں کہ خود تو استعمال کر ہی رہے ہیں دوسروں کو بھی استعمال کروا رہے ہیں۔ ایک وقت کی روٹی بمشکل ایک چپاتی وہ بھی سادہ پانی سے کھاتے تھے اور اب پیٹ بھر کر سالن کیساتھ کھاتے ہیں‘ رات کو نیند بھرپور آتی ہے اور ایسے دوڑتے ہیں جیسے بقول انور صاحب کے 30 سال کا نوجوان ہوں۔

ایسے ہی ایک اور دوست اسی فرم میں ہیں‘ کھانس کھانس کر بلغم نکال نکال کر اپنے ساتھیوں کو پریشان کرتے تھے‘ آنکھوں سے پانی‘ سانس لینا دوبھر‘ دو سیڑھی چڑھنا وبال‘ سانس پھول کر آنکھیں باہر آجاتی تھیں‘ گو میں حکیم تو نہیں ہوں مگر آپ کا قاری اور دواؤں کو استعمال میں لا رہا ہوں۔ سکون افزاء لاکر دی ساتھ شفائے حیرت سیرپ اور ساتھ ہی اکسیر البدن دس دنوں میں دوسری بوتل منگوا چکے ہیں اور حیران ہیں کہ اس سکون افزاء اور شفائے حیرت سیرپ کو پیتے ہی تمام اندر جما ہوا بلغم ڈھیروں کے حساب سے نکلا اور ایسے لگا جیسے اندر سے کوئی پھنسی ہوئی بلا نکل گئی ہے اور سکون آگیا ہے۔ دوسری شفائے حیرت بوتل استعمال میں ہے اور اکسیر البدن جاری ہے اور اب سکون و راحت محسوس کررہے ہیں اور ڈھیروں دعاؤں میں آپ کو اور مجھے یاد رکھا جارہا ہے۔ اب میرے بچے مجھے آپ کا شاگرد کہتے ہیں کہ ابو اپنے عبقری رسالہ کے مطالعے کا حق ادا کررہے ہیں۔ میں خود ستر شفائیں استعمال کررہا ہوں کہ شوگر اور انجائنا کا مریض ہوں میں الحمدللہ اتنا افاقہ محسوس کررہا ہوں کہ دو ماہ سے شوگر چیک کرانے کی نوبت ہی نہیں آئی۔ سانس میں کوئی تکلیف نہیں ہے۔

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

خوف کا نقش

میرے اندر ڈر اور خوف بہت بڑھ گیا ہے۔ خاص طور پر رات کے وقت بہت زیادہ خوف محسوس ہوتا ہے۔ ایک بار بھائی نے سیڑھیوں سے اچانک چھلانگ لگا کر مجھے ڈرایا۔ اس وقت سے یہ حالت بہت بڑھ گئی ہے۔ رات کو سوتے میں لگتا ہے کہ کوئی آ کر پکڑ لے گا۔ **(شائستہ حیات، گوجرانوالہ)**

جواب: آپ رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو آرام دہ حالت میں لیٹ کر آنکھیں بند کرلیں اور دل ہی دل میں یہ جملے دہرائیں کہ میں نے اپنے ڈر اور خوف پر قابو پالیا۔ یہ جملے دہراتی رہیں یہاں تک کہ نیند آجائے۔ مسلسل اس عمل کو کرنے سے انشاء اللہ تصور پر قائم خوف کا نقش مدہم پڑ جائے گا۔

میں ایک معلم ہوں

میں ایک معلم ہوں جس جگہ اپنے فرائض انجام دیتا ہوں، وہاں کے لوگوں میں میرا تاثر اچھا نہیں ہے اور وہ مجھے قدر کی نگاہ سے نہیں دیکھتے حالانکہ میں پوری تندہی اور خلوص سے اپنا کام کرتا ہوں۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ ایسا کیوں ہے۔ **(علی، لاہور)**

جواب: آپ اپنا فرض انجام دیتے رہیں اور پریشان نہ ہوں۔ روزانہ نماز عشاء کے بعد اکتالیس مرتبہ بسم اللہ الواسع جل جلالہ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس عمل کو نوے دن تک جاری رکھیں۔

بے سکونی

پریشان خیالی، دل کی کمزوری اور بے سکونی رہتی ہے۔ یہ حالت چند سال پہلے ہوئی تھی لیکن ختم ہوگئی تھی اب دوبارہ اس صورتحال کا سامنا ہے۔ دل کسی کام میں نہیں لگتا۔ بیزاری اور بے کیفی کا سامنا ہے۔ ایک نارمل اور پرسکون زندگی گزارنا چاہتی ہوں۔ **(کرن ملک، لاہور)**

جواب: علی الصبح ایک چمچہ شہد یا دو تین عمدہ کھجوروں پر 66 مرتبہ یااللہ یار بالرحیم دم کرکے کھالیا کریں۔ رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو آنکھیں بند کرکے تصور کریں کہ اسم ذات اللہ نورانی حروف میں لکھا ہوا ہے اور اس سے شعاعیں نکل کر آپ کے اندر داخل ہورہی ہیں۔ دس منٹ تک اس تصور کو قائم رکھیں اور پھر سوجائیں۔ انشاء اللہ بہت جلد تمام ناپسندیدہ کیفیات ختم ہوجائیں گی۔

بچوں کا شعور

میں گیارہ سالہ بیٹی اور نو سالہ بیٹے کی ماں ہوں۔ ہم تینوں کو بات کرتے وقت دقت ہوتی ہے۔ بہت جلد نروس ہوجاتے ہیں۔ بیٹا بولتے ہوئے ہکلاتا ہے۔ حسب حال مشورہ سے نوازیں۔ **(اسماء شفیق، کراچی)**

جواب: اس طرح کی صورتحال کئی وجوہات کی بنا پر ہوسکتی ہے مثلاً ماحول میں سختی، دباؤ اور تشدد کا ہونا، اعصابی کمزوری، نفسیاتی الجھنوں کا بار وغیرہ...... ان تمام باتوں کا تجزیہ کرنا اور اس کا تدارک ضروری ہے۔ خصوصاً بچوں پر زیادہ توجہ کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ ان کا شعور نشوونما کے مراحل طے کررہا ہوتا ہے اور جو کچھ نقوش اس پر مرتب ہوتے ہیں وہ گہرے ہوکر ان مٹ بن سکتے ہیں۔ بچوں کو زیادہ سے زیادہ توجہ اور محبت دیں اور انہیں شفقت سے نوازیں۔ روحانی طریقہ امداد یہ ہے کہ رات کو جب بچے گہری نیند سوجائیں تو سرہانے کھڑے ہوکر ایک مرتبہ سورۂ مریم کی پہلی آیت الگ الگ حروف میں واضح اور بلند آواز سے پڑھ دیں اس طرح کہ نیند خراب نہ ہو۔ آپ بھی جب رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو چند منٹ تک یہی حرف دہراتے ہوئے سوجائیں۔

کئی ماہ سے بخار

والد کئی ماہ سے بیمار ہیں۔ بظاہر کوئی بیماری نہیں ہے۔ صرف جسم سوج جاتا ہے۔ بدن میں درد رہتا ہے اور آئے دن بخار ہوجاتا ہے۔ جتنے طبی امتحانات ہوئے ہیں ان میں کوئی غیر معمولی بات سامنے نہیں آئی ہے۔ دوائیں کھا کھا کر والد صاحب تنگ آگئے ہیں۔ ان کی نظر بھی کمزور ہوتی جارہی ہے۔ کچھ عرصہ پہلے ان کی ٹانگ پر کسی چیز نے کاٹ لیا تھا جو بعد میں زخم کی صورت اختیار کرگیا۔ زخم صحیح ہوگیا لیکن جس جگہ زخم تھا وہ جگہ اب بھی سوج جاتی ہے۔

جواب: کسی معالج خصوصی سے رجوع کریں اور اس کے مشورے سے زیادہ دواؤں کے استعمال سے پرہیز کیا جائے۔ صبح پانی پر سو بار یَااَللّٰہُ یَارَحِیْمُ یَامُرِیْدُ یَابَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَابَدِیْعُ دم کرکے پلائیں۔ جو کے آٹے کی روٹی پر سو مرتبہ یَاغَفُوْرُ دم کرکے کھلائیں۔ انشاء اللہ شفائے کامل حاصل ہوگی اور تمام تکالیف کا سدباب ہوجائیگا۔

کیا میں عنقریب مرجاؤنگی

میں جماعت نہم کی طالبہ ہوں۔ دو سال سے مجھے ستارے نظر آتے ہیں جن کا رنگ سفید اور نیلا ہوتا ہے۔ لوگ کہتے ہیں کہ جس کو اس طرح کے ستارے نظر آتے ہیں اس کا وقت آخر قریب ہوتا ہے جب سے یہ بات معلوم ہوئی ہے میں بہت پریشان رہنے لگی ہوں۔ کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ خود کو زندہ لاش کی طرح محسوس کرتی ہوں۔ دل زور زور سے دھڑکتا ہے اور ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہتے ہیں۔ **(علینا، کراچی)**

جواب: جس نے بھی آپ کو یہ بات بتائی ہے غلط بتائی ہے اور غیر ذمہ داری کا ثبوت دیا ہے۔ ذہن سے موت کا خیال بالکل نکال دیں۔ اس طرح کی کیفیت اعصابی کمزوری یا بصارت کی بعض خامیوں میں واقع ہوسکتی ہے۔ متوازن غذا استعمال کریں اور صبح اور رات کو پانی پر اکیس مرتبہ یَارَحِیْمُ دم کرکے پی لیا کریں اور ساتھ کسی معالج سے مشورہ کریں۔

ایک چھت تلے اجنبی

متوسط گھرانے سے تعلق رکھتا ہوں اور ہم کل تین بہن بھائی ہیں ہم لوگوں میں اتفاق بالکل نہیں ہے اور آئے دن ناراضگی ہوجاتی ہے۔ بہنیں مجھ سے بات نہیں کرتیں۔ والدین ہماری روز روز کی تلخیوں سے تنگ آچکے ہیں لیکن ہم ایک چھت کے نیچے اجنبیوں کی طرح رہتے ہیں۔ کئی دفعہ میں نے بات چیت میں پہل کی ہے لیکن بات نہیں بنتی۔ کبھی کبھی مجھے اپنا قصور محسوس ہوتا ہے شاید میں خود غرضی کا مظاہرہ کرجاتا ہوں۔ کبھی سوچتا ہوں کہ گھر سے دور چلا جاؤں۔ میں بہت

پریشان ہوں کسی کے آگے جھکنا مجھے پسند نہیں ہے۔ **(ماجد، پشاور)**

جواب: آپ کے تفصیلی خط کا خلاصہ درج کیا گیا ہے جس میں بہت سی باتیں توجہ طلب ہیں اور کئی باتوں میں تضاد موجود ہے۔ مختصراً عرض ہے کہ آپ اپنے فکر وعمل کو درست رکھیں دوسروں کا معاملہ ان کے ذمے ہے لیکن آپ اپنا کردار بحسن وخوبی نبھائیں۔ یہ سوچنا کہ گھر سے دور چلاؤں۔ آپ کے زیادہ جذباتی ہونے کی عکاسی کرتا ہے اور اس سے آپ کو کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوگا۔ چھوٹی باتوں پر ناراض ہونا ترک کردیں کیونکہ مختلف افراد کے مختلف مزاج ہوتے ہیں اور اگر ان باتوں کو وجہ اختلاف بنالیا جائے تو کبھی خوشگوار ماحول پیدا نہیں ہوسکتا۔ ان تمام باتوں پر غور کرنے اور عملی قدم اٹھانے سے مسئلہ حل ہوگا۔

عجیب کیفیات

پچھلے چھ ماہ سے عجیب کیفیات سے دوچار ہوں۔ ڈر خوف کے ساتھ گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ لگتا ہے کہ میری روح پرواز کرجائے گی۔ ایک حیرت انگیز بات یہ ہے کہ یہ حالت صرف اس وقت ہوتی ہے جب میں گھر کے اندر ہوتی ہوں‘ کہیں باہر چلی جاؤں تو ایسی حالت نہیں ہوتی۔ اسی لیے یہ خیال گزرتا ہے کہ کسی نے پریشان کرنے کیلئے ہمارے گھر پر کوئی عمل وغیرہ تو نہیں کرادیا۔ طرح طرح کے معکوس خیالات ذہن میں پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ **(عاصمہ علی، ملتان)**

جواب یَااَللّٰہُیَارَحْمٰنُ ان دونوں اسماء کو زیادہ سے زیادہ پڑھا کریں اور پڑھتے وقت کوشش کریں کہ توجہ ذکر پر قائم رہے۔ لوبان کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں پر سورۂ فلق سو بار دم کرلیں اور روزانہ چند ٹکڑے عصر اور مغرب کے درمیان گھر میں جلایا کریں۔ اس عمل کو چالیس دن کریں۔ اس خیال کو دل میں جگہ نہ دیں کہ کسی نے گھر پر کچھ کرادیا ہے۔ چند ہفتوں میں نمایاں فرق محسوس ہوجائے گا۔

پریشانیوں نے گھیر رکھا

ایک عرصہ سے طرح طرح کی پریشانیوں نے گھیر رکھا ہے مسلسل بیماریوں کے ساتھ ساتھ معاشی حالات بھی خراب ہیں۔ دیگر سماجی مسائل کا بھی سامنا ہے۔ ان تمام حالات کی وجہ سے گھریلو سکون رخصت ہوگیا ہے۔ خیر وبرکت ختم ہوگئی ہے۔ کوشش کے باوجود حالات مائل بہ اصلاح نہیں ہوتے۔ **(کہکشاں، شاہکوٹ)**

جواب: نماز فجر کے بعد تین سو بار یَابَاسِطُ پڑھ کر دعا کیا کریں کم ازکم نوے دن تک اس اسم کو پڑھیں۔

شوہر کی ترقی

میرے شوہر کی ترقی ایک عرصہ سے رکی ہوئی ہے۔ حالات اس طرح کے ہوجاتے ہیں کہ ان کا ترقی پانا ممکن نہیں ہوتا۔ کوئی اسم یا وظیفہ اس صورتحال کے مطابق تلقین کریں۔ **(عظمیٰ، لیہ)**

جواب: آیۃ الکرسی روزانہ نماز عشاء کے بعد اکتالیس مرتبہ اول وآخر گیارہ گیارہ بار درودشریف کے ساتھ پڑھا کریں۔ نوے دن تک اس وظیفے کو پڑھیں۔

ہاتھ دیکھ کر کہا

کئی لوگوں نے میرا ہاتھ دیکھ کر کہا ہے کہ تمہاری دو شادیاں ہوں گی۔ یہ سن کر میں بہت پریشان ہوگئی ہوں میری منگنی کو چھ ماہ ہوگئے ہیں کیا ہاتھ کی لکیروں سے مستقبل کا انکشاف ممکن ہے۔ **(فرحت، امرپورہ)**

جواب: ہاتھ کی لکیروں سے حالات و واقعات کا معلوم کرنا بہرحال ایک ظن وقیاس کی حیثیت رکھتا ہے اور اسے حتمی مقام نہیں دیا جاسکتا۔ پریشان ہونے کی قطعی ضرورت نہیں ہے۔ ذہن سے اس طرح کے خیالات دور کردیں۔

حسب منشاء بیوی

میری عمر تیس سال ہے‘ ٹیچر ہوں اور تعلیم ایم اے تک ہے‘ اپنا کاروبار بھی ہے‘ مالی حالت بفضل خدا اچھی ہے لیکن زندگی میں ایک الجھن مسلسل موجود ہے کہ کسی تعلیم یافتہ لڑکی کا اچھا رشتہ مل جائے لیکن بظاہر کوئی امید نظر نہیں آتی‘ معیار سے نیچے آکر رشتہ منظور کرنا بھی مناسب نہیں ہے‘ میں نماز اور تلاوت قرآن پاک کا پابند ہوں۔ **(حسن علی، لاہور)**

جواب: حالات کی تبدیلی اور بہتری کیلئے روزانہ رات کو تین سو بار یَاحَکِیْمُ پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کریں تین ماہ تک انشاءاللہ اسباب وعوامل پیدا ہونگے۔

گھر گھر نہیں

مسئلہ میرے گھر کے حالات سے متعلق ہے‘ میرے والدین اور بھائی نماز کے پابند ہیں اس کے باوجود حال یہ ہے کہ ذرا ذرا سی بات پر لڑنے لگتے ہیں اور بات آگے تک چلی جاتی ہے‘ گھر میں تناؤ کی کیفیت رہتی ہے اور لوگ آپس میں بات نہیں کرتے‘ کسی کو اپنے غصے پر قابو نہیں ہے‘ والدہ پریشان رہتی ہیں اور والد و بھائی باہر رہتے ہیں‘ گھر گھر نہیں لگتا۔ **(تہمینہ، ملتان)**

جواب: روزانہ صبح سورج نکلنے سے پہلے وضو کرکے ایک بار یَاوَدُوْدُ پڑھ کر پانی پر دم کرکے بھائی اور والد صاحب کو پلائیں جس قدر بھی اور جب بھی ممکن ہو یہ عمل کیا جائے۔ والدہ سے کہیں کہ وہ روزانہ رات کو بسم اللہ الرحمن الرحیم سو بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ اپنے چہرے پر پھیرلیا کریں۔ مسلسل تین ماہ یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام پریشانیاں اس عمل سے دور ہوجائیں گی بہت ہی مجرب عمل ہے۔

پہلی نظر میں پسند آئے

میری شخصیت میں ٹھہراؤ مفقود ہے‘ برداشت کا مادہ ناپید ہے‘ چاہے کتنا ہی پڑھ لوں‘ امتحان کا سوالنامہ سامنے آتے ہی طبیعت خراب ہوجاتی ہے‘ ساری باتیں دماغ سے نکل جاتی ہیں‘ کسی عورت نے میری والدہ کو بتایا کہ تمہارے تینوں بچوں پر جادو کرایا گیا ہے‘ امتحان کا نتیجہ خراب آنے کی وجہ سے ہر شخص مجھ سے خفا ہے‘ مجھے ہر بات میں ناکامی کا سامنا کرنا پڑتا ہے‘ کوئی ایسا طریقہ عمل بتائیں کہ میری شخصیت ہر شخص کو پہلی نظر میں پسند آئے میں ہروقت پریشان رہتی ہوں کیونکہ مجھے کچھ بھی نہیں آتا۔ **(ب، راولپنڈی)**

جواب: عورت کا کہنا درست نہیں ہے‘ وہم میں مبتلا نہ ہوں‘ آپ نماز فجر کے بعد چالیس روز تک پانی پر ایک بار یَاوَدُوْدُ دم کرکے پیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے تین سو مرتبہ یَااَللّٰہُیَاکَرِیْمُ کا ورد کرکے ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں۔

وظیفے نے کمال کردیا......!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہماری والدہ محترمہ کی ملنے والی ہیں وہ والدہ کے پاس آئیں اور بڑی پریشان تھیں والدہ نے وجہ پوچھی تو بتایا کہ دو بیٹوں کی شادی ہے‘ لڑکی والوں نے انکار کردیا ہے اور چار دن بعد شادی ہے۔ والدہ نے آپ کے ماہنامہ عبقری سے آپ کا بتایا ہوا وظیفہ انہیں دیا۔ انہوں نے جاکر فوراً اسے شروع کردیا اور پڑھتے ہی دو بہنوں کا رشتہ دونوں بیٹوں کیلئے آگیا اور مقررہ تاریخ پر شادی کرکے وہ کچھ دن بعد امریکہ روانہ ہوگئیں یہ ایک سال پہلے کی بات ہے الحمدللہ وہ دونوں بیٹے اپنے اپنے گھر میں خوشگوار زندگی گزار رہے ہیں۔ **عمل: سوا سیر گندم پر اللہ الصمد پڑھ کر اس گندم کو دریا میں بہانا ہے۔ یہ عمل سات دن تک کرنا ہے۔** **(ہمشیرہ احمد شاہ، فیصل آباد)**

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

جو کرتا ہے اللہ کرتا ہے......

(ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک)

''جو کرتا ہے اللہ کرتا ہے اور اللہ جو کرتا ہے بہتر کرتا ہے'' یہ وہ تحریر ہے جو میرے کلینک میں داخل ہوتے ہی ایک طرف آویزاں ہے اس تحریر کا بظاہر تو مطلب صاف سا ہے جو ہر شخص جانتا ہے اور اس پر یقین بھی سب کو ہے مگر اس پر ایمان کوئی کوئی رکھتا ہے اگر ہم دل سے مانتے ہیں کہ تمام اختیارات اللہ ہی کے پاس ہیں تو پھر اکثر ایسا کیوں کہتے ہیں؟ کہ کاش اے ہمارے رب اگر ایسا ہو جاتا تو بہت اچھا تھا' جب سب کچھ اللہ ہی نے کرنا ہے تو ہمیں ایسا نہیں کہنا چاہیے کیونکہ ایسا کہنے سے ہم گنہگار ہو جاتے ہیں۔ کیونکہ اللہ سب کچھ جانتا ہے وہ بھی جو ہم نہیں جانتے' پھر یہ کہنا کہ اگر ایسا ہو جاتا...... یہ گناہ ہے۔ ہم اکثر کہتے ہیں کہ ہماری دعا قبول نہیں ہوتی میرے پاس کئی مریض شکوہ کرتے نظر آتے ہیں کہ اگر ہمیں بھی اللہ لاکھوں روپے دے دیتے تو کتنا اچھا ہوتا اس کے خزانے میں کیا کمی ہوتی ہے میں ان کو اکثر سمجھاتا ہوں اگر آپ کو اللہ تعالیٰ دس بیس لاکھ دے دیتے اور ساتھ ہی ایک ٹانگ کسی حادثے میں ضائع کر دیتے اور آپ کو علاج معالجے میں دس لاکھ خرچ کرنے پڑ جائیں تو آپ کیسا محسوس کریں گے کیا آپ ان دس لاکھ کے بغیر اچھے نہیں پھر اللہ تعالیٰ آپ سے زیادہ بہتر جانتے ہیں۔

میرے پاس اکثر لیڈیز آتی ہیں تو کسی کا بی پی لو اور کسی کا ہائی...... مگر پرابلم سب کا ایک جیسا...... سب پریشان...... کیوں بہن کیا پریشانی ہے...... کیا کروں بھائی...... میاں کی آمدنی کم ہے میرے تو نصیب ہی خراب ہیں جس دن سے ان کے گھر آئی ہوں ایک دن بھی چین کا نہیں اس سے تو اچھی موت ہوتی...... آپ کیوں پریشان ہیں؟ کیا کروں ساس اچھی نہیں' نند اچھی نہیں' آپ کا بی پی کیوں ہائی رہتا ہے؟ کیا کروں! ڈاکٹر صاحب اللہ تعالیٰ کسی فقیر سے بیاہ کرا دیتا اس امیر سے نہیں' میں کیا کروں ایسی دولت کو جو دل کو سکون نہ دے سکے' میں تو اپنے تمام مریضوں کو دلی سکون اور دنیاوی مسائل کیلئے دو انمول خزانے پڑھنے کیلئے دیتا ہوں اور بتاتا ہوں کہ سب کچھ کرنے والی ذات اللہ ہی کی ہے آپ کے حالات کو بدلنے والا بھی اللہ ہی ہے آپ کے جذبات کو بدلنے والا بھی اللہ اور آپ کو سکون دینے والا بھی اللہ...... یہ دو انمول خزانے میں مفت تقسیم کرتا ہوں۔ کئی لوگوں کو دو انمول خزانے بتائے تو ان کے حالات بدل گئے' کئی عورتوں کو روکھی سوکھی میں بھی سکون آ گیا' بہت سارے لوگوں کا بی پی پرابلم صرف دو انمول خزانے اور اس بات پر یقین کہ جو کرتا ہے اللہ کرتا ہے اور اللہ جو کرتا ہے بہتر کرتا ہے کے بعد ٹھیک ہو گئے۔

دو انمول خزانے پڑھ کر احساس ہوتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کی ذات تمام انسانوں سے یکساں محبت رکھتی ہے اگر آپ دو انمول خزانے کا وظیفہ نمبر 2 کریں کسی بھی مسئلے کیلئے اور دل میں اس بات کا یقین ہو کہ اللہ ہی آپ کی مدد کرنے والا ہے تو آپ یقین جانیں کہ وہ تمام کام جو آپ کے نزدیک ناممکن ہوں...... ہو سکتے ہیں مگر آزمائش کیلئے نہیں بلکہ دل سے خشوع اور یقین کے ساتھ کہ جو کرنا ہے اللہ تعالیٰ ہی نے کرنا ہے۔

میرے ایک دوست کی زبانی کہ ایک شخص حضرت پیر مہر علی شاہ صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے پاس پیش ہوا اور چند دن خدمت کی اور جانے لگا تو کہا کہ حضرت میرے لیے کچھ ایسا فرما دیں جو میرے لیے مشعل راہ ہو آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ''اپنے اور اللہ کے درمیان کبھی فرق نہ سمجھنا'' بندہ چلا گیا اپنے گھر کی راہ لی مگر سارے راستے سوچتا رہا...... آخر کار اپنے شہر پہنچ گیا لیکن بات ہضم نہ ہوئی یہ کیا کہہ دیا پیر صاحب نے...... کہاں میں کہاں وہ ذات...... کوئی عقل نہ پڑی تو واپس پیر صاحب رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں حاضر ہوا...... جناب میں کچھ دن پہلے آیا تھا آپ نے یہ بات ارشاد فرمائی تھی کچھ پلے نہ پڑا اب پھر حاضر ہوا ہوں...... آپ نے فرمایا اے اللہ کے بندے جب تو آج گھر سے چلا تھا تو دن کی روٹی تیرے پاس تھی تو نے دن کا کھانا کھایا تیرے پاس چار روٹیاں تھیں تیرے کھانے کے دوران ایک فقیر آیا اس نے تجھ سے اللہ کے نام پر کھانے کا سوال کیا تو نے اس کو کھانا کھلایا اس کو دو روٹیاں دیں تاکہ اللہ تعالیٰ تجھ سے خوش ہو تیرے انصاف پر کہ تو نے دو خود کھائیں اور دو اللہ کے نام پر دیں۔ اس نے کہا جی بالکل ایسا ہی ہوا تھا آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا مگر تم نے جو دو روٹیاں اسے کھانے کو دیں اور جو اپنے لیے رکھیں دونوں میں فرق تھا تم نے جو کھائی ان پر گھی لگا تھا اور جو اللہ کے نام پر دیں وہ بغیر گھی کے تھیں اب خود بتاؤ کہ کیا یہ فرق نہیں ہے؟ وہ آدمی سن کر پریشان ہو گیا کہ بالکل ایسا ہی ہوا تھا۔ بس قارئین سے گزارش ہے کہ اللہ کے نام پر جب بھی دیں تو بے لوث ہو کر دیں۔

جگر یرقان' ہیپاٹائٹس کا شافی علاج

(عامل حکیم سردار خان)

گل منڈی' گل سرخ' چرائتہ' سنا مکی' سونف' دھنیہ ایک تولہ۔ صندل سرخ چار تولہ' پنیر ڈوڈھی آدھا کلو' برگ نیم' گاؤزبان' گل نیلوفر' عناب' ترپھلہ' ادرک' لسوڑھے' آلو بخارا' بنفشہ' شاہترہ' املی ایک ایک تولہ لینا ہے۔

یرقان کے ہزاروں مریض آخری سٹیج پر پہنچے ہوئے تھے کسی بھی قسم کا مریض ہو میں تین سال سے استعمال کر رہا ہوں' مجھے یہ نسخہ میرے نانا جی منشی الٰہی بخش سے ملا۔

85 مریضوں کو دیا' وہ مریض موجود ہیں۔ خود مولوی غلام سرور صاحب ان کے پانچ بیٹے ہیں نوکریاں چھوڑ دی ہیں یہی نسخہ چلاتے ہیں۔ ان کے پاس ہزاروں مریض شفاء یاب ہوئے اور ہو رہے ہیں۔

ایک مریض آیا بالکل کالا رنگ ایسے کہ بدن میں خون نہیں' چار ماہ استعمال کیا بالکل تندرست ہو گیا۔ یہ مریض آخری سٹیج کا تھا۔

تمام چیزیں 20 کلو پانی میں رات کو بھگو رکھیں' صبح ہلکی آنچ پر پکائیں' 12 کلو پانی رہ جائے تو اتار لیں اور چھان کر محفوظ کر لیں۔ 40 گرام بینزوئیٹ ڈال دیں تاکہ خراب نہ ہو۔ ایک ایک کپ صبح و شام مریض کو پلائیں

سورۂ فاتحہ اور درود ابراہیمی کا کمال

میری بچی کا اس کے سسر اور ساس نے جینا حرام کیا ہوا تھا چار دفعہ اول وآخر درود ابراہیمی فجر کے فرضوں کے بعد میری بچی پڑھتی رہی' کچھ ہی عرصے بعد میری بچی خوشحال ہوگئی اور سسر ساس نے تنگ کرنا چھوڑ دیا۔

میری ایک بھانجی کے خاوند نے دوسری شادی کرلی اس بچی نے ایک ماہ پڑھا پہلے اسے یقین نہیں آتا تھا اس کے خاوند نے آخر اس فاحشہ عورت کو طلاق دے دی اس کا خاوند راہ راست پر آگیا۔ ایک اور فائدہ ہوا کہ بھانجی پانچ وقت کی نمازی بن گئی۔ میرے ایک دوست کی بیوی فوت ہوگئی وہ ایک جگہ شادی کرنا چاہتا تھا' حرام نہیں کرنا چاہتا تھا۔ اس بچی نے اس کے پیغام نکاح کو قبول کرلیا آخر باعزت شادی ہوگئی۔ سورۃ فاتحہ چالیس بار نماز فجر کے بعد پڑھی چالیس دن۔ (ہر جائز مقصد کیلئے)

دنیا جہاں کا کوئی کام ہو۔ گیارہ سال سے ایک کیس تھا سورۃ الفاتحہ سے کامیابی ہوئی' کیس میں پانچ آدمی تھے سب بری ہوگئے۔ ایک دوست کا زمین کا مقدمہ سپریم کورٹ میں تھا۔ اس نے خود' اس کی بیوی بچوں سب نے پڑھے۔ مقدمے کا فیصلہ اس کے حق میں آیا۔ اول وآخر درود ابراہیمی گیارہ مرتبہ وَاَلْقَيْتُ عَلَيْكَ مَحَبَّةً مِّنِّی وَلِتُصْنَعَ عَلٰی عَيْنِی مقصد کا تصور ہو' 313 بار پڑھیں۔ ہر جائز مقصد کیلئے ہے۔ شادی نہ ہوتی ہو گھریلو جھگڑے دو خاندان ٹوٹنے والے ہوں' مٹھائی پر دم کرکے یا پانی پر دم کرکے دیا کریں۔ استاد صاحب نے یہ عمل مجھے عطا کیا تھا۔

سورۃ الفیل کچی اینٹ لے کر دن کے بارہ بجے سورۃ الفیل اکتالیس بار تصور کرکے تین دن پڑھنا ہے' آخری دن پڑھ کر پر پھونک مارنی ہے۔ چوتھے دن وہ اینٹ ویران کنویں میں ڈال دیں جو تصور کیا ہو قبضہ چھڑانے کیلئے یا کسی اور مقصد کیلئے اول وآخر درود شریف نہیں پڑھنا' یہ مجھے مولوی غلام سرور نے دیا۔

سفوف ٹھنڈک

(حکیم سعید احمد' بہاولپور)

یہ نسخہ گرمیوں کا تحفہ ہے۔ مثانہ کی گرمی' پیچش' دھات قطرے پیشاب میں جلن وغیرہ کیلئے یہ نسخہ بہت ہی مجرب ہے۔ نسخہ حاضر ہے۔ **ھوالشافی:** طباشیر اصلی بانس والا 10 گرام' صندل سفید 10 گرام' کشنیز 50 گرام' الائچی خورد 25 گرام' گل نیلوفر 20 گرام' مصری 50 گرام' کشتہ عقیق 10 گرام' کشتہ سنگ یشب 10 گرام' کشتہ مرجان 10 گرام' کشتہ ابرق سفید 10 گرام' زہر یہرہ خطائی 10 گرام۔ ان سب چیزوں کو ملا کر سفوف بنالیں۔ جس مرض کی کوئی دوائی سمجھ نہ آئے اس کو یہ دوائی دے دیں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

خون بند کرنے کیلئے: جسم سے کسی قسم کا خون جاری ہو نکسیر وغیرہ فوراً بند ہوجاتا ہے۔ نسخہ حاضر خدمت ہے۔ یہ نسخہ بہت مجرب ہے۔ **ھوالشافی:** کہرباشمی' دم الخوائن' سنگجراح' اقاقیہ' گل انار' گل ارمنی' انجبار تمام چیزیں دس دس گرام لیں اور ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کرلیں۔ دو ماشہ کی پڑیاں بنائیں اور شربت انجبار کے ساتھ استعمال کریں۔ دو تین پڑیوں سے انشاء اللہ خون بند ہوجاتا ہے۔ تقریباً کم از کم بیس دن استعمال کروائیں۔ مکمل طور پر ٹھیک ہوجائیں گے۔

ایک دفعہ ایک بچے کو ہمارے پاس لے کر آئے کہ بھائی بچے کی عمر تقریباً دس سال ہوگئی ہے اس کا رنگ پیلا رزد تھا' گود میں اٹھایا ہوا تھا کبھی آنکھیں کھولتا تھا کبھی بند کرلیتا تھا ان لوگوں نے کہا ڈاکٹروں نے جواب دے دیا ہے کہ ہمارے بس کی بات نہیں ہے۔ چار ماہ ہسپتال میں مریض رہا۔ ہم نے کہا بھائی اس کے اندر کچھ نہیں ہے ہم اس کو دوائی نہیں دیتے۔ انہوں نے کہا ہم پہلے بھی آپ سے دواوئی لے کر گئے تھے بچہ ٹھیک ہوگیا تھا اس نے کھجوریں کچی کھالیں اور دھوپ میں پھرتا رہا اس لیے دوبارہ بیمار ہوگیا ہے پھر ہم ہسپتال لے گئے وہاں ہم چار ماہ رہے جب ٹھیک نہ ہوا تو ہم نے مشورہ کیا بھائی اس حکیم صاحب کے پاس لے چلتے ہیں مہربانی فرما کر دوائی دیں آپ کی مہربانی ہوگی۔ میں نے اللہ رب العزت کو یاد کرکے ایک پڑیا اسی وقت اس کو شربت انجبار کے ساتھ دی' شربت انجبار بھی میں نے خود ہی تیار کیا ہوا تھا۔ اللہ کے فضل و کرم سے ٹھیک آدھے گھنٹے کے بعد بچہ اٹھ کر بیٹھ گیا۔ اللہ تعالیٰ نے اس بچے کو ٹھیک کردیا۔ اس طرح بہت زیادہ لیڈیز کو بھی اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کیا۔ قارئین یہ نسخہ بہت مجرب ہے۔ یہ نسخہ میں نے جس کو بھی دیا اللہ تعالیٰ نے اس کو ٹھیک کیا ہے۔

نظر' قوت خاص' اعصابی کمزوری کیلئے مجرب نسخہ

ھوالشافی: زیرہ سفید' سونف' دھنیہ' مغز اخروٹ' ناریل' مغز چلغوزہ' مغز تربوز' مغز خربوزہ' مغز کھیرا' مغز پستہ' مغز بادام تمام 50,50 گرام۔ الائچی خورد 20 گرام' کشتہ مروارید 3 گرام' کشتہ فولاد 3 گرام' کشتہ بیخ مرجان 3 گرام' کشتہ عقیق 3 گرام' کشتہ سونا 3 گرام' تخم بھنگ 20 گرام' مصری ایک کلو' دال ماش ایک کلو' دیسی گھی ایک کلو۔ **ترکیب بناوٹ:** دال ماش کو رات کو پانی میں بھگو دیں۔ صبح ہاتھوں سے مل کر صاف کریں اور پھر دال کو کوٹ لیں اور بعد میں دیسی گھی میں بھون لیں اور پھر مصری پیس کر اس میں ڈال دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر باقی ماندہ چیزیں شامل کریں۔ صبح وشام ایک ایک چمچہ کھائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ چونکہ نسخہ بہت طاقتور ہے اس لیے گرم مزاج کم مقدار میں کھائیں اور سرد مزاج جتنی مقدار لکھی اتنا ہی کھائیں' گرم اور ترش اشیاء سے پرہیز ضروری ہے' بادی اور بازاری چیزوں سے پرہیز ضروری ہے۔

بلغمی کھانسی کیلئے مجرب ترین نسخہ

گھیکوار 2 کلو' چار نمک 400 گرام' ست پودینہ 6 گرام لے کر سب کا سفوف بنالیں۔ **ترکیب بناوٹ:** گھیکوار اور چار نمک کو کڑاہی میں ڈال کر خوب پکائیں۔ جب یہ جل کر راکھ ہوجائے تو بعد میں ست پودینہ شامل کردیں پانچ ماشہ کی ایک پڑیا صبح وشام پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ جو کھانسی ٹھیک نہ ہوتی ہو اس کیلئے بہت ہی مجرب ہے۔ اس سے بہت پرانی سے پرانی کھانسی کے مریض ٹھیک ہوئے ہیں۔

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)......درس

عیدالفطر کے دوسرے دن صبح 9 بجے

قرب الٰہی' عشق مصطفی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم' روحانی ترقی' گھریلو الجھنیں' جادو' جنات' بندش اور الجھے حالات کے موضوع پر انشاء اللہ درس ہوگا اور حکیم صاحب حیرت انگیز وظائف اور انوکھے روحانی بھیدوں کا انکشاف کریں گے۔ کاپی قلم ہمراہ لانا نہ بھولیں! درس کی سی ڈی اور کیسٹ بھی بعد میں دستیاب ہوگی۔ انفرادی ملاقات سے پیشگی معذرت!!!

نوٹ: عید کے تیسرے دن قلعہ ڈیرآور شاہی مسجد درس

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

فوزیہ' اٹک۔ شیخ محمد مقصود احمد' سیالکوٹ۔ امجد' رحیم یار خان۔ محمد معاویہ' حضرو۔ نادیہ' لاہور۔ سمعیہ کلثوم' سرگودھا۔ علینا بابر' لاہور۔ حافظ محمد طاہر' سرگودھا۔ مسز نوید احمد' لکی مروت۔ محمد آصف محمود' کنڈیارو۔ مولانا سلیم اللہ سومرو' کنڈیارو۔

(بقیہ: میری زندگی کے عجیب تجربات ومشاہدات)

یا کھانا وغیرہ کھانے کی وجہ سے اس کے سینے میں سخت تکلیف ہوتی تھی چنانچہ بندہ ناچیز کا وہ دوست اپنے ماں باپ کے ساتھ بندہ ناچیز کے پاس آیا اور اپنی بچی کی حالت بیان کی تو بندہ نے انہیں تسلی دی اور یہ کہہ کر کہ جادو کی ایسی کی تیسی...... کہ وہ اللہ کے کلام کا مقابلہ کرے یا اس کے سامنے ٹھہر سکے۔ الغرض مسلسل اکیس دن سورۃ الکافرون تیل پانی اور شہد پر دم کرکے استعمال کرایا چونکہ پانی اور شہد اس کے حلق سے نہیں گزرتا تھا اس لیے پہلے سات دن صرف تیل کی مالش کرائی (تین وقت)۔ الحمدللہ آٹھویں دن شہد اور پانی جب اس کے حلق کے نیچے گیا تو سینے میں پہلے پہل ہلکی سی تکلیف ہوئی پھر آہستہ آہستہ یہ تکلیف ختم ہوگئی۔ بندہ ناچیز کو یہ تعداد تو معلوم نہیں کہ سورۃ الکافرون کے عمل سے کتنے لوگوں کو فائدہ ہوا جو یاد تھا لکھ دیا البتہ یہ تجربہ ضرور ہے کہ جس پر بھی سورۃ الکافرون کا سات دن مع اول وآخر آٹھ نوافل عمل آزمایا الحمدللہ تیر بہدف ثابت ہوا کبھی خطا نہیں گیا۔

املی کی کھٹاس صحت کی مٹھاس

بنت انعم' راولپنڈی

بچوں کی قبض کو دور کرنے کیلئے املی کا مربہ بے حد مفید ہے' اسے بچے شوق سے کھا بھی لیتے ہیں ☆ املی' شہد اور کسٹر آئل ملا کر پلکوں پر لگانے سے پلکیں لمبی اور گھنی ہو جاتی ہیں۔ سدہ' جگر کی خرابی اور یرقان میں املی دو تولہ' تخم کاسنی سات ماشہ' گل نیلوفر دو تولہ اور مکو بھگو کر پینا بہت مفید ہے۔

املی ایک سدا بہار درخت ہے' خوبصورت اور تناور درخت ہے اس پر نئے پتے اپریل مئی کے مہینے میں نکلتے ہیں۔ یہ درخت کبھی پتوں سے خالی نہیں ہوتا اس کے بیجوں سے بیس فیصد تیل نکلتا ہے۔ بازاری املی میں عام طور پر نمک کی ملاوٹ ہوتی ہے جبکہ دوائی میں استعمال ہونے والی املی نمک سے پاک ہونی چاہیے۔ اس کا رنگ سرخ ہوتا ہے اگر املی پرانی ہو تو اس کا رنگ سیاہ ہو جاتا ہے۔ اس کا مزاج سرد درجہ اول اور خشک درجہ دوم ہوتا ہے۔ اس میں وٹامن اے' بی اور سی شامل ہوتے ہیں۔ اس کی مقدار خوراک دو تولہ سے پانچ تولہ تک ہے' اس کا ذائقہ ترش ہوتا ہے۔

املی کے فوائد

☆ دل و معدہ کو قوت دیتی ہے۔ ☆ صفرا کو دستوں کے ذریعے نکالتی ہے۔ ☆ وبائی امراض کے زہر کو دور کرتی ہے۔ ☆ بخار صفراوی کی صورت میں چار تولہ املی پانی میں بھگو کر پینا بے حد مفید ہے۔ ☆ املی کے پتوں سے زخم دھونے سے زخم جلدی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ ☆ پیٹ کے جلن' دل کی گھبراہٹ اور گرمی کو دور کرنے کیلئے گل نیلوفر چھ ماشہ' تخم کاسنی سات ماشہ' آلو بخارا سات ماشہ اور املی دو تولہ پانی میں بھگو کر چھان کر پینا مفید ہے۔ ☆ بھوک کی کمی اور قوت ہاضمہ کو بڑھانے کیلئے املی کی چٹنی بنا کر استعمال کرنا بہت فائدہ مند ہے۔ ☆ معدہ' جگر کی خرابی اور یرقان میں املی دو تولہ' تخم کاسنی سات ماشہ' گل نیلوفر دو تولہ اور مکو بھگو کر پینا بہت مفید ہے۔ ☆ املی کا گودا بحری جہاز پر سفر کے دوران ساتھ رکھنا بہت مفید ہوتا ہے کیونکہ قے روکنے کیلئے انتہائی مجرب ہے۔ ☆ معدے کے زہریلے مواد کو خارج کرنے کیلئے گل سرخ چھ ماشہ' پودینہ خشک چھ ماشہ زرشک شیریں دو تولے' املی پانچ تولے' پہلی تین ادویہ کو ڈیڑھ کلو پانی میں جوش دیں اور املی کو شامل کر کے ٹھنڈا کریں' پھر چینی کا اضافہ کر کے دو چمچے ہر پندرہ منٹ بعد مریض کو دیں ایک دو روز کے اندر ہی معدہ کے افعال درست ہو جائیں گے' قے وغیرہ بند ہو جائے گی۔ ☆ ہیضے کی وباء میں بڑی الائچی چھ دانے' خشک پودینہ ایک تولہ' آلو بخارا دس دانے' املی پانچ تولہ' ڈیڑھ کلو پانی میں ڈال کر ہلکے ہلکے تین جوش دیں ٹھنڈا ہونے پر پانی نتھار کر ایک ایک گھونٹ مریض کو پلانے سے مریض کو سکون ملتا ہے۔ اس سے زہریلے مواد سے معدہ اور انتڑیاں صاف' پیاس دور اور بے چینی ختم ہو جاتی ہے۔ ☆ لو کے حملہ کی تکلیف سے بچنے کیلئے املی پانچ تولے' عناب پانچ عدد' تخم خربوزہ ایک تولہ' تمام ادویہ کو ایک کلو پانی میں جوش دے کر گھونٹ گھونٹ پانی مریض کو چینی ملا کر پلائیں' فوری آرام ہو جائیگا۔ ☆ پیشاب کی جلن دور کرنے کیلئے املی کے پتے دو تولہ لے کر پاؤ بھر پانی میں رگڑ کر پینے سے جلن کا عارضہ دور ہو جاتا ہے۔

☆ املی کے پتوں کے جوشاندہ سے زخموں کو دھونے سے گھمبیر وغیرہ کو فائدہ ہوتا ہے۔ منہ پکنے کی صورت میں اس پانی کے غرارے کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ☆ بچوں کی قبض کو دور کرنے کیلئے املی کا مربہ بے حد مفید ہے' اسے بچے شوق سے کھا بھی لیتے ہیں مقدار خوراک ایک سے دو تولہ تک ہے۔ ☆ بچھو یا بھڑ کے کاٹنے والی جگہ پر اگر املی کا بیج گھس کر لگایا جائے تو زہر دور ہو جاتا ہے۔ ☆ املی کے پھول کو باریک پیس کر لیپ کرنے سے آنکھ کی لالی جاتی رہتی ہے۔ ☆ املی کے درخت کی خشک چھال جلا کر اور ناریل کے تیل میں ملا کر جلی ہوئی جگہ پر لگانے سے فوری آرام ہوتا ہے اور مریض کو تسکین ہوتی ہے۔ ☆ املی مصفی خون ہے۔ اس کا اچار' مربہ اور چٹنی بنائے جاتے ہیں اور خوش ذائقہ ہوتے ہیں۔ ☆ املی کے تخم قوت خاص بڑھاتے ہیں اور ممسک بھی ہوتے ہیں۔ ☆ سوزاک میں املی کا پانی پینا مفید ہوتا ہے۔ ☆ املی کے پتوں کو ابار کر غرارے کرنے سے خناق کی بیماری دور ہو جاتی ہے۔ ☆ املی' شہد اور کسٹر آئل ملا کر پلکوں پر لگانے سے پلکیں لمبی اور گھنی ہو جاتی ہیں۔ ☆ املی کا شربت بنا کر پینا مفرح قلب ہوتا ہے اور طبیعت کو نرم کرتا ہے۔ ☆ آنکھ پر گوہانجنی ہونے کی صورت میں املی کے بیج گھس کر ایک ایک گھنٹہ بعد لگاتے رہیں گوہانجنی ختم ہو جائے گی۔ ☆ امساک کیلئے املی کے بیج چند روز پانی میں بھگو کر اوپر کا چھلکا اتار دیں باقی کو ہم وزن کوزہ مصری ملا کر کالے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ امساک کیلئے دو گولیاں ضرورت سے ڈیڑھ گھنٹہ پہلے ہمراہ دودھ استعمال کریں اس کا اثر بہت زیادہ ہوتا ہے' بشرطیکہ شام کا کھانا کم کھایا ہوا ہو۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

مدرسہ میں داخلہ کیلئے عجیب امتحان

عزیز الرحمن عزیز، پشاور

محترم بزرگ ان سے یہ بچہ اپنے مدرسہ میں داخلہ اس شرط پر لیتے تھے کہ تین دنوں کے بعد آپ تشریف لائیں یا تو اس بچہ کو آپ واپس لے جائیں گے یا مدرسہ میں داخلہ مل جائیگا لیکن واپسی والے بچے کے داخلہ کیلئے آپ اصرار نہیں کریں گے

ایک بزرگ جن کا ایک رسالہ ماہنامہ بنام ''وارث'' نکلتا تھا' یہ حضرت معلم قرآن اور کاتب قرآن اور حافظ قرآن بھی تھے (کیلیانوالے) گاؤں کا نام میں نے تفہیم القرآن' میں ان کا نام بحیثیت کاتب پڑھا تھا اب تو کمپیوٹر کا زمانہ آ گیا کاتب حضرات تو اب تقریباً ختم ہوچکے ہیں ان کا ماہنامہ مذہبی تھا' بڑے بزرگ اور عالم وفاضل ہستی تھے' مرحوم گاؤں کے صاحب حیثیت زمیندار تھے مگر انتہائی مہربان اور شفیق تمام طالب علموں کا پوری طرح خیال رکھتے تھے اس گاؤں میں بہت بڑی وسیع مسجد تھی جو کہ ان ہی کی زمینوں میں بنی ہوئی تھی۔ تمام طالب علم اسی مسجد میں رہائش پذیر تھے دور دور سے طالب علم علم کی پیاس بجھانے کیلئے آتے تھے اس مسجد کے ہاسٹل سے پیوستہ ایک بہت بڑا ہال بھی تھا اس ہال میں یہ بزرگ بنفس نفیس خود بچوں کو ناظرہ قرآن حفظ کرانے میں مصروف رہتے تھے (ان معروف بزرگ کا نام نامی سید وارث علی شاہ تھا) ان صاحب کے بارے میں مشہور تھا کہ جو بچے ان کے والدین بھائی چچا یا کوئی بھی شخص اس بچے کو لیکر آتا تو محترم بزرگ ان سے یہ بچہ اپنے مدرسہ میں داخلہ اس شرط پر لیتے تھے کہ تین دنوں کے بعد آپ تشریف لائیں یا تو اس بچہ کو آپ واپس لے جائیں گے یا مدرسہ میں داخلہ مل جائیگا لیکن واپسی والے بچے کے داخلہ کیلئے آپ اصرار نہیں کریں گے آپ ہمیں مجبور یا سفارش بھی نہیں کرائینگے اب جب تین دنوں کے بعد جب بچے کا سرپرست آتا تو یا تو اسے اداس ہوکر اپنے بچے کو واپس لے جانا پڑتا یا خوشی خوشی شرینی بانٹتا واپس ہوتا اب آپ حیران ہونگے کہ مہتمم مدرسہ کا کیا امتحان ہوتا تھا کہ جس میں بچہ فیل ہوکر واپس گھر لوٹتا اور جن بچوں کو رکھ لیا جاتا تھا تو کیوں؟ اس ہال کمرے میں ایک خاص جگہ تھی جہاں نئے آنے والے بچہ کو بٹھایا جاتا تھا اور اس بچے کو قاعدہ بغدادی دیا جاتا اور الف ب ت ث پڑھا کر بیٹھنے کیلئے اسی مخصوص جگہ پر بٹھایا جاتا اور اسے پوری تفصیل سے بتایا جاتا کہ جب میں آپ کو آپ کا نام لیکر بلاؤں تو آپ نے فوراً بغیر کسی سستی وکاہلی کے فوراً اٹھ کر میرے پاس آنا ہے بیٹھنے سے پہلے اب اس جگہ کو اچھی طرح دیکھ لو۔ ہاں اب جاکر بیٹھ جاؤ اور میں نے جو پڑھایا ہے اسے یاد کرو۔ بچہ جاکر اپنی جگہ بیٹھ جاتا ہے ایک دن دوسرا دن اور تیسرے دن سرپرست نے آنا ہے تیسرے دن اس بچے کی واپسی یا داخلہ پکا ہونے کا دن ہے۔

قارئین! آپ کو شاید معلوم نہیں کہ استاد محترم کا کیا پیمانہ تھا جس سے بچہ پاس یا فیل ہوجاتا تھا۔ آیئے! آپ کے علم میں وہ پیمانہ لائیں' نئی جگہ جب کوئی جاتا ہے تو پوری توجہ سے گردوپیش کا اور اوپر نیچے کا معائنہ کرنا چاہیے جس مخصوص جگہ پر وہ بچہ بیٹھنے کیلئے جاتا ہے اور بیٹھ جاتا ہے تو اس کے قد سے ایک یا ڈیڑھ فٹ کی اونچائی پر دیوار سے ایک تختہ باہر کو نکلا ہوتا ہے جب اسے آواز آتی ہے تو وہ طالب علم جب اٹھتا ہے تو اس کا سر لامحالہ اس تختے سے ٹکراتا ہے اور ٹکرانا بھی چاہیے اب ان بچوں میں تین قسم کے بچے ہوتے ہیں ایک وہ بچے جب وہ بیٹھنے کیلئے جاتے ہیں تو ایک مخصوص جگہ کے معائنہ کے دوران جب تختہ دیوار دیکھتا ہے تو اس کے حاضر دماغ ہونے کا یہ ثبوت ہے جب اسے پکارا جائے تو اپنے سر کو بچا کر اٹھتا ہے اور جب تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد بلایا جائے تو اس بچے کو فرسٹ کلاس سوفیصد نمبر دیکر پہلے ہی بالکل اپنے پاس بٹھالیتا ہے۔ بچے جو ایک دفعہ سر پر تختہ لگنے سے پھر دوبارہ تختے سے بچ کر اٹھتے تھے یا ایک یا دو دن بعد ان کی سمجھ میں آجاتا ہے کہ بےتوجہی سے سر پر ضرب لگتی ہے۔ تیسرے نمبر پر وہ بچے جو کہ مسلسل تختہ لگنے کے باوجود بھی نہیں سمجھتے تو اس سے معلوم ہوا کہ وہ بچے غیرحاضر (دماغی کمزوری) ہیں لہٰذا انہیں داخلہ نہیں ملتا اور دوسرے سال کیلئے انہیں کہا جاتا ہے جو بچے لائق ترین اور حاضر دماغ ہوتے ہیں وہ خود ہی سب کچھ سیکھ لیتے ہیں۔ اللہ مہربان ہمارے ذہنوں کو اپنی حفظ وامان میں رکھے۔

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

عبقری ٹرسٹ تیرا شکریہ!

اعتماد سے عبقری ٹرسٹ کی معاونت کریں آپ کے عطیات صحیح حقداروں تک پہنچیں گے

میرا نام لالہ جہانگیر ہے' عبقری ٹرسٹ سے کیسے میرے دن رات بدلے' میں لکھوا رہا ہوں۔ چندہ ماہ پہلے کی بات ہےمیں حسب معمول غبارے بیچ رہا تھا' میری اس دن کی سیل بہت کم تھی' بچوں کیلئے کیا لے کر جاؤں گا؟ یہ خیال مجھے ستا رہا تھا' میں بوڑھا آدمی بیماریوں میں جکڑا ہوا ہوں' ڈاکٹر مجھے غبارے پھلانے سے منع کرتے ہیں لیکن غربت کا مارا میں کیا کرتا۔ ایک صاحب متلاشی نگاہوں سے دائیں بائیں دیکھتے میرے قریب آئے اور مجھ سے کوئی پتہ پوچھا' میں نے لاعلمی کا اظہار کیا تو وہ تھکے تھکے انداز میں میرے پاس فٹ پاتھ پر بیٹھ گئے' وہ کہنے لگے کہ تین گھنٹے سے پیدل کسی کا گھر تلاش کررہا ہوں' تھک چکا ہوں' کیا آپ مجھے پانی پلا سکتے ہیں؟ میں نے مروت میں ہاں تو کہا لیکن میرا دل کہنے لگا یہ بھی کوئی نئی قسم کا دھوکے باز ہے' خیر میں کچھ دور پانی لینے گیا لیکن میری نظر مسلسل اپنے غباروں اور ان صاحب پر تھی' میں نے پانی لاکر ان کو پلایا وہ مجھ سے حال احوال لینے لگے۔ میں نے اپنے ہی طبقے کا فرد سمجھ کر اور ان کا بےتکلفانہ انداز دیکھ کر انہیں اپنے خاندان اور اپنی صحت کے بارے میں بتانے لگا۔ وہ سنتے رہے' اچانک کہنے لگے ہوا بھرنے والی ٹینکی (جس سے غبارے بھرتے ہیں) کیوں نہیں لیتے؟ میں نے کہا میرے پاس کھانے کو نہیں ہوتا' میں 35000 کہاں سے لاؤں؟ وہ کہنے لگے کہ اگر میں لے دوں تو؟ مجھے یقین ہوگیا کہ یہ کوئی ٹھگ ہے۔ انہوں نے مجھے وہیں رکنے کو کہا اور چلے گئے آدھ گھنٹے بعد واپس آئے اور مجھے 35000 دیئے اور کہا فوراً ٹینکی خریدیں' آپ کی صحت واقعی اس قابل نہیں کہ سارا دن پھیپھڑے مزید خراب کریں۔ میں حیرت سے گنگ تھا کہ کیا کوئی ایسے بھی فرشتہ ملتا ہے۔ میری آنکھوں سے آنسو بہنے لگے انہوں نے اپنا پتہ سمجھایا اور چلے گئے۔ میں نے دو دن بعد ٹینکی خریدی اور مٹھائی کا ڈبہ لے کر اس پتے کو پوچھتا پہنچ گیا وہاں جب ان صاحب کا حلیہ بتا کر پوچھا تو وہ لوگ کہنے لگے وہ تو خود حکیم طارق صاحب ہیں ان کی تو بہت مصروفیات ہوتی ہیں' میں اتنا بڑا ادارہ دیکھ کر حیران ہوا' کچھ دیر بعد حکیم صاحب سے ملاقات ہوئی بہت محبت سے ملے' ان کی عظمت میرے دل میں بڑھ گئی' اب میں سکون سے سارا دن روزی کماتا ہوں اور میرا دل عبقری ٹرسٹ والوں اور حکیم صاحب کیلئے دعاگو رہتا ہوں۔

یرقان کا آسان ترین روحانی علاج

نصیر احمد ایبٹ آباد

ایک ہی دفعہ عمل کرنے سے مریض صحت یاب ہوجاتا ہے اور پھر بھی ضرورت پڑے تو دوبارہ لے لے۔ مگر ایسا کبھی نہیں ہوا۔ میں نے اجازت طلب کی تو انہوں نے بڑی خوشی سے اور محبت سے اجازت بھی دی اور سارا طریقہ بھی سکھایا

میرے ایک مولوی صاحب سے کافی اچھے تعلقات تھے‘ کبھی کبھی ہماری ملاقات ہوتی رہتی تھی‘ ان کے پاس اکثر یرقان کے مریض آیا کرتے تھے وہ دم کرتے تو مریض ٹھیک ہوجاتے۔ ان کی کافی دور دور تک شہرت تھی۔ میں نے ایک دفعہ ان سے عرض کی کہ یرقان کی دوا تو مجھے معلوم ہے لیکن یہ جو آپ حیلہ کرتے ہیں یہ معلوم نہیں۔ اگر ممکن ہوسکے تو بتادیں۔ خوشی سے اجازت دیں تو ٹھیک ہے ورنہ میری مجبوری نہیں۔ مولانا صاحب ہنس پڑے اور فرمانے لگے کہ ہم سادے لوگ ہیں اور سادہ لوح غریب اور مسکین میرے پاس آتے ہیں۔ میں حیلہ کرتا ہوں اللہ شفا دے دیتا ہے۔ آپ لوگ کہاں ان چیزوں کو پسند کرتے ہیں۔ ہمیں جو لوگ پڑھے لکھے ہیں ٹونے ٹوٹکے والے کہتے ہیں۔ اگر آپ کو شوق ہے تو لکھ لیں اور عمل کریں۔ آپ کی دوائی پر خرچ بھی ہوگا اور محنت بھی۔ مگر اس حیلہ پر چند منٹ لگ جائیں گے دوسرا تماشا بھی دیکھ لیں کہ ہمارے حیلہ سے وقتی طور پر یعنی ظاہری طور پر کیسے اثر مرتب ہوتے ہیں اور مریض کس طرح ٹھیک ہوتا ہے جبکہ حکیم اور ڈاکٹر جگر اور تلی کے طرح طرح کی ادویات دیتے ہیں اور ڈرپ لگاتے ہیں کھانے پینے کا پرہیز سخت ہوتا ہے ہمارے حیلہ میں کوئی پرہیز نہیں۔ آپ حیران ہوں گے کہ مریض کیسے ٹھیک ہوگیا؟؟؟

عمل: تین جمعہ عمل کرنا ہے‘ مریض کو ننگے پاؤں زمین پر بٹھالیں‘ پاؤں ایک دوسرے کے ساتھ ملے ہوئے ہوں یعنی پاؤں کے بل۔

پیالی میں سرسوں کا تیل اور پانی ملاکر (نصف پیالی یا ذرا زیادہ) بیمار کے ہاتھ میں دیں اس کو کہیں کہ پیالی پاؤں کے اوپر رکھ کر ہاتھ میں پکڑے۔ کھبل (ایک گھاس ہوتی ہے جس کی جڑیں اِدھر اُدھر ہوتی ہیں) کی جڑیں اپنے ہاتھ میں رکھیں۔ گیارہ دفعہ درود ابراہیمی جو نماز کے آخر میں پڑھا جاتا ہے پڑھ کر پیالی میں پھونک ماریں اور کھبل کی جڑوں سے تیل کو خوب ہلاتے رہیں۔ پھر مریض کو کہیں کہ وہ پیالی پاؤں سے اٹھا کر زانوں گھٹنے (عام زبان جنوں) پر رکھ کر پکڑے۔ اسی طرح گیارہ دفعہ درود شریف پڑھ کر کھبل کی جڑوں سے تیل کو خوب ہلائیں اس کے بعد مریض کو کہیں کہ پیالی اٹھا کر سر پر رکھے اور یہی عمل دہرائیں۔ تیل زرد ہوتا جائیگا اور انڈے کی زردی کی طرح نظر آئیگا۔ انشاء اللہ تین جمعہ یہ عمل کرنے سے مریض یرقان سے شفاء یاب **مکمل** گارنٹی سے ہوجائیگا۔ تیل کو ہر بار پھینک دیں۔ پاؤں‘ گھٹنے اور سر پر رکھنے کے بعد دوسرے جمعہ نیا تیل استعمال کریں۔ میرے سامنے مولوی صاحب نے یہ عمل مجھے یقین لانے کی خاطر کیا تھا۔

دوسرا عمل برائے یرقان: میرے اپنے قریبی رشتہ دار جو ماشاء اللہ 90 سال سے زائد عمر کے ہیں‘ یرقان کے بیماروں کو ایک گٹ دیا کرتے ہیں جو گلے میں ڈالنے سے شفاء کا ذریعہ بنتا ہے‘ کسی سے کسی قسم کا شکرانہ نہیں لیتے‘ گٹ دینے کے بعد مسجد میں توفیق کے مطابق صحت یاب ہونے کے بعد دینے کا فرماتے ہیں۔ **عمل:** اٹ سٹ کی جڑ کا یا ٹہنی (شاخ) کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا لیں‘ چند دھاگے ملا کر ڈوری بنالیں جو مریض کے گلے میں باآسانی باندھی جاسکے‘ ڈوری کے درمیان میں اٹ سٹ کا ٹکڑا رکھیں اور گانٹھ لگائیں جب گانٹھ مضبوط یعنی کسنے لگیں اس وقت سلام قولا من رب الرحیم سات دفعہ پڑھ کر پھونک مار کر گانٹھ (گرہ) کس دیں تاکہ مضبوط ہوجائے اور نکل نہ سکے۔ اس کے بعد ڈوری کے دائیں جانب ایک گرہ ایک آدھ انچ کے برابر لگائیں جب کسنے لگیں تو سات دفعہ یہی آیت پڑھ کر گرہ یا گانٹھ مضبوط کریں۔ دائیں جانب دو اور اسی طریقہ سے اور بائیں جانب تین۔ اسی طریقہ سے پڑھ کر گرہ یا گانٹھ لگادیں۔ ایک درمیان میں اور تین دائیں اور تین بائیں طرف ہوں۔ کل سات ہوں گی۔ پھر وہ ڈوری مریض اپنے گلے میں بسم اللہ پڑھ کر ڈال دے۔ ایک ہی دفعہ عمل کرنے سے مریض صحت یاب ہوجاتا ہے اور پھر بھی ضرورت پڑے تو دوبارہ لے لے۔ مگر ایسا کبھی نہیں ہوا۔ میں نے اجازت طلب کی تو انہوں نے بڑی خوشی سے اور محبت سے اجازت بھی دی اور سارا طریقہ بھی سکھایا۔

احقر نے صرف ایک دفعہ ایک بیمار کو ڈوری بنا کر دی۔ کچھ یقین نہ بھی آتا تھا کیونکہ اپنے اعمال تو معلوم ہوتے ہیں جبکہ عمل کرنے والے بڑے پارسا تھے۔ مگر اللہ تعالیٰ نے مجھ جیسے گنہگار کے ہاتھوں بھی شفا دیدی۔ بڑی خوشی محسوس کی اللہ کا شکر ادا کیا۔ جناب میری طرف سے ان دونوں اعمال کی ہر مسلمان مرد اور عورت سب کو اجازت ہے۔ مجھے اللہ پاک

شیطان اور عابد کی لڑائی

م۔ا۔ لاہور

شیطان نے کہا کہ اللہ نے تجھ پر اس کو فرض تو کیا نہیں‘ تیرا اس سے کوئی نقصان نہیں تو اس کی پرستش نہیں کرتا

احیاء العلوم میں لکھا ہے کہ بنی اسرائیل میں ایک عابد تھا جو ہروقت عبادت میں مشغول رہتا تھا۔ ایک جماعت اس کے پاس آئی اور کہا کہ یہاں ایک قوم ہے جو ایک درخت کو پوجتی ہے یہ سن کر اس کو غصہ آیا اور کلہاڑا کندھے پر رکھ کر اس کو کاٹنے کیلئے چل دیا۔ شیطان عابد سے پوچھا کہاں جارہے ہو؟ اس نے کہا فلاں درخت کاٹنے جارہا ہوں شیطان نے کہا تمہیں اس درخت سے کیا واسطہ تم اپنی عبادت میں مشغول رہو‘ تم نے اپنی عبادت کو ایک مہمل کام کیلئے چھوڑ دیا‘ عابد نے کہا یہ بھی عبادت ہے۔ شیطان نے کہا کہ میں نہیں کاٹنے دونگا‘ دونوں میں مقابلہ ہوا اور عابد اس کے سینے پر چڑھ گیا‘ شیطان نے اپنے کو عاجز دیکھ کر خوشامد کی اور کہا اچھا ایک بات سن لے عابد نے اس کو چھوڑ دیا۔ شیطان نے کہا کہ اللہ نے تجھ پر اس کو فرض تو کیا نہیں‘ تیرا اس سے کوئی نقصان نہیں تو اس کی پرستش نہیں کرتا‘ اللہ کے بہت سے نبی ہیں اگر وہ چاہتا تو کسی نبی کے ذریعے سے اسے کٹوا دیتا‘ عابد نے کہا میں ضرور کاٹوں گا‘ پھر مقابلہ ہوا۔ وہ عابد پھر اس کے سینے پر چڑھ گیا۔ شیطان نے کہا اچھا سن ایک فیصلہ والی بات تیرے نفع کی کہوں اس نے کہا کہو شیطان نے کہا تو غریب ہے دنیا پر بوجھ بنا ہوا ہے تو اس کام سے باز آ‘ میں تجھے روزانہ تین دینار (اشرفی) دیا کرونگا جو روزانہ تیرے سرہانے رکھے ہوئے ملا کریں گے۔ تیری بھی ضرورتیں پوری ہوجائینگی اپنے اعزہ پر بھی احسان کرسکے گا‘ فقیروں کی مدد کرسکے گا اور بہت سے ثواب کے کام کرسکے گا۔ اس میں ایک ہی ثواب ہوگا اور وہ بھی بے کار کہ وہ لوگ پھر دوسرا لگالیں گے۔ عابد کی سمجھ میں آگیا قبول کرلی۔ دو دن تو وہ ملے تیسرے دن نہ ملے۔ عابد کو غصہ آیا اور کلہاڑی لے کر پھر چلا‘ راستہ میں وہ بوڑھا ملا پوچھا کہاں جارہا ہے؟ عابد نے بتایا کہ اسی درخت کو کاٹنے جارہا ہوں۔ بوڑھے نے کہا کہ تو اس کو نہیں کاٹ سکتا دونوں میں جھگڑا ہوا وہ بوڑھا غالب آگیا اور عابد کے سینے پر چڑھ گیا۔ عابد کو بڑا تعجب ہوا اس سے پوچھا کہ یہ کیا بات ہے کہ تو اس مرتبہ غالب آگیا۔ اس بوڑھے نے کہا کہ پہلی مرتبہ تیرا غصہ خالص اللہ کے واسطے تھا اس لیے اللہ جل شانہٗ نے مجھے مغلوب کردیا اس مرتبہ اس میں دیناروں کا دخل تھا اس لیے تو مغلوب ہوا۔ حق یہ ہے کہ جو کام خالص اللہ کے واسطے کیا جاتا ہے اس میں بڑی قوت ہوتی ہے۔

جنات بیٹی کو اٹھا کر ہمشکل چھوڑ گئے

پوشیدہ

ہمارے گھروں میں پنجابی بولی جاتی ہے لیکن جب سے وہ واپس آئی ہیں وہ صرف اردو بولتی ہے' پنجابی سمجھتی ہے لیکن بول نہیں سکتی اور ان کی یادداشت میں بھی وہ باتیں نہیں ہے' مثلاً رشتہ داروں کی شادی میں شرکت حالانکہ ان کی تصویریں بھی ہیں لیکن ان کو یاد نہیں آتا ہے

پہلا واقعہ ہمارے رشتہ دار کا ہے ان کی بیٹی کے ساتھ آج سے تقریباً 35 یا 40 سال پہلے پیش آیا تھا وہ آج بھی حیات ہیں۔ وہ سب لاہور میں رہتے ہیں۔ ان کی بیٹی کو جنات اٹھا کر لے گئے تھے اور اس کی جگہ ایک ہم شکل کو چھوڑ گئے تھے۔ اس بات کا پتہ کبھی بھی نہ چلتا اگر جنات خود نہ بتاتے کیونکہ واللہ اعلم ان کے درمیان کیا واقعہ پیش آیا کہ ان کی والدہ کو آواز آئی کہ ہم اپنی بیٹی لے کر جارہے ہیں اور تمہاری بیٹی چھوڑ کے جارہے ہیں۔ پھر وہ جاتے ہوئے نشانی کے طور پر ان کے گھر کی اوپر والی دیوار گرا گئے تھے۔ ہمارے گھروں میں پنجابی بولی جاتی ہے لیکن جب سے وہ واپس آئی ہے' وہ صرف اردو بولتی ہے' پنجابی سمجھتی ہے لیکن بول نہیں سکتی اور ان کی یادداشت میں کچھ باتیں نہیں ہے' مثلاً رشتہ داروں کی شادی میں شرکت حالانکہ ان کی تصویریں بھی ہیں لیکن ان کو یاد نہیں آتا ہے۔ وہ بتاتی ہیں کہ جب وہ مجھے اٹھا کر لے گئے تو میں بہت زیادہ روتی تھی تو ایک دن مجھے انہوں نے ایک شربت پینے کو دیا بس اس کے پینے کے بعد میری پچھلی یادداشت ختم ہوگئی اور یہ بات بھی بتائی کہ عید وغیرہ پر ہم لوگ انار کلی بازار میں شاپنگ کرنے بھی آتے تھے' آگے اللہ تعالیٰ بہتر جانتے ہیں۔

دوسرا واقعہ میری بیٹی کے ساتھ پچھلے سال مئی کے مہینہ میں پیش آیا۔ میں اور میری بیوی سوئے ہوئے تھے۔ میرے تینوں بچے بڑی بیٹی' چھوٹا بیٹا اور اس سے چھوٹی بیٹی علیحدہ کمرے میں سوئے ہوئے تھے۔ رات کے دو بجے کے قریب میری سب سے چھوٹی بیٹی اپنی ماں کے قریب آکر لیٹ گئی' تھوڑی دیر بعد ماں نے کروٹ بدلی اور بیٹی کو دیکھ کر پوچھا خیریت تو ہے؟ بیٹی نے ماں کو بتایا کہ بڑی بہن کمرے میں نہیں ہے۔ ماں اٹھی اور کمرہ چیک کیا' کمرے کا دروازہ بند تھا اور بیٹی جہاں لیٹتی ہے وہاں دو تکیے رکھ کر اوپر چادر اوڑھا دی گئی تھی کہ پہلی نظر میں یوں محسوس ہوتا ہے کہ کوئی لیٹا ہوا ہے۔ اس نے مجھے نہیں اٹھایا بلکہ پہلے خود بقول اس کے کنڈی کھول کر دروازہ کھولا اور باہر گئی اور اوپر چھت کی سیڑھیوں تک دیکھ کر آئی لیکن اسے بیٹی نظر نہیں آئی تو وہ پریشانی کی حالت میں اپنے کمرے میں آئی اور مجھے اٹھایا اور روتے ہوئے بتایا کہ بیٹی کمرہ میں نہیں ہے میں خود بھی پریشان ہوا لیکن اسے دلاسہ دیا کہ یہیں ہوگی اس نے کہاں جانا ہے؟ میں نے سب سے پہلے باہر کا دروازہ چیک کیا کنڈیاں دونوں لگی ہوئی تھیں لیکن ایسا محسوس ہوتا تھا جیسے کھولنے کی کوشش کی گئی ہو۔ میں نے سیڑھی کی لائٹ جلائی اور اوپر گیا تو کیا دیکھتا ہوں کہ آخر والی سیڑھی پر بیٹی بیہوش پڑی ہے میں اسے اٹھا کر نیچے لایا لیکن وہ اپنے حواس میں نہیں تھی' میں نے اپنے قاری صاحب (مسجد کے امام) کو فون کیا لیکن فون نہ اٹھایا گیا پھر میں نے اپنے بیٹے کو ان کے پاس بھیجا وہ خود تو نہ آئے لیکن انہوں نے مجھے فون کیا اور کہا کہ بیٹی کے کان کے ساتھ فون لگائیں میں نے کان کے ساتھ فون لگایا تو وہ کافی دیر پڑھائی کرتے رہے۔ بچی کی حالت قدرے بہتر ہوئی لیکن وہ یہ بات دہرا رہی تھی کہ اذان کب ہوگی اس کی والدہ نے پوچھا کہ اذان کا کیوں پوچھ رہی ہو تو کہنے لگی کہ میں نے واپس جانا ہے۔ اذان ہوئی تو بچی سوگئی اور جب اٹھی تو اس کو کچھ پتہ نہیں تھا کہ وہ کہاں تھی اور کہاں سے اُسے لایا گیا اور وہ کیا کہہ رہی تھی۔ ہاں وہ یہ بتارہی تھی کہ رات کو جب وہ نفل پڑھنے لگی تو اس نے یہ آواز سنی کہ بات سنو اور اس کے بعد اسے کچھ خبر نہیں اور مجھے ایسا لگتا ہے کہ میں نے رات کو کوفتے کھائے ہیں کوئی مجھے کوفتے کھانے کو کہہ رہا تھا۔ اس دن ہم لوگوں نے کوفتے بنائے تھے لیکن رات کے کھانے میں سارا سالن اور روٹی ختم ہوگئے تھے۔ دوپہر کے وقت اس کے موبائل فون کی تلاش میں میری بیوی اوپر گئی تو جہاں وہ بے ہوش ملی تھی وہاں بستروں والے میز کے نیچے ہمارے ہی گھر کی ٹرے میں سالن والا برتن جس میں کوفتوں کا سالن موجود تھا اور ایک دستر خوان میں لپٹی ہوئی روٹی جس کا کچھ حصہ کھایا ہوا تھا اور ایک عدد بڑی چاکلیٹ موجود تھی۔ پھر قاری صاحب کو وہ ٹرے دکھائی تو انہوں نے کچھ پڑھا اور کہا یہ چیزیں ضائع کردیں اور چند بزرگ موکل بلائے ان سے بھی بیٹی کا علاج کروایا۔ انہوں نے ایک تعویذ بیٹی کے بازو پر باندھنے کیلئے دیا اور ایک تعویذ گھر میں لٹکانے کو دیا بیٹی اب بہتر ہے۔ دوبارہ اللہ کا شکر ہے کہ اس قسم کا واقعہ پیش نہیں آیا ہے۔ **محترم حکیم صاحب میرا نام شائع مت کیجئے گا۔**

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

بھورے تلوں سے نجات: دو بادام چھیل کر پیس لیں اور ایک انڈے کی سفیدی کے ساتھ جس میں آدھا چمچہ لیموں کا رس ملا ہوا ہو ان اشیاء کا آمیزہ بنالیں۔ پندرہ منٹ تک چہرے پر لگائیں۔ اس کے بعد پہلے گرم پانی سے اور پھر ٹھنڈے پانی سے منہ دھولیں۔ ان تمام ترکیبوں کے علاوہ آپ روزانہ کسی نہ کسی طریقے سے اگر اپنی خوراک میں لیموں کے رس کا استعمال کریں گے تو اس کے اندر موجود تیزابیت کا عنصر نہ صرف آپ کے زخموں کو جلد بھرے گا اور آپ کے دانتوں کو صاف ستھرا رکھے گا بلکہ آپ کے ناخن اور آپ کی جلد کی ہیئت کو بھی بہتر طور پر برقرار بھی رکھے گا۔

دودھ جلد کی خوبصورتی اور توانائی کا ذریعہ: جس طرح لیموں سے آپ اپنی جلد کی خوبصورتی میں اضافہ کرسکتے ہیں اور اسے برقرار رکھ سکتے ہیں بالکل اسی طرح دودھ بھی ایک ایسا قدرتی ذریعہ ہے جس کی مدد سے آپ اپنی جلد کو مزید دلکش' خوبصورت اور توانا بناسکتے ہیں۔

جلد کو صاف اور ملائم رکھنے کیلئے: اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے چہرے کی جلد صاف اور ملائم رہے تو صرف دودھ میں کاٹن کا کپڑا بھگوئیں اور چہرے پر لگائیں۔ آدھے گھنٹے کے بعد چہرے کو ٹھنڈے پانی سے دھولیں یہ عمل آپ کے چہرے کی جلد کو صاف اور ملائم رکھے گا۔ دو چمچے دودھ میں آدھا چمچہ نمک ملالیں اور اسے سوتے وقت چہرے پر لگائیں صبح اٹھ کر منہ دھولیں۔ یہ عمل آپ کے چہرے کو پھول کی پتی کی طرح ملائم اور صاف رکھے گا۔ **رنگت نکھارنے کیلئے:** اگر آپ اپنے چہرے کی رنگت نکھارنا چاہتے ہیں تو دو بادام تھوڑے سے دودھ میں پیس لیں اور سوتے وقت چہرے پر لگائیں اور صبح ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔ **کالی اور پھیکی رنگت کی بہتری کیلئے:** رات کو تھوڑی سی چنے کی دال دودھ میں بھگوئیں اور دوسری صبح پیس کر اس میں تھوڑی سی ہلدی کا پاؤڈر اور چند قطرے لیموں کا رس ملائیں۔ اس آمیزے کو آدھے گھنٹے چہرے پر لگائیں پھر ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔ **(اقتباس: فائل 1 عبقری)**

محمد ابوبکر قاسمی' ملتان

سورۂ کافرون سے بدترین بیماریوں کا علاج

ہمارے پڑوس میں ایک معمر خاتون جسے بندہ ناچیز احتراماً خالہ صاحبہ کہا کرتا۔ ان کے پاؤں پر پھوڑا نکل آیا ڈاکٹروں نے کہا کہ پاؤں کاٹنا پڑے گا وہ بہت گھبرائیں اور ان کے ورثاء بھی خاصے پریشان ہوئے۔ بندہ ناچیز نے خود ان کے سامنے پیشکش کی

میں تقریباً بائیس سال کا عرصہ مختلف عربی مدارس میں بچوں کو حفظ و ناظرہ قرآن پڑھانے کی سعادت حاصل کرتا رہا' مساجد و مدارس میں تنخواہوں کا تناسب شاید آپ کو معلوم ہوگا (بہت کم تنخواہیں ہوتی ہیں) رزق میں خیر و برکت اور کشادگی کے عملیات پر خاص توجہ دیتا تھا' فارغ اوقات میں عامل حضرات سے ملاقات یا عملیات پر مشتمل کتب کی ورق گردانی اور پھر مطلوبہ (رزق وغیرہ) عمل (رات کے وقت) کرتا رہتا۔ اسی اثناء میں ایک کتاب آسان عملیات کی مکمل سترہ جلدوں میں ڈاکٹرز و حکماء اور عامل حضرات کو عاجز کرنے والے امراض و جنات اور جادو کے علاج اور توڑ کیلئے' سورۃ الکافرون کا یہ عمل نظر سے گزرا' مذکورہ کتابوں میں تو سورۂ ہذا کی تعداد ایک ہزار ایک مرتبہ لکھی ہے۔ ابتدائً بندہ ناچیز بھی اسی تعداد کے مطابق مریضوں کا علاج کرتا تھا لیکن بے پردگی و زبان کی لغویات اور پرہیز جلالی و جمالی پر مبنی شرائط کی عدم تکمیل کے باعث عمل کی تاثیر میں خاصی کمزوری سامنے آتی رہی پھر بندہ ناچیز نے نوری عملیات سے قدرے مایوس ہوکر سفلی عملیات کی طرف رغبت اختیار کی۔ پھر مجھے معلوم ہوا کہ جو عامل بھی جتنا زیادہ ناپاک رہتا ہے کالا علم اتنا ہی زیادہ پر تاثیر ہوتا ہے تو قدرتی طور پر بندہ ناچیز پر یہ راز کھلا کہ امراض سمیت جنات اور جادو کو جتنی زیادہ مار پڑے گی تو وہ اتنی ہی جلدی اور ہمیشہ کیلئے فرار اختیار کرتے ہیں۔

لہٰذا نوری علم کا عامل جتنا ہی زیادہ عمل کو مار دے گا اور جتنا ہی زیادہ پاکیزہ رہے گا نوری علم اتنا ہی زیادہ اثر کریگا۔ ادھر کبھی کبھی احادیث و تفاسیر اور فقہ کی کتب کا مطالعہ بھی کرتا تھا۔ مختلف احادیث سے معلوم ہوا کہ اللہ تعالیٰ کو سات کا عدد بہت پسند ہے یعنی ہفتے کے سات دن' سمندروں اور ہواؤں' زمین کے طبق' آسمان کے طبق' قرآن مجید کی منزلیں' سورۂ یٰسین میں مبین' حٰمٓ سے شروع ہونیوالی سورتوں کی تعداد سات ہے۔ لہٰذا مجھے بھی سورۃ الکافرون کے عمل کو بھی سات دن تک روزانہ ایک ہزار ایک مرتبہ کرنا چاہیے اور زیادہ پاکیزگی کی یہ صورت اللہ کی طرف سے ذہن میں آئی کہ کم از کم عمل کرتے وقت عمل سے پہلے چھ نوافل (توبہ)

حاجت' قبولیت کے دو دو نفل اور عمل کے بعد شکرانے کے دو نفل پڑھنے چاہئیں اور تیل' پانی اور شہد پر دم کرکے استعمال کرایا جائے چنانچہ ہمارے ساتھ پڑھانے والے ساتھی کا ایک دوست کینسر کا مریض تھا اور غربت کی وجہ سے مہنگے علاج کی سکت نہ رکھتا تھا وہ اپنے اس مرض سے پریشان تھا۔ 1982ء میں اس پر سات دن تیل' شہد' پانی وغیرہ پر دم کرکے چالیس دن تک استعمال کرنے کو کہا۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام کی برکت سے شفاء کے نظارے دکھائے۔ ابھی چالیس دن پورے نہیں ہوئے تھے کہ اس نے ڈاکٹروں سے چیک اپ کرایا تو کینسر نام کی بیماری نہ تھی۔ پھر 1983ء میں مسجد صدیق اکبر کورنگی کراچی کے مؤذن کی بیٹی کو مسئلہ پیش آیا اس نے کہا کہ میں اپنی بچی کے علاج کیلئے کوئی ڈاکٹر کوئی حکیم اور کوئی عامل نہیں چھوڑا کوئی کچھ کہتا ہے اور کوئی کچھ' پریشان ہوں' کہاں جاؤں کیا کروں۔ بہت لٹ چکا ہوں۔ اس پر بندہ ناچیز نے سات دن اول و آخر نوافل کے ساتھ تیل' پانی مریضہ اور شہد پر دم کرنے کا عمل شروع کیا۔ پہلے تین دن کبھی سر میں اور کبھی پورے جسم میں سخت ٹیسیں اٹھیں اور چوتھے دن چکرا کر گرنے کی کیفیت سامنے آئی اور پانچویں دن سے بچی کی حالت سنبھلنے لگی اور الحمدللہ اکتالیس دن تیل کی مالش شہد اور پانی باہم ملا کر پینے سے بچی بالکل صحت مند ہوگئی اور اب تک صحیح و تندرست ہے۔

ہمارے پڑوس میں ایک معمر خاتون جسے بندہ ناچیز احتراماً خالہ صاحبہ کہا کرتا۔ ان کے پاؤں پر پھوڑا نکل آیا ڈاکٹروں نے کہا کہ پاؤں کاٹنا پڑے گا وہ بہت گھبرائیں اور ان کے ورثاء بھی خاصے پریشان ہوئے۔ بندہ ناچیز نے خود ان کے سامنے پیشکش کی اور تیل اور پانی پر (شہد پر نہیں) سورۃ الکافرون کا عمل کیا تو الحمدللہ گیارہویں دن وہ خشک ہوگیا اور بعد میں اکتالیس دن سے پہلے اس پھوڑے کا داغ بھی نہیں تھا۔

اسی طرح بندہ ناچیز کے ایک خاص دوست کی بہن کا مسئلہ ہوا جو بہت صحت مند اور خوبصورت تھی لیکن رشتے سے انکار کی وجہ سے اس پر جادو کیا گیا جس سے اس کی رنگت' تھوک' پیشاب' پاخانہ سب سیاہ ہوگئے اور پانی (باقی صفحہ نمبر 35 پر)

نور ہدایت' لاہور

جدوجہد کی اہمیت

کامیابی کیلئے محنت اشد ضروری ہے۔ وہ محنتی آدمی جو ذہین نہ ہو اس ذہین آدمی سے جو محنتی نہ ہو۔ یقیناً زیادہ کامیاب ہوگا۔

قدرت آدمی کو پکار کر کہہ رہی ہے کام کرو' ہر گھڑی اور ہر لحظہ کام کرو اس کی مزدوری تمہیں ملے نہ ملے صرف اس امر کو ملحوظ رکھو کہ تم کچھ کرتے ضرور رہو۔ پھر اس کا انعام تمہیں یقینی طور پر مل جائے گا۔ تمہیں یہ پرواہ نہیں کرنی چاہیے کہ ہمارا کام نرم ہو یا سخت' کھیت میں ہل چلانا ہو یا کسی جگہ پر بیٹھ کر کام کرنا...... شرط صرف یہ ہے کہ کام اس طرح ایمانداری سے کیا جائے کہ تمہارا ضمیر مطمئن ہو جائے کہ تمہیں یہ شکست ہوئی ہے یا فتح...... کیونکہ تم فتح حاصل کرنے کیلئے پیدا ہوئے ہو کسی کام کو عمدہ طور سے سرانجام دینا بذات خود بڑا معاوضہ ہے۔

کولمبس امریکہ کی تلاش میں گھر سے نکلا۔ سمندر میں اسے طرح طرح کی تکالیف کا سامنا کرنا پڑا۔ خود اس کے ساتھیوں نے بغاوت کرکے اسے مار ڈالنے کی ٹھانی مگر وہ ہمت کا پتلا اپنے ارادے پر ڈٹا رہا۔ آخر نئی دنیا دریافت کرکے اپنے نام کو زندہ کر گیا۔ صانع حقیقی سے محنت کی داد ضرور ملتی ہے۔

کامیابی کیلئے محنت اشد ضروری ہے۔ وہ محنتی آدمی جو ذہین نہ ہو اس ذہین آدمی سے جو محنتی نہ ہو۔ یقیناً زیادہ کامیاب ہوگا۔

البیرونی تلاش علم میں بغداد سے نکل کر ہندوستان آیا اور سنسکرت سیکھنے کا ارادہ کیا۔ ہندوستانیوں کے تعصب کے باعث اس کے راستے میں طرح طرح کی رکاوٹیں حائل ہوئیں۔ لیکن وہ برابر کوشش کرتا رہا حتیٰ کہ بالآخر سنسکرت کا علامہ ہوگیا۔ کمال حاصل کرنے کیلئے جان توڑ کوشش ان تھک ہمت' عزم راسخ اور اثبات و استقلال ہونا ضروری ہے جس طرح دریائے علم ناپید کنار اور لامحدود ہے اسی طرح اس کی طلب کیلئے ہمت و کوشش بھی بے پایاں اور لامتناہی درکار ہے۔ جو اشخاص شہر کے آسمان پر آفتاب ہوکر چمکے ہیں ان کی سوانح کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ وہ اپنے مقصد کے حاصل کرنے کیلئے دن رات انتھک محنت کرتے ہیں۔ افسوس بلکہ صد افسوس ہے کہ ہم میں سے اکثر افراد کی یہ حالت ہے کہ سہل کے جال میں اس قدر پھنسے ہوئے ہیں کہ کام اور کوشش کرنا تو درکنار دوسرے سے اپنے فعل اور ہر مصیبت کو قسمت' تقدیر اور اتفاق پر محمول کرکے خود ہاتھ پاؤں جوڑ کر بیٹھے رہتے ہیں وہ اگر کسی کو ترقی کرتے دیکھتے ہیں تو ان کے دلوں میں ابھرنے کا ولولہ ہرگز موجزن نہیں ہوتا بلکہ وہ صرف یہ کہہ کر کہ فلاں شخص قسمت والا ہے یا اس کی یہی ذہانت کی تعریف کرکے خود اپاہجوں کی طرح بیٹھ کر اپنی قسمت کا رونا روتے ہیں۔

ڈینگی بخار اور بابا عبدالحمید کے تجربات

میں نے کہا جڑی بوٹیاں' کتابوں میں تو پڑھی ہیں وہ کتابوں والی دھرتی میں دیکھنا چاہتا ہوں۔ اس نے اپنا کام اپنے بیٹے کے ذمے لگایا اور میرے ساتھ چل پڑا۔ ہمیں جنگل میں پیدل چلنا تھا سارا دن۔ ویسے بھی مجھے پیدل چلنے کا ابھی تک شوق ہے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

پچھلے سال ڈینگی کی تباہ کاریاں اور اموات نے کتنے گھرانوں کو ویران' کتنی سہاگنوں کو بیوہ اور کتنے بچوں کو یتیم کر دیا۔ تقدیر بہر حال تقدیر ہے اور اللہ تعالیٰ ہر چیز پر غالب ہے۔ جی چاہتا ہے پچھلے سال کے کچھ تجربات اور اس سے پہلے کے تجربات آپ کی نذر کروں تا کہ مخلوق خدا کو نفع پہنچے اس سے پہلے کہ تجربات آپ کے سامنے پیش کروں بہت ایک پرانا واقعہ آپ کو سنا دوں۔ ہوا یہ کہ چونکہ مجھے گھر سے طب و تحقیق کا مزاج اور ماحول ملا تھا جمعہ کے دن چھٹی ہوتی تھی۔ مجھے سکول جانا نہیں ہوتا تھا تو اس لیے پرانے کپڑے پہن کر ہاتھ میں پرانا سا تھیلا لے کر میں کھیتوں' دیہاتوں اور جنگلوں میں جڑی بوٹیوں کی تلاش میں نکل جاتا۔ ایک بابا جی کا پتہ چلا کہ اس کی تین شرائط ہیں ایک تو بہت سارا حلوہ کھاتا تھا جس میں میٹھا تیز ہو' دوسرا ساٹھ روپے پورے دن کے لیتا ہے اور تیسرا اس کا سامان اٹھائیں خدمت کریں' خوشامد کریں اور اس کے ناز نخرے برداشت کریں۔ مجھے یہ تینوں شرائط منظور تھیں اپنا فارغ وقت جڑی بوٹیوں کی تلاش میں گزارتا۔ ایک دفعہ میں ایک گندے نالے کے کنارے ایک قیمتی بوٹی کو جڑ سمیت اکھیڑ رہا تھا۔ میرے والد صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے جاننے والے ایک صاحب ملے پہچان کر کہنے لگے کہ بیٹا کیا کرو گے؟ میں نے ان سے عرض کیا یہ بوٹی پرانے بخاروں اور خاص طور پر ایسے بخاروں جن کا تعلق چھوت یا وائرس سے ہوتا ہے یا پھر ایسے بخار جو کسی علاج اور دوا سے نہیں جاتے' ان کیلئے یہ بوٹی کسی تریاق اور کامل علاج سے کم نہیں۔

انہی صاحب نے مجھے اس بابا جی کا بتایا کہ فلاں شہر کی جامع مسجد کے نیچے ایک بابا جی ہیں' ان کی مذکورہ بالا تین شرائط ہیں باقی وقت وہ سارا دن آلو بیچتے ہیں اگر آپ ان سے مل لو تو آپ کا یہ شوق پورا ہو جائے گا۔ ایک دن صبح صبح اماں رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ سے میں نے بہت سارا حلوہ پکوایا۔ ایک تھرماس میں تیز پتی کی چائے بنوائی اور کپ ساتھ لیا۔ اپنے پرانے تھیلے میں وہ ڈالا بس پر بیٹھا اور بابے کے پاس پہنچ گیا۔ بابا ابھی اپنی دکان پر آیا نہیں تھا میں انتظار میں بیٹھا رہا' بابا آیا اور سخت مزاجی سے مجھے مخاطب کیا۔ میں نے اپنا مدعا بیان کیا۔ کہنے لگا تجھے پتہ ہے......ابھی اس کا لفظ منہ میں ہی تھا کہ میں نے کہا حلوہ بھی لایا ہوں تیز میٹھا والا' تیز پتی کی چائے بھی لایا ہوں' ساٹھ روپے بھی لایا ہوں اور خدمت کیلئے حاضر ہوں۔ کہنے لگا واہ بیٹا واہ......!!! تجھے ان باتوں کا پتہ کیسے چلا تو نے تو خوش کر دیا۔ اچھا اب بتا کیا چاہتا ہے۔ میں نے کہا جڑی بوٹیاں......کتابوں میں تو پڑھی ہیں وہ کتابوں والی دھرتی میں دیکھنا چاہتا ہوں۔ اس نے اپنا کام اپنے بیٹے کے ذمے لگایا اور میرے ساتھ چل پڑا۔ ہمیں جنگل میں سارا دن پیدل چلنا تھا۔ ویسے بھی مجھے پیدل چلنے کا ابھی تک شوق ہے۔ ہم سارا دن چلتے رہے وقتاً فوقتاً بابا تھک کر بیٹھ جاتا' وہ مٹھیاں بھر کر حلوہ کھاتا۔ چائے کا کپ پیتا' ڈکار لیتا اور پھر چل پڑتا۔ جگہ جگہ بوٹی توڑتا' دکھاتا یہ فلاں بوٹی ہے' نر بھی ہوتا ہے مادہ بھی ہوتا ہے' اس کی اتنی قسمیں ہیں' فلاں قسم کا پھول چھوٹا' فلاں قسم کا پھول بڑا' گلابی یا سرخ ہوتا ہے۔ قارئین! آپ یقین جانیے جو تشخیص مجھے زندہ بوٹی سے ملی' وہ تصویر سے نہ مل سکی۔ بابا جی کی میں نے خدمت کی۔ دوپہر کو بیٹھے' بابا نے سگریٹ پیا' میں ان کے پاؤں دبانے بیٹھ گیا۔ میرے حلوے' چائے' خدمت اور دیہاڑی نے بابے کو خوش کر دیا۔ ہمارا دل لگ گیا' مجھ سے پوچھنے لگا' آئندہ جمعہ آؤ گے۔ میں نے کہا ضرور آؤنگا۔

قارئین! پھر یوں کئی سفر میں نے اس بابے عبدالحمید کے ساتھ کیے۔ یہ بہت سال پرانی بات ہے۔ نامعلوم زندہ ہے یا فوت ہوگیا۔ اللہ تعالیٰ اس کے درجات کو بلند فرمائے۔ اسی سفر کے دوران ایک بوٹی بابا جی نے مجھے دکھائی۔ کہنے لگے اس کو تلسی کہتے ہیں اور ہندو اس کی پوجا کرتے ہیں۔ اس لیے بعض ہندوؤں کا نام تلسی رام بھی ہوتا ہے۔ اس کے بیج باریک اور اس کی ایک اور قسم ہوتی ہے جسے نیاز بو یا پیری بھی کہتے ہیں جو عام گھروں میں لگائی ہوئی ہوتی ہے۔ کہنے لگے اس کے بیج ہر وہ بخار جو کسی دوا علاج ویکسین' انٹی بائیوٹک اور دنیا کی آخری قیمتی دوا سے نہ جاتا ہو اس کیلئے آخری علاج ہے۔

پھر انہوں نے اس کا سٹا یعنی بھٹہ شاخوں سمیت توڑا جو کہ خشک تھا' ہاتھ میں مروڑا اس کے بیج نکالے اور کہنے لگے پھانک جا۔ میں نے پھانک لیے تھوڑی ہی دیر کے بعد مجھے محسوس ہوا میرے جسم میں ایک نئی تازگی آئی ہے۔ میں نے بابے عبدالحمید سے کہا تلسی کے بیج کے کیا فائدے ہیں؟ کہنے لگے بتائے تو ہیں۔ میں نے کہا کیا اس کے اندر جسم کی فرحت اور تازگی ہے۔ کہا بخار کا کام کیا ہوتا ہے جسم کو مروڑ دینا' زندہ کو مردہ کر دینا' خون ختم کر دینا' جس کو پیتھالوجی کی زبان میں (پلیٹ لیس آر بی سیز) کا کم یا ختم ہوجانا کہتے ہیں۔ کہنے لگے یہ جسم کو تازہ کر دیتی ہے اور طاقت اور قوت دیتی ہے۔ کہنے لگے بیٹا تو آج میرے ساتھ سارا دن چلا ہے' ساری رات بھی چل تو پھر بھی تھکے گا نہیں۔ میں نے عرض کیا کہ بابا جی تلسی کے بیج تو بہت کم ملتے ہیں نیاز بو اور پیری کے بیج تو عام طور پر ملتے ہیں۔ فرمانے لگے مجھے ستر سال ہو گئے ہیں۔ اس کے تجربات کرتے کرتے جو فوائد تلسی کے بیج میں ہیں وہی فوائد نیاز بو کے بیج میں ہیں۔ ہاں اگر تم اس کے فائدے بڑھانا چاہتے ہو تو ایک ترکیب بتاتا ہوں۔ پھر اپنا ایک واقعہ سنایا کہنے لگے پاکستان بننے سے پہلے ہمارے گاؤں امرتسر میں ایک ہندو حکیم رہتا تھا۔ اس کے پاس یرقان' گرمی' ہاتھ پاؤں کی جلن' دل کی کمزوری' سانس کا پھولنا' خون کی کمی کا بھی علاج تھا اور بخار کا بھی آخری علاج تھا۔ جو یرقان کی تکلیف یا گرمی وغیرہ کا مریض آتا ایک مٹکے میں ایک دوائی گھلی ہوتی تھی اور مٹی کا کوزہ ساتھ پڑا ہوتا تھا وہ ہندو حکیم کہتا ایک کوزہ بھر کر پی لے پھر پوچھتا دل اور پینے کو چاہتا ہے......مریض کہتا ہاں......تو کہتا اور پی لے۔ کہتا روز آ کر ایک پی جایا کر۔

چند کوزے پینے سے مریض ٹھیک ہو جاتا۔ جسے آج کے دور میں ہیپا ٹائٹس' کولیسٹرول کا بڑھنا' خون کا گاڑھا ہونا' یرقان اور بلڈ پریشر کا ہائی ہونا یا ٹینشن کہتے ہیں بس وہ مٹکا اور کوزہ انہی بیماریوں کا علاج تھا۔ ویسے بھی اس کے مریض پہلے بہت ہی کم تھے۔ بابا عبدالحمید کہنے لگا مجھے جستجو ہوئی کہ اس مٹکے میں آخر دوا کیا ہے؟ میں نے تلاش کیا کہ وہ ہندو حکیم کس پنساری سے یہ دوائیں لیتا ہے۔ اس پنساری کے پاس جانا شروع کر دیا' اس کی خدمت کرنا شروع کر دی۔ باتوں باتوں میں پوچھا کہ فلاں حکیم کون کون سی دوائیں زیادہ لے کر جاتا ہے۔ کہنے لگا ایک مٹکا بناتا ہے اس میں صرف املی اور آلو بخارا بھگو دیتا ہے اور سارا دن مریضوں کو پلاتا ہے۔ مجھے ٹھا کر کے دل میں بات لگی کہ یہ نسخہ تو سمجھ آ گیا' پھر میں نے پوچھا ایک چیز دودھ میں بھی دیتا ہے' پنساری کہنے لگا مجھے تو پتہ نہیں ہاں! مجھ سے نیاز بو کے بیج لے جاتا ہے۔ میں سمجھ گیا کہ وہ کالے کالے بیج کیا ہوتے ہیں۔ وہ ہندو حکیم املی

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر با وضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یافتاح یاواسع کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ’’آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں‘‘ یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے رسالے میں مراقبے کے بارے میں میں نے پڑھا اور اس سے حیرت انگیز کمالات پانے والوں کے بارے میں پڑھا۔ تو میں نے بھی اپنی مشکلات کے حل کیلئے مراقبہ کرنا شروع کر دیا‘ شروع شروع میں تو ترتیب نہ بنتی تھی لیکن آہستہ آہستہ اللہ کے خاص فضل و کرم سے مجھے مراقبے سے بے شمار فوائد ملے اور بہت سی جگہوں اور بزرگوں کی زیارتیں ہوئیں۔ ابھی پچھلے دنوں میں نے مراقبہ کیا اور اس میں جو دیکھا وہ درج ذیل ہے۔ دعا کریں اللہ خلوص عطا فرمائے۔ آنکھیں بند کرتے ہی دیکھتی ہوں کہ میں ہوا میں اڑ رہی ہوں اور آسمان پر جانا چاہتی ہوں اتنے میں آسمان پر پہنچ جاتی ہوں اور ایک دم آسمان کا دروازہ کھلتا ہے اور میں اڑتی ہوں اور اندر داخل ہوتی ہوں دیکھتی ہوں کہ ہر طرف وہی سنہری سی روشنی ہر سمت پھیلی ہوئی ہے اسی روشنی میں بائیں طرف سے پانچ چھ حوریں اپنے ہاتھوں میں بڑے بڑے تھال سے اٹھا کر میری طرف آ رہی ہیں میرے پاس پہنچتے ہی یوں لگا جیسے مجھے اس روشنی (نور) میں نہلایا جا رہا ہے وہ نور میرے وجود کو بڑی اچھی طرح محسوس ہو رہا تھا اور مجھے ایسے لگا کہ جیسے اندر سے کوئی نئی (ا) نکل رہی ہے اور وہ حوروں کے لائے ہوئے لباس میں نے پہنے ہوئے دیکھے۔ اس کے بعد میرے لیے ایک تخت لایا گیا ہے جو قیمتی شیشے جیسا ہے اور مجھے اس پر بٹھایا گیا ہے۔ ٹھنڈی اور مزیدار ہوا ہے کہ ایسی ہوا نہ میرے ونڈ وائے سی میں ہے اور نہ کوئی اور ہوا۔ اس کے بعد میں تھوڑا سا دائیں طرف بڑھتی ہوں تو آگے سیڑھیاں شروع ہوتی ہیں جو نیچے کی طرف جا رہی ہیں وہ سیڑھیاں بڑے بڑے بہت قیمتی موتیوں کے ساتھ بنی ہوئی ہیں میں نیچے اترتی ہوں تو سامنے ایک بڑا سا دروازہ دیکھتی ہوں اس کی طرف بڑھتی ہوں تو وہ خود بخود ہی کھل جاتا ہے سامنے دیکھتی ہوں تو بہت ہی زیادہ وسیع و عریض اللہ پاک کا گھر ہے اور اس کے گرد فرشتے طواف کر رہے ہیں وہ لاکھوں نہیں کروڑوں کی تعداد میں ہیں اور وہ تسبیح کر رہے ہیں۔ سُبْحَانَ اللّٰہ۔ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ آگے بڑھنے کیلئے سوچتی ہوں تو حوریں وہی تخت میرے لیے پھر لے آتی ہیں بس یہاں تک ہی دیکھا اس کے بعد مجھے نیند آ گئی۔ آپ میرے لیے دعا کریں کہ میرے مراقبے میں اور ترقی ہو۔ **(ا۔ع)**

دربار رسالت ﷺ دیکھا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں کچھ عرصہ سے روزانہ گھر پر عبقری میں دیا گیا مراقبہ کر رہا ہوں۔ جس سے میری بہت سے پریشانیاں‘ مشکلات حل ہوئیں۔ تقریباً ایک ہفتہ پہلے میں نے مراقبے میں جو دیکھا وہ آپ کی خدمت میں عرض کر رہا ہوں۔ سب سے پہلے مجھے بہت لمبا اندھیرا راستہ نظر آیا۔ پھر اچانک روشنی نظر آئی اور اس کے بعد ایک بہت خوبصورت لکڑی کا دروازہ جس کے اوپر سونے کا کام ہوا معلوم ہوتا تھا۔ اس دروازے کے اندر کی جانب ایک بہت بڑا دربار سجا ہوا تھا جس میں تمام لوگ سفید لباس میں ملبوس تھے اور ان کے آگے ایک تخت سجا ہوا تھا۔ میں اس دربار کے باہر کھڑا ہوں اور یہ سارا منظر دیکھ رہا ہوں۔ اچانک یہ محسوس ہوا کہ یہ دربار رسالت مآب ﷺ معلوم ہوتا ہے۔ پھر میرا رابطہ ٹوٹ گیا اور مراقبہ ختم ہو گیا۔ **(اویس احمد چیمہ)**

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ہلال بک سٹال ریلوے روڑ، 0321-7120318۔ **ایبٹ آباد:** طیبہ بک سنٹر 0344-9381998۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڑ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلور کوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبۂ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** عادل ٹریڈرز 0301-7118200۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاءاللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** 1۔حذیفہ دواخانہ‘ 0345-6810615۔ 2۔آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال 0333-8749464۔ **جہانیاں:** محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861 **گوجرانوالہ:** رحمن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480 **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095 **سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ‘ 0300-5665317۔ **کامونکی:** رمضان‘ سکائی گارمنٹس شاپ‘ 0344-4070752۔ **حسن ابدال:** مکتبہ نور الہدیٰ

رنگوں سے ٹھنڈک اور صحت پائیں

مقصود الحسن، پشاور

جن لوگوں میں سرخ رنگ اعتدال میں ہوتا ہے وہ دوسرے لوگوں کی مدد کرتے ہیں۔ وہ لوگ نوع انسان اور اپنی نسل کے بارے میں متفکر رہتے ہیں۔ پسندیدہ مشاغل میں اپنی تمام صلاحیتوں کو استعمال کرتے ہیں۔ سرخ رنگ سے مغلوب لوگ اچھی زندگی گزارتے ہیں

مادی طور پر رنگوں کی تیاری میں سُرخ، زرد اور نیلے رنگ کو بنیادی رنگ مانا جاتا ہے یعنی اگر کہیں سبز رنگ کا پینٹ کرنا ہو تو آرٹسٹ حضرات زرد اور ہلکے نیلے رنگ کی آمیزش سے سبز رنگ کا پینٹ تیار کر لیتے ہیں اور اسی طرح اگر نارنجی رنگ درکار ہو تو سرخ اور زرد کو اور اگر جامنی رنگ درکار ہو تو سرخ اور نیلے پینٹ کو ملا لیا جاتا ہے جبکہ روشنی کی دنیا میں سرخ، سبز اور جامنی رنگ کو بنیادی رنگ مانا جاتا ہے۔

تمام رنگ ارتعاش کی کم یا زیادہ لہریں خارج کرتے ہیں جو کسی شے سے ٹکرانے کے بعد گرمی یا ٹھنڈک کا احساس پیدا کرتے ہیں۔ سرخ رنگ کا طول موج طول ترین ہے جس کی وجہ سے کم ترین ارتعاش پیدا ہوتا ہے۔ سرخ رنگ حدت پیدا کرتا ہے اور آسمانی رنگ ٹھنڈ پیدا کرتا ہے۔ سبز رنگ توازن پیدا کرنے والا رنگ ہے۔ سرخ رنگ کا بھاری پن اس کی حرکت اور شرح ارتعاش کو محدود کرتا ہے برخلاف اس کے نیلا رنگ ماحول میں وسعت کا احساس دلاتا ہے۔

مختلف رنگ مختلف احساس پیدا کرتے ہیں۔ مثلاً سرخ سے جلن، نارنجی سے گرمی، زرد سے معمولی گرمی، سبز سے نہ سردی نہ گرمی اور عنابی سے ٹھنڈک کے ساتھ چبھن کا احساس ہوتا ہے۔ لوگ بالعموم رنگوں کے بارے میں نہیں سوچتے، ہم تصاویر دیکھ کر متاثر ہوتے ہیں لیکن رنگوں کے مزاج کی طرف دھیان نہیں دیتے۔ تجربات یہ ہیں کہ ذہنی تناؤ اور بے خوابی کے مریض بنفشی، نیلے اور فیروزی رنگ سے جلد صحت یاب ہوجاتے ہیں۔

سرخ نارنجی اور زرد رنگ کاہلی اور سستی کو ختم کردیتے ہیں۔ محققین کا کہنا ہے کہ مریض کو گلابی رنگ میں رکھنے سے اس کے جارحانہ اور منتقمانہ جذبات مغلوب ہوجاتے ہیں۔ گلابی رنگ پٹھوں کیلئے مسکن ہے۔ گلابی رنگ کے مسکن اثرات کو پٹھوں، جنس، خاندانی مناقشات، کاروباری معاملات اور جیل خانوں کی اصطلاحات کیلئے استعمال کیا جارہا ہے۔ گلابی رنگ سے غصہ کم ہوجاتا ہے۔ اس رنگ کے زیر اثر پٹھوں میں تیزی پیدا نہیں ہوتی۔ اندھے لوگ بھی گلابی رنگ کمروں میں سکون محسوس کرتے ہیں۔

رنگوں کے ذہنی خواص

سرخ رنگ: اس رنگ میں گہری دلچسپی، ہمت اور محبت کے جذبات کارفرما ہیں۔ معاملات میں جب بگاڑ پیدا ہوجاتا ہے تو تعلقات ختم ہوجاتے ہیں، توقعات ٹوٹ جاتی ہیں اور کوئی تدبیر کارگر نہیں ہوتی۔ ایسی صورت میں ذہنی مرکز میں سرخ رنگ غالب ہوجاتا ہے۔ سرخ رنگ سے جب دماغ مغلوب ہوجاتا ہے تو ہر شے سرخ نظر آتی ہے۔

جن لوگوں میں سرخ رنگ اعتدال میں ہوتا ہے وہ دوسرے لوگوں کی مدد کرتے ہیں۔ وہ لوگ نوع انسان اور اپنی نسل کے بارے میں متفکر رہتے ہیں۔ پسندیدہ مشاغل میں اپنی تمام صلاحیتوں کو استعمال کرتے ہیں۔ سرخ رنگ سے مغلوب لوگ اچھی زندگی گزارتے ہیں اور چونکہ کھانے پینے اور دوسرے معاملات میں جذبات پر قابو نہیں رکھ سکتے اس لیے موٹے زیادہ ہوتے ہیں۔ سرخ رنگ کو پسند کرنے والے لوگ تن سازی کے شوقین ہوتے ہیں۔ سرخ رنگ کی زیادتی سے طبیعت میں انتشار، جھنجھلاہٹ، بیزاری اور لوگوں پر ظلم کرنے کا رجحان بڑھ جاتا ہے۔

نارنجی رنگ کے ذہنی خواص

جن لوگوں پر نارنجی رنگ کا غلبہ ہوتا ہے وہ ایسے کھیلوں میں دلچسپی لیتے ہیں جو تھکا دینے والے ہوں، ایسے لوگ ہر کام کو جلد از جلد کرنا چاہتے ہیں اور اگر ایسا نہ کرسکیں تو پریشان ہوجاتے ہیں۔ یہ لوگ اچھے منتظم ہوتے ہیں۔ نارنجی رنگ والے لوگ دوسروں کو اپنے اردگرد رکھنا پسند کرتے ہیں۔ ڈھیلا اور آرام دہ لباس پہنتے ہیں۔ غالب نارنجی رنگ والے لوگ غالب سرخ رنگ والے لوگوں سے زیادہ چاق و چوبند ہوتے ہیں۔ چمکدار نارنجی رنگ کا غلبہ ہو تو صبح سویرے بیدار ہونا آسان ہوتا ہے اس لیے ایسے لوگ جنہیں صبح سویرے بیدار ہوکر بستر چھوڑنا دشوار محسوس ہوتا ہو انہیں اس رنگ کو زیادہ استعمال کرنا چاہیے۔ قوت ارادی میں اضافے اور اعصابی کمزوری کیلئے بھی اس رنگ کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔

زرد رنگ کے ذہنی خواص

زرد رنگ تحقیق کا رنگ ہے۔ غالب زرد رنگ لوگوں کو علم سیکھنے کا شوق ہوتا ہے۔ ایسے حضرات وخواتین مطالعہ سے بھرپور زندگی گزارتے ہیں۔ سائنسدان، سیاست دان اور تاجر حضرات زیادہ تر اس رنگ کے زیر اثر ہوتے ہیں۔

جن خواتین وحضرات کے ذہنی مرکز میں زرد رنگ کی کثافت اعتدال سے بڑھی ہوئی ہوتی ہے وہ مادہ پرست ہوتے ہیں اور ذاتی مفاد کو ترجیح دیتے ہیں۔ کوئی بھی زرد رنگ شخص دنیاوی اعتبار سے کامیاب ہوتا ہے کیونکہ وہ دولت کمانے اور اس کے صحیح استعمال کا فن جانتا ہے۔ زرد رنگ دھوپ کا رنگ ہے زرد رنگ لوگ متحرک ہوتے ہیں اچھا رہن سہن اختیار کرتے ہیں۔

سبز رنگ کے ذہنی خواص

سبز رنگ سکون بخش ہے، غالب سبز رنگ لوگ محبت سے لبریز ہوتے ہیں اور ان میں محبت کی کرنیں پھوٹتی رہتی ہیں جو ماحول کو لطیف بنا دیتی ہیں۔ لوگ ان سے والہانہ محبت کرتے ہیں۔ محبت میں مبتلا لوگوں کے اندر لطیف سبز رنگ کا ذخیرہ بڑھ جاتا ہے۔ غالب سبز رنگ لوگ باغبان اور کاشتکار ہوتے ہیں۔

سبز رنگ چونکہ زرد اور آسمانی رنگ کے امتزاج سے وجود میں آیا ہے اس لیے اس کے زیر اثر خواتین وحضرات کا ذہن چاق وچوبند رہتا ہے۔ دوسروں کے نقطہ نظر کو سکون سے سنتے ہیں لوگ اپنی پریشانی بیان کرنے اور اس کا حل معلوم کرنے کیلئے ان کے پاس زیادہ تعداد میں آتے ہیں۔ حضرات وخواتین بچوں اور جانوروں سے محبت کرتے ہیں اور ان کی قربت سے خوش رہتے ہیں۔ نرسری کے بچوں کے اساتذہ میں یہ رنگ وافر مقدار میں ہوتا ہے۔ آسمانی رنگ کی آمیزش کی وجہ سے ایسے حضرات پانی جھیل دریا اور سمندر سے خاص تعلق رکھتے ہیں۔ مزاجاً بہت متوازن ہوتے ہیں اور جلد ناراض نہیں ہوتے لیکن نرم دل ہونے کی وجہ سے صدمہ سے دوچار ہوجاتے ہیں یہ لوگ ہلکے رنگ کے کپڑے پہننا پسند کرتے ہیں۔ سبز رنگ والے اپنے کام سے کبھی مطمئن نہیں ہوتے انہیں نئے نئے کام کرنے کا شوق ہوتا ہے اور دھن کے پکے ہوتے ہیں۔ معدہ کے مرکز میں اگر سبز رنگ کی زیادتی ہوجائے تو ایسے لوگ نہ صرف خود جذباتی ہوجاتے ہیں بلکہ دوسروں کے حالات سے بھی پریشان ہوجاتے ہیں۔

تیز ہونگے۔

ڈاکٹر محمد الیاس، جہلم

اپنڈکس......ایک تکلیف دہ اور مہلک مرض

مریض کو کمزوری، غنودگی محسوس ہونے کے علاوہ اس کی بھوک میں بھی کمی ہوجاتی ہے۔ عام طور پر اس کے مریضوں کو قبض کی شکایت ہوجاتی ہے لیکن کچھ ایسے بھی ہوتے ہیں جن کو بدہضمی ہوجاتی ہے اور پیٹ خراب ہوجاتا ہے۔

اپنڈکس ایک عام سا لفظ ہے اور ہم میں سے ہر ایک تقریباً اس لفظ سے نہ صرف واقف ہے بلکہ اس خطرے سے بھی دوچار ہوچکا ہے۔

سوال یہ ہے کہ یہ اپنڈکس ہے کیا بلا؟ یہ مضمون اپنڈکس کے بارے میں کئی سوالوں کے جواب دے گا اور یہ بتانے کی کوشش کی جائے گی کہ اپنڈکس ہے کیا چیز؟ اور کوئی ضروری نہیں ہے کہ اس کا درد اس وقت ہو جب آپ خوب پیٹ بھر کر کھانے کے بعد بھاگ دوڑ کا کام کریں۔ یہ کتنی عجیب بات ہے کہ ہم میں سے بہت سوں کو اس چھوٹے سے عضو کے بارے میں معلوم ہی نہیں ہے جو ہمارے پیٹ کے دائیں حصے میں ایک تھیلی کی صورت میں ہوا کرتا ہے اور جب وہ اپنی موجودگی اور اپنے وجود کا احساس دلانا شروع کرتا ہے اس وقت بہت دیر ہوچکی ہوتی ہے اور ہم تکالیف میں مبتلا ہوچکے ہوتے ہیں۔

علامات

اپنڈی سائیٹس کی ابتدا کچھ اس انداز سے ہوتی ہے۔ اس کا مریض ابتدا میں اپنی ناف کے پاس ہلکا یا تیز درد محسوس کرتا ہے۔ ذرا سی حرکت بھی اس درد کی شدت کو تیز کردیتی ہے۔ مثال کے طور پر ہلکی سی کھانسی یا چھینک سے بھی اس درد کی شدت میں تیزی آجاتی ہے۔

مریض کو کمزوری، غنودگی محسوس ہونے کے علاوہ اس کی بھوک میں بھی کمی ہوجاتی ہے۔ عام طور پر اس کے مریضوں کو قبض کی شکایت ہوجاتی ہے لیکن کچھ ایسے بھی ہوتے ہیں جن کو بدہضمی ہوجاتی ہے اور پیٹ خراب ہوجاتا ہے۔

مریض کو ہلکا ہلکا بخار بھی ہوسکتا ہے جبکہ بچوں کو اپنڈکس کا شکار ہونے کے بعد تیز بخار ہوجاتا ہے۔ اتنا ہی نہیں بلکہ نبض کی رفتار بھی بہت بڑھ جاتی ہے۔

پہلی علامت کے چند گھنٹوں بعد وہ درد ناف کے پاس سے منتقل ہوکر پیٹ کے دائیں نچلے حصے میں چلا جاتا ہے جہاں اپنڈکس واقع ہے۔ اس کے بعد وہ پورا حصہ انتہائی تکلیف دہ ہوجاتا ہے اور درد کی لہریں پورے پیٹ کو متاثر کرتی رہتی ہیں۔

جیسے جیسے درد بڑھتا جاتا ہے اور بخار کی شدت میں اضافہ ہوتا رہتا ہے ویسے ویسے ایک اور خطرہ سامنے آنے لگتا ہے اور وہ ہے اپنڈکس کے پھٹ جانے کا۔ اور یہ ایک بہت خطرناک صورتحال ہوا کرتی ہے۔ اپنڈکس کے پھٹنے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اس میں پیپ بھرتی جاتی ہے اور یہ مسلسل ورم کرتے کرتے اپنی انتہا کو پہنچ کر پھٹ جاتا ہے اور جب اپنڈکس پھٹ جائے تو اردگرد کے اعضاء بری طرح متاثر ہوجاتے ہیں۔ ہر طرف انفیکشن پھیل جاتا ہے، زہر بھر جاتا ہے۔

اگر بخار کے ساتھ غنودگی اور پیٹ میں اپنڈکس کی جگہ درد ہو تو دیر کرنے اور ادھر ادھر کی دوائیں استعمال کرنے کے بجائے فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ اس قسم کا درد ڈاکٹر کی فوری توجہ چاہتا ہے تاکہ اپنڈکس ہو تو اس کی تشخیص کرکے فوری علاج شروع کردیا جائے۔ یہ درد ہر ایک کو ہوسکتا ہے لیکن عام طور پر اس سے بیس سے تیس سال تک کی خواتین اور مردوں کے مبتلا ہونے کے امکانات زیادہ ہیں۔

وجوہات: اپنڈی سائیٹس آخر ہے کیا؟ اپنڈکس ایک چھوٹی سی تھیلی ہوتی ہے جو بڑی اور چھوٹی آنتوں کے سنگم پر واقع ہوتی ہے۔ اپنڈکس بنیادی طور پر دوسرے عضو کے ساتھ مل کر کام کرتا ہے لیکن بذات خود اس کا اپنا کوئی خاص عمل نہیں ہوا کرتا یعنی جس طرح انسانی جسم کے دوسرے اعضا کام کیا کرتے ہیں اپنڈکس کا ایسا کوئی کام نہیں ہے۔

اپنڈکس انسانی جسم کا کوئی فائدہ پہنچانے والا عضو تو نہیں ہے لیکن جب اس میں خرابی واقع ہوجائے تو یہ نقصان ضرور پہنچا سکتا ہے اور یہ خرابی اس وقت پیدا ہوتی ہے جب فاضل غذائیں ذرات اور دیگر غیر ضروری چیزیں دونوں قسم کی آنتوں کے درمیان رکاوٹ پیدا کردیتے ہیں اور اس رکاوٹ کی وجہ اپنڈی سائیٹس کے بیکٹیریا پیدا ہوجاتے ہیں اور انفیکشن اور انفلامیشن کا عمل شروع ہوجاتا ہے۔

اپنڈکس کی پہچان کے طریقے: اس مرض کی تشخیص کا طریقہ یہ ہے کہ ڈاکٹر حضرات اپنڈکس کی جگہ پیٹ کو دبا کر دیکھتے ہیں۔ یہ طریقہ بہت عام اور کارآمد ہے اگر کوئی اس مرض میں مبتلا ہے تو اس طرح وہ اپنے پیٹ میں بہت تکلیف محسوس کرے گا۔

دوسرا مرحلہ خون کی جانچ کا ہے اگر خون میں سفید ذرے معمول سے زیادہ مقدار میں پائے جائیں تو یہ مرض یقینی ہوجاتا ہے اور سفید سیل کے زیادہ ہونے کا مطلب یہ ہے کہ مریض کے پیٹ میں انفیکشن کا عمل شروع ہوچکا ہے اور سفید سیل کی مقدار زیادہ اس لیے ہوتی ہے کہ جسم اس مرض سے نمٹنے کیلئے سفید سیل کی پیداوار خود بخود بڑھا دیتا ہے۔

اس مرض کی جانچ بہت احتیاط سے کی جاتی ہے کیونکہ اس سے ملتی جلتی اور بھی کئی چیزیں ہوسکتی ہیں جیسے گردوں میں پتھری، انفیکشن، بلیڈر (لبلبہ) کی خرابی وغیرہ۔ اس لیے آخری علاج سے پہلے حتمی طور پر اس نتیجے پر پہنچا جائے کہ مرض وہی ہے۔ خواتین کی جانچ کے سلسلے میں اور بھی احتیاط سے کام لینا پڑتا ہے کیونکہ حمل کے دوران بھی ایسی علامتیں ہوجاتی ہیں جو اپنڈی سائی ٹیز سے ملتی جلتی ہوتی ہیں۔

علاج: اپنڈی سائیٹس کو روکا نہیں جاسکتا۔ بہرحال مناسب اور بروقت علاج کے ذریعے اس پر قابو پایا جاسکتا ہے وہ لوگ جو اس مرض میں مبتلا ہوچکے ہیں انہیں اپنے معالج سے مشورے کے بغیر کھانے پینے سے پرہیز کرنا چاہیے۔ دواؤں کے استعمال میں بھی احتیاط برتنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ کوئی بھی پینے کا سیال مشروب ان کی آنتوں کی حرکات کو بڑھا سکتا ہے اور اس طرح اپنڈکس کے پھٹ جانے کا خطرہ لاحق ہوجاتا ہے۔ اپنڈکس کے علاج کا سب سے مؤثر اور عام طریقہ آپریشن ہے اس کے بعد مزید انفیکشن سے محفوظ رہنے کیلئے مریض کو اینٹی بائیٹک دوائیں دی جاتی ہیں۔ بہت سے لوگوں کے اپنڈکس نکالے جاسکتے ہیں اور کوئی بھی شخص ان کے بغیر بھی معمول کی زندگی گزار سکتا ہے۔ بہت سے احتیاط پسند ایسے بھی ہیں جنہوں نے اپنڈکس کی کسی تکلیف کے نہ ہونے کے باوجود اپنڈکس کو آپریشن کے ذریعے نکلوالیا ہے کیونکہ ان کا عقیدہ ہے کہ پرہیز علاج سے بہتر ہے۔

مختصر علامات

اگر آپ کو ان میں سے کوئی بھی علامت محسوس ہو تو فوری طور پر اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

ناف کے نیچے درد ہونا ☆ بخار ☆ قبض یا اس کے برعکس ☆ نبض کی رفتار کا تیز ہونا ☆ چند گھنٹوں کے بعد درد کا ایک مقام سے دوسرے مقام پر منتقل ہونا ☆ بھوک کی کمی ☆ غنودگی وغیرہ......

ع۔م۔ چوہدری

درود شریف کی کرامات' چند واقعات

خواب میں جمال جہاں آرا محبوب خدا ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوئے تو آپ ﷺ نے فرمایا: اے ابن ثابت! تمہارا انتظار رہا تم نہ آئے تو ہم ملنے کیلئے آ گئے'' اور جب آنکھ کھلی تو سارا کمرہ خوشبو سے مہک رہا تھا اور عجیب حالت طاری تھی اور بیماری سے کامل اور مکمل شفاء ہوگئی۔

آپ ﷺ نے روٹی عنایت فرمائی

حضرت شیخ حماد ابوالخیر الاقطع رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ جب میں مدینہ منورہ میں حاضر ہوا تو دو تین دن سے مجھ پر فاقہ تھا۔ تو میں نے مواجہہ شریف میں حاضر ہو کر صلوٰۃ و سلام کے بعد عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیک وسلم انا ضیفک (میں آپ کا مہمان ہوں) اور مسجد نبوی ﷺ میں ایک طرف بیٹھ کر درود شریف پڑھنے میں مشغول ہوگیا کہ نیند نے غلبہ کیا اور سو گیا تو خواب میں مجھے سرور انبیاء ﷺ کی زیارت ہوئی۔ آپ ﷺ کے دائیں طرف سیدنا صدیق اکبر رضی اللہ عنہ اور بائیں طرف فاروق اعظم رضی اللہ عنہ اور سامنے حضرت علی رضی اللہ عنہ جو جلدی جلدی سب سے آگے بڑھ کر میری طرف تشریف لائے اور مجھے فرمایا مرحبا بضیف رسول اللہ اٹھ (خوش آمدید اللہ کے رسول کے مہمان) حضور ﷺ تشریف لارہے ہیں۔ میں اٹھا اور تعظیم بجالایا۔ آپ ﷺ نے کمال شفقت سے ایک روٹی عطا فرمائی جو میں نے خواب میں ابھی آدھی کھائی تھی کہ فرط شوق سے میری آنکھ کھل گئی تو باقی آدھی روٹی میرے ہاتھ میں تھی۔ سبحان اللہ۔

آپ ﷺ نے خوشبودار کھانا عطا فرمایا

حضرت شاہ عبدالرحیم نقشبندی مجددی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ایک دن رمضان المبارک میں مشقت کی وجہ سے سخت کمزوری طاری ہوگئی قریب تھا کہ روزہ افطار کرلیتا مگر فضیلت رمضان شریف کے فوت ہونے کے خوف سے باز رہا۔ اسی غم کی حالت میں درود پاک پڑھتے پڑھتے اونگھ آ گئی۔ میں نے خواب میں حضور انور ﷺ کو دیکھا۔ آپ ﷺ نے مجھے بہت لذیذ اور خوشبودار کھانا از قسم پلاؤ ہندی عطا فرمایا' میں نے شکم سیر ہو کر کھایا اور ٹھنڈا پانی پیا جو آپ ﷺ نے ہی عطا فرمایا تھا۔ پھر بیدار ہوگیا تو نہ تو بھوک تھی نہ پیاس اور نہ کسی قسم کی تھکاوٹ اور میرے ہاتھ میں ابھی تک زعفران کی خوشبو آرہی تھی اور بعض عقیدت مندوں نے سنا تو میرا ہاتھ دھو کر تبرکا اس سے روزہ افطار کیا جس سے ان کے قلبی احوال کھل گئے۔ سبحان اللہ۔

بیماری سے مکمل شفاء ہوگئی

حضرت ابراہیم بن ثابت رحمۃ اللہ علیہ ایک مشہور بزرگ جو مکہ معظمہ میں قیام پذیر تھے اور ساٹھ سال سے مسلسل حج بیت اللہ کے بعد بارگاہ رسالت میں مدینہ منورہ حاضر ہوا کرتے اور حضور ﷺ کے ہاں بطور مہمان رہا کرتے اور حضور ﷺ بھی ان کو خصوصیات سے نوازتے۔ عجیب شان محبوبانہ رکھنے والے بزرگ تھے۔ شب و روز میں دس ہزار بار درود پاک پڑھا کرتے تھے۔

ایک مرتبہ بوجہ بیماری مدینہ منورہ حاضر نہ ہوسکے تو مکہ معظمہ میں ایک رات خواب میں جمال جہاں آرا محبوب خدا ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوئے تو آپ ﷺ نے فرمایا: اے ابن ثابت! تمہارا انتظار رہا تم نہ آئے تو ہم ملنے کیلئے آ گئے'' اور جب آنکھ کھلی تو سارا کمرہ خوشبو سے مہک رہا تھا اور عجیب حالت طاری تھی اور بیماری سے کامل اور مکمل شفاء ہوگئی۔

حضرت جبرائیل علیہ السلام کی درخواست بارگاہ الٰہی میں بوسیلہ سرکار دوجہاں ﷺ

محبوب خدا حضرت محمد مصطفی ﷺ فرماتے ہیں کہ مجھے حضرت جبرائیل علیہ السلام معراج کی رات ایک مقام تک لے جا کر رک گئے تو میں نے پوچھا کیا دوست سے دوست ایسے مقام میں آ کر رک جاتا ہے؟ تو جبرائیل علیہ السلام نے بصد آہ و زاری اپنی مجبوری کا اظہار کیا اور عرض کیا کہ اے سرور دوجہاں ﷺ میں اور آگے بڑھنے سے عاجز ہوں اگر اس حد سے بال برابر تجاوز کروں گا تو تجلیات الٰہی کے انوار مجھے جلا کر راکھ بنادیں گے۔ آپ ﷺ آگے بڑھیے آپ ﷺ کی سرفرازی کا مقام بہت اعلیٰ و بالا ہے۔ آپ ﷺ بلاخوف وخطر بڑھتے جائیے۔

حبیب رب العالمین ﷺ فرماتے ہیں کہ جب جبرائیل علیہ السلام کو میں نے اپنی ہمراہی سے معذور پایا تو ان سے دریافت کیا کہ اے جبرائیل علیہ السلام تمہاری کوئی حاجت بارگاہ ایزدی میں پیش کرنی ہے؟ حضرت جبرائیل علیہ السلام بولے کہ ''ہاں یارسول اللہ ﷺ! آپ ﷺ میرے لیے اللہ پاک سے یہ سوال کیجئے کہ مجھے بروز حشر پل صراط پر آپ ﷺ کے امتیوں کا گزر بآسانی ہوسکنے کیلئے' اپنے پروں کو بچھا دینے کی اجازت دیں تاکہ میں آپ ﷺ کے دل کو خوش کرنے کی ایک ناقص خدمت انجام دے سکوں''۔ حضرت شافع جن و بشر ﷺ نے فرمایا کہ ''اللہ پاک تمہارے اس خیرخواہی کے خیال ومقصد میں برکت عطا فرمائے۔''

حضور انور ﷺ جب بارگاہ رب العزت سے واپس ہونے لگے تو اللہ تعالیٰ نے فرمایا: اے محبوب ﷺ تم تو جانے لگے ہو' حضرت جبرائیل علیہ السلام نے آتے وقت جو درخواست کی تھی وہ کیوں پیش نہیں کرتے؟ تو میں نے جواب دیا کہ ''الٰہی تو عالم الغیب والشہادۃ ہے تو سب جانتا ہے میرے بیان کی کیا ضرورت ہے'' تو جل جلالہٗ عم نوالہٗ نے فرمایا: ''نہیں نہیں'' تمہارے بیان کی اشد ضرورت ہے' درخواست حضرت جبرائیل علیہ السلام کی قبولیت' تمہارے سوال وسفارش پر موقوف ہے۔ میں نے عرض کیا کہ اس کی بڑی خواہش ہے کہ اگر آپ اجازت دیں تو وہ میری گنہگار امت کو صراط یوم القیامۃ کے عبور کرنے میں سہولت وآسانی کیلئے اپنے پروں کو پل صراط پر بچھادے۔'' تو مالک عرش وسما نے فرمایا ''تمہاری عرضی نے حضرت جبرائیل علیہ السلام کے حق میں تو قبولیت حاصل کرلی' لیکن تمہاری امت کی صرف ایک جماعت کو حضرت جبرائیل علیہ السلام کے پروں پر سوار ہو کر صراط یوم القیامۃ عبور کرنے کی اجازت ملے گی'' تو حیرت سے رسول اکرم ﷺ نے عرض کیا کہ ''اے باری تعالیٰ! وہ اجازت کون سی جماعت کیلئے ہوگی''؟ خدائے لم یزل نے فرمایا کہ صرف اس جماعت کو اجازت نصیب ہوگی جو تم پر صلوٰۃ وسلام کی کثرت کرتی ہے۔

لیکوریا سے یقینی نجات کیلئے زبردست نسخہ

ویسے تو عبقری میں لیکوریا کے بہت سے نسخے پڑھتے رہتے ہیں لیکن میں جو نسخہ بھیج رہی ہوں وہ آب زر سے لکھنے کے قابل ہے' اتنا زبردست رزلٹ کہ انشاء اللہ دعا دینے پر مجبور ہوجائیں گے' نہایت ہی کم مالیت میں نسخہ تیار اور دنوں میں آرام......

ھوالشافی: مائیں' ماجو' گل دھاوا' خشک انار کا چھلکا' پھٹکڑی سفید یہ تمام اشیاء ہم وزن لیکر پھٹکڑی کو توے پر کھل کرلیں۔ دوائی باریک پیس کر بڑے سائز کے کیپسول بھرلیں' دودھ یا جوس سے لیں کیونکہ دوائی خشک ہے۔ دن میں دو مرتبہ ایک ایک کیپسول صبح کھانا کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے اور رات کو کھانا کھانے کے ایک گھنٹہ بعد۔ رات کو دوائی کھانے کے بعد کوئی چیز نہیں کھانی' شفاء ہونے تک گرم چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ (بنت بخاری' رحیم یار خان)

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

اف! یہ فانی دنیا کی سرائے اور ہماری ناسمجھی

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ (ایم ایس سی کیمسٹری) عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں ایک سو کتب سے زائد کے مصنف ہیں۔ نامور مشائخ کے اجازت یافتہ ہیں۔

اچانک ایک اجنبی بغیر اجازت دربار میں آیا اور دربار میں ادھر ادھر کچھ تلاش کرنے لگا‘ حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ جو دربار میں اپنے مقدمات میں مشغول تھے دربار میں ایک اجنبی کے بغیر اجازت آنے اور آداب شاہی بجالانے کے بجائے بے تکلفی سے ادھر ادھر کچھ تلاش کرنے پر ناراض ہوئے اور بولے تم کون ہو؟ یہاں بغیر اجازت کیوں داخل ہوئے اور پھر یہاں کیا تلاش کررہے ہو؟ اس اجنبی نے شخص نے جواب دیا کہ میں ایک راہگیر ہوں اور ایک رات قیام کی جگہ تلاش کررہا ہوں۔

حضرت ابراہیم بن ادھم بہت خفا ہوئے اور بولے احمق آدمی ہو‘ یہ ہمارا دربار ہے یا کوئی سرائے ہے اجنبی نے بہت سادگی سے جواب دیا واقعی یہ آپ کا دربار نہیں ہے‘ سرائے ہے۔ حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ کیا تمہیں دکھائی نہیں دے رہا ہے‘ دربار کی آن بان شان نہیں دکھائی دے رہی ہے‘ اس کو سرائے سمجھ رہے ہو۔ اجنبی نے پھر بھولے پن سے سوال کیا کہ آپ سے پہلے یہاں کون مقدمات طے کرتا تھا؟ حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ میرے ماموں...... اجنبی نے سوال کیا وہ کہاں چلے گئے؟ حضرت نے کہا کہ وہ اس دنیا سے انتقال کرگئے۔ اجنبی نے سوال کیا کہ آپ کے ماموں سے پہلے یہاں دربار میں کون رہتا تھا؟ حضرت نے کہا کہ ان کے والد‘ اجنبی نے پھر سوال کیا کہ آپ کے ماموں کے والد کہاں چلے گئے؟ بولے کہ وہ بھی داعی اجل کو لبیک کہہ کر دنیا سے رخصت ہوگئے۔ اجنبی نے پھر سوال کیا کہ آپ کے ماموں کے والد سے پہلے کون یہاں پر عدالت لگایا کرتا تھا؟ حضرت نے جواب دیا کہ ان کے والد۔ پھر اجنبی نے سوال کیا کہ وہ یہاں کیوں نہیں رہے؟ حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ نے جواب دیا کہ ان کا بھی انتقال ہوگیا۔ اجنبی نے بڑی سنجیدگی سے جواب دیا کہ ایک آتا ہے کچھ روز رہتا ہے چلا جاتا ہے۔ پھر دوسرا آتا ہے وہ کچھ روز رہتا ہے چلا جاتا ہے‘ پھر تیسرا آتا ہے چلا جاتا ہے‘ یہ سرائے نہیں تو پھر اور کیا ہے اور آپ اس سرائے کو اپنا دربار سمجھتے ہیں‘ حالانکہ آپ کو خوب معلوم ہے کہ آپ کو بھی اس مزے کو چھوڑ کر جانا ہے اور چھوڑ کر جانا بھی آپ کے اختیار میں نہیں۔ کب مالک سے دربار خالی کرنے کا حکم ہوجائے بلکہ وہ ملک الموت سے آپ کو گرفتار کرالے‘ ایک پل کا اطمینان نہیں ہے پھر بھی آپ اس فانی سرائے کو اپنا دربار سمجھ رہے ہیں اور مجھے احمق کہہ رہے ہیں۔

حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ یہ سن کر زاروقطار رونے لگے انہوں نے دیکھا کہ وہ اجنبی ایک غیبی فرشتہ تھا جو اچانک غائب ہوگیا اور یہیں سے حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ کا دل دربار‘ بادشاہت اور دنیا سے اچاٹ ہوگیا جوان کی توبہ کا سبب بنا‘ اور اس واقعہ نے حضرت ابراہیم بن ادھم بادشاہ کو سلطان الاولیاء حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ بنادیا۔

اپنی چھوٹی سی زندگی میں ہم نے اپنے کتنے عزیزوں‘ ساتھیوں اور پڑوسیوں کو اس دنیا سے خالی ہاتھ اس دارفانی کو چھوڑتے دیکھا ہے‘ کتنوں کو ہم نے کاندھا دیا‘ قبر کے گڑھے میں اتارا جو صدیوں کے پلان بناتے تھے۔ سچی بات ہے کہ سرائے اور اسٹیشن کے ویٹنگ روم میں آدمی کو ایک طرح کا اطمینان ہے کہ ہمارا قیام کچھ وقت ہے‘ مگر اس دنیا کی ناپائیدار زندگی میں‘ سرائے کے برابر بھی یقینی قیام نہیں۔ پھر کتنا ناسمجھ ہے انسان اس قدر دھوکہ کی دنیا اور ناپائیدار زندگی میں‘ ہمیشہ ہمیشہ یہاں رہنے والے کی طرح زندگی گزارنے اور اپنے حقیقی گھر اور ٹھکانہ‘ آخرت کی طرف سے بے فکر رہے۔ کاش ہمیں سمجھ آجائے اور ہم دنیا کی ناپائیداری اور آخرت کے حقیقی ٹھکانہ کے تصور کے ساتھ زندگی گزار سکیں۔

دفتر عبقری کی بد دیانتی اور بے ایمانی

اس سے پہلے بھی کئی بار یاددہانی کرائی گئی ہے کہ ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ امید ہے کہ آپ عبقری پر اعتماد کریں گے۔ ہم ایمانداری سے رسالہ مطلوبہ پتے پر ارسال کردیتے ہیں۔ آخر آپ عبقری کو بددیانت‘ بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ (ادارہ عبقری)

اور آلو بخارا اہم وزن رات کو بھگو دیتا (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

(بقیہ: بخار ڈینگی ہو یا لاعلاج بیماریاں......!!!)

صبح سارا دن یہ چیزیں اپنے مریضوں کو پلاتا اور ایک چمچ بڑا گلاس گائے کے نیم گرم دودھ میں نیاز بو کے بیج ڈال کر مریضوں کو پینے کیلئے دیتا کسی کو دن میں دو دفعہ کسی کو تین دفعہ صبح نہار منہ کھانے سے دو گھنٹے پہلے یا دو گھنٹے بعد۔ کسی کو ایک ہفتہ یا کسی کو دو ہفتے یا تین ہفتے۔ بابے عبدالحمید نے لمبا سا سگریٹ کا کش لیا اور کہنے لگا میں نے بے شمار بخار کے پرانے مریض مسلمان‘ ہندو‘ سکھ ہندو حکیم کے پاس آتے دیکھے اور صحت مند ہوتے دیکھے۔ اس کے بعد میں نے خود ہی اسی پنساری سے ایک چھٹانک نیاز بو کے بیج لیے اور لوگوں کو جس کو گائے یا بکری کا دودھ میسر ہوتا‘ ورنہ جو دودھ بھی میسر ہو نیم گرم دودھ میں پلانا شروع کردیا۔ ایک چمچ بیج لیکر ہلکے میٹھے دودھ میں...... میٹھا نہ بھی ڈالیں تو ضروری نہیں...... گھول کر اسے آدھا آدھا گھونٹ پینا ہے۔ یکا یک نہیں پینا اور ایک گلاس کو کم از کم پندرہ منٹ لگانے ہیں چمچ سے مسلسل گلاس میں وہ بیج گھولتے جانا ہے اور گھولتے گھولتے ہی پینا ہے۔ بس دنیا کا ہر وہ مریض جس کو بخار نے عاجز کردیا ہو حتیٰ کہ ٹی بی جس کیلئے ڈاکٹر اٹھارہ مہینے کا علاج بتاتے ہیں پرانے ٹائیفائیڈ اور بگڑا ہوا ایسا ٹائیفائیڈ جو کسی دوا سے ٹھیک نہ ہوتا ہو اس دودھ اور بیج والے نسخے سے نا صرف تندرست ہوتے ہیں بلکہ طاقتور اور فریش ہوتے ہیں۔ بابے عبدالحمید کی بات سن کر مجھے پھر احساس ہوا کہ وہ ہتھیلی پر تھوڑے سے بیجوں نے مجھے تازگی کا احساس آخر کیوں دیا اور کیوں نہ ہوتا؟ وہ ایک قدرت کا انمول تحفہ ہے جسے ہم بھول چکے ہیں۔ پھر اس کے بعد میں اپنے کئی بے شمار مریضوں کو یہی نسخہ دیتا رہا اور اب تک دے رہا ہوں اور قارئین! آپ کو بھی دے رہا ہوں اب آخر میں اس کے مختصر فائدے پھر سن لیں۔ بخار کسی بھی قسم کا ہو‘ سائنس کی دنیا میں اس کا کوئی بھی نام ہو‘ معدے کی گیس تیزابیت‘ قبض‘ عورتوں کی نسوانی تکالیف‘ لیکوریا وغیرہ...... اور جوانوں کی تکالیف مثانے کی گرمی وغیرہ یا اس سے متعلق امراض...... ان سب کیلئے اس کو صدیوں سے مفید تر پایا۔ میرے پاس ٹی بی‘ ٹائیفائیڈ اور ڈینگی کے ایسے ایسے خطرناک مریض آئے جن کی نبضیں ڈوب رہیں تھیں اور جاں بلب تھے ان کو میں نے یہ نیاز بو کے بیج اور نیم گرم دودھ پینے کیلئے دیا اور اللہ کے فضل سے تندرست بھی ہوئے اور توانا بھی...... ایسے فریش ہوئے کہ صحت و تندرستی نے خود ہی انہیں سلام کیا صحت تندرستگی فریشنس ڈھونڈے نہیں ملی لیکن گلاس میں ملی دودھ اور کالے چمکدار بیجوں کے ذریعے۔ کیا خیال ہے...... بابے عبدالحمید کا باکمال نسخہ...... اس نسخے میں

رمضان کے مقدس لمحات حضرت حکیم صاحب کیساتھ

صحابہ کرامؓ و اہل بیتؓ‘ اولیاء کرام اور بزرگان دین رمضان المبارک کی آمد سے پہلے ہی خود کو اور اپنے اوقات کو رمضان کے قیمتی لمحات کیلئے فارغ کرلیتے تھے۔ ان قیمتی گھڑیوں‘ بابرکت لمحات‘ اصلاح نفس‘ تزکیہ باطن‘ اور اپنی زندگی سنوارنے والوں کیلئے حضرت حکیم صاحب کی صحبت اور زیرنگرانی تسبیح خانہ میں وقت گزارنے کا نادر موقع۔ پورا مہینہ‘ چند دن یا آخری عشرہ بھی قیام کی اجازت ہے۔ خواہش مند حضرات دفتر ماہنامہ عبقری میں رابطہ فرمائیں۔ **نوٹ:** حسب موسم بستر ہمراہ لائیں‘ سحری اور افطاری کا مکمل انتظام ہوگا۔

شدت کی گرمی سے گھبرائیں نہ

ٹھنڈک پیکیج

لو کے تھپیڑوں سے خوفزدہ ہوں نہ

سخت گرمی، لو، گرم ہوائیں، پریشان نہ ہوں! عبقری لایا آپ کی صحت کو مکمل بحال اور آپ کو سخت گرمی میں ہر دم تندرست و توانا، تر و تازہ اور فریش رکھنے کیلئے "ٹھنڈک پیکیج" موسم گرما کی جلتی بھنتی ساعتوں میں شفاعوں کی ٹھنڈی ٹھنڈی پھوار، تمام گرمائی امراض مثلاً پیاس، گھبراہٹ، بے چینی، بخار، قے، متلی، مثانہ کی گرمی، سوزش، آنتوں کی خشکی، پیٹ کا تن جانا، جگر کی تکالیف، جسم میں خشکی، ہاتھ پاؤں میں تپش، منہ میں خشکی، الرجی، خارش پرانی ہو یا نئی خشک ہو یا پیپ والی، ایگزیما، پھنسی، دانے، سورائسس، آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جانا، اچانک چونک اٹھنا، دل ڈوب جانا، بھوک ختم ہو جانا، چہرے کے رنگ کا ماند پڑ جانا، آنکھوں کے گرد حلقے پڑ جانا، نوجوانوں میں قطرے، پیشاب کی جلن، جریان، احتلام وغیرہ۔ عورتوں میں لیکوریا اور جملہ امراض، سن سٹروک، دل دھڑکنا، کمزوری اور گرمی سے پیدا ہونے والے تمام امراض کیلئے "ٹھنڈک پیکیج" ایک نفیس، پرکیف اور حیرت انگیز ذریعہ شفاء ہے۔ "ٹھنڈک پیکیج" کا ایک نہایت پرکیف تجربہ پیش خدمت ہے۔ ایک خاتون لکھتی ہیں کہ مجھے الرجی کی بڑی پرانی تکلیف تھی جس کی وجہ سے مسلسل میرا ناک بند رہتا تھا مگر "ٹھنڈک پیکیج" کے استعمال سے نا صرف میرا یہ پرانا مرض ختم ہوا بلکہ اس کے ساتھ ساتھ میری پیاس کی بیماری بھی ختم ہو گئی ورنہ میں ہر آدھے گھنٹے بعد دو گلاس پانی نہ پیتی تو میں مرنے کے قریب ہو جاتی۔ حلق خشک ہو جاتا تھا اور سانس بند ہونے لگتا تھا۔ اب مجھے سخت گرمی میں بھی پیاس کا احساس بالکل نہیں ہوتا۔ اس کو میں نے جب بھی جس مرض میں بھی اور جس مریض پر بھی آزمایا شفاء کا مظہر پایا۔ "ٹھنڈک پیکیج" کی موجودگی نے مجھے حکیموں اور ڈاکٹروں سے بے نیاز کر دیا ہے۔ سوزاک اور آتشک کے مریضوں میں بھی "ٹھنڈک پیکیج" کے لاجواب رزلٹ ہیں۔ چہرے کے کیل مہاسے جو کسی کریم، ابٹن یا لوشن سے نہ جاتے ہوں آپ نے لاکھ پرہیز کیا لیکن پھر بھی مسئلہ حل نہ ہوا ہو۔ "ٹھنڈک پیکیج" آپ کی بے اعتمادی کو اعتماد کا لباس پہنا دے گا۔ جب خیال آتے ہی پیشاب کے قطرے گرنے شروع ہو جائیں یا مذی کے قطرے نکلنا شروع ہو جائیں۔ ایسے مایوس ڈھیروں مریضوں کیلئے کچھ عرصہ "ٹھنڈک پیکیج" کا استعمال نہایت تیر بہدف ثابت ہوا ہے۔ ہاتھ پاؤں میں مسلسل جلن ہو "ٹھنڈک پیکیج" استعمال کرنے سے جلن کے ڈھیروں مریض تندرست ہوئے ہیں۔ ایک شخص مسلسل اس مرض کا شکار تھا کبھی بھی اس کے ہاتھ پاؤں سے جلن نہیں جاتی تھی۔ وہ "ٹھنڈک پیکیج" کے استعمال سے تندرست ہو گیا۔ اگر بیٹھ کر اٹھنے سے آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جائے تو مایوس نہ ہوں! بس "ٹھنڈک پیکیج" کے چند دنوں کے استعمال استعمال کر کے اسکے لاجواب فوائد آپ کے سامنے رونما ہوں گے۔ یورک ایسڈ، پرانے جوڑوں کا درد اور جسم کے جوڑوں کا منجمد ہو جانا، ڈپریشن، ٹینشن کے کسی مریض نے "ٹھنڈک پیکیج" استعمال کیا ہو آج تک ایسا نہیں ہوا کہ اسے فائدہ نہ ہوا ہو۔ نوٹ: اس دوا کا کوئی سائیڈ ایفکیٹ نہیں۔ ہر گھر، ہر فرد، چھوٹے بڑے، خواتین، مرد سب کیلئے یکساں مفید ہے۔ (قیمت: -/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

ہیپاٹائٹس نجات سیرپ کے انوکھے کمالات

صرف ان ہزاروں لوگوں کے تجربات میں سے چند تجربات آپ کے مطالعے کیلئے

کیا واقعی یہ شوگر فری سیرپ ایسا ہی باکمال ہے؟ آزمائش شرط ہے!!!

چہرے کی رنگت نکھر گئی: میرے چہرے پر داغ، دھبے، چھائیاں کیل مہاسے تھے۔ میں نے ہیپاٹائٹس نجات سیرپ استعمال شروع کیا پہلے تو فائدہ محسوس نہ ہوا لیکن میں نے اپنا اعتماد نہ توڑا مسلسل استعمال کرتی رہی، چند ہفتوں کے استعمال کے بعد اس کے واقعی وہ رزلٹ ملے جو غیر ملکی قیمتی کریموں نے بھی مجھے نہ دیئے تھے اور میرا چہرہ شفاف اور بالکل چاندی کی طرح ہوگیا ہے۔**دائمی قبض اور بواسیر ختم ہوگئی:** مجھے کسی نے یہ سیرپ دیا، جس کا لیبل اترا ہوا تھا میں نے بوتل کو منہ لگا کر پینا شروع کر دیا، دو دن میں ایک بوتل میں ختم کر دیتا تھا کیونکہ طریقہ لکھا ہوا تھا نہیں، انہوں نے مجھے جگر کے امراض کیلئے دیا تھا، جہاں میرے جگر کے امراض میں فائدہ ہوا وہاں میں دائمی قبض کا مریض تھا اور پرانی بواسیر نے مجھے عاجز کر دیا تھا۔ اللہ کے فضل سے دائمی قبض بھی ختم ہوئی اور بواسیر کا بھی خاتمہ ہوا۔**چہرے کے غیرضروری بالوں کا نشان تک نہ رہا:** مجھے پرانے ہارمونز مسائل تھے میں نے بے شمار ادویات استعمال کیں، وقتی فائدہ ہوجاتا اور پھر تکلیف دوبارہ ہوجاتی اس کے بعد میرے جسم پر غیر ضروری بال نکلنا شروع ہوگئے اور خاص طور پر چہرے پر بہت بری طرح بال پھیلنا شروع ہوگئے۔ ہماری ملنے والی ایک خاتون نے یہ سیرپ ان بالوں کیلئے استعمال کیا تھا اس نے دو چمچ ہر دو گھنٹے کے بعد استعمال کیے اور ایک بوتل دو دن میں ختم کی بقول اس کے کہ دس بیس بوتلوں میں چہرے کے غیر ضروری بال چھائیاں موٹاپا، ہارمونز کے مسائل اور بڑا ہوا پیٹ بالکل ختم ہوکر جسم تندرست ہوجاتا ہے۔ حتیٰ کہ پرانی لیکوریا بھی زندگی بھر کیلئے ختم ہوجاتی ہے۔ واقعی ایسا ہوا پھر میں نے اپنی بے شمار اور خواتین کو یہ استعمال کرایا ان کو بھی بہت فائدہ ہوا۔**گیس، تبخیر، جلن اور بدہضمی ختم ہوگئی:** مجھے ہیپاٹائٹس سی بہت پرانا تھا، انجیکشن کے تین کورس کرائے لاکھوں روپے خرچ کیے لیکن تکلیف بار بار ہوجاتی تھی۔ میں نے عبقری سے پڑھ کر یہ سیرپ استعمال شروع کیا اب اللہ کا فضل ہے کہ ہیپاٹائٹس بھی ختم ہوگیا اور ساتھ تیزابیت، گیس، تبخیر بالکل ختم ہوگئی۔ بھوک خوب لگتی ہے، کھانا ہضم ہوتا ہے، خون بنتا ہے، پہلے جسم میں دردیں اور کھچاؤ رہتا تھا اب وہ بھی ختم ہوگیا ہے۔**ڈیپریشن اور ٹینشن ہمیشہ کیلئے جان چھوڑ گئی:** میں ایک بہت بڑے سپیشلسٹ ڈاکٹر کے پاس ڈیپریشن کیلئے جایا کرتا ہوں ایک دن انہوں نے اپنی ٹیبل پر پڑا عبقری اٹھایا اور ہیپاٹائٹس نجات سیرپ کے بارے میں بتایا کہ مجھے کئی مریضوں نے اس کے فوائد بتائے ہیں ایک مریض نے اسے ڈیپریشن کیلئے بھی مفید بتایا ہے۔ میں اپنے پیشنٹ کو یہ سیرپ مسلسل تجویز کررہا ہوں دس بیس بوتل پینے میں ہر مریض تندرست ہوگیا ہمیشہ کیلئے ڈیپریشن اور ٹینشن کی دوائیاں چھوٹ گئیں کوئی کم بوتل یا کوئی زیادہ لیکن سب تندرست ہوئے۔ اور آج وہ مطمئن زندگی گزار رہے ہیں۔**اور ہیپاٹائٹس ختم ہوگیا:** قارئین! ہزاروں سے بھی زیادہ ایسے مایوس اور لاعلاج مریض جو ہیپاٹائٹس سے عاجز اور تنگ آچکے تھے اللہ تعالیٰ نے انہیں ہیپاٹائٹس سے واقعی نجات عطا فرمائی اور سو فیصد صحت مند ہوگئے۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

72

ماہنامہ عبقری لاہور ®

جون 2012ء بمطابق رجب، شعبان 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

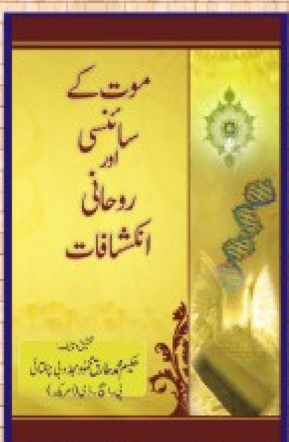
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- یادداشت اور دماغی کمزوری کیلئے لاجواب بوٹی
- سریع اور عجیب عمل برائے سانپ' بچھو اور بھڑ
- ہر مشکل اور حاجت کیلئے یَالَطِیۡفُ پڑھیں
- سٹوڈنٹ اعلیٰ پوزیشن کیسے حاصل کریں؟
- بکھری شخصیت میں خوداعتمادی سے نکھار
- نتھنوں سے روحانی ترقی حاصل کریں
- محبت آمیز گفتگو سے احساس دلایئے
- پھانسی منسوخ اور ناف کا آزمودہ نسخہ
- جون میں گرمی سے کیسے بچا جائے؟
- ہر لاعلاج مرض سے نجات کی پڑیا
- اسم رَحۡمٰنُ وَرَحِیۡمُ کے اسرار
- آم بتائے فائدے ہی فائدے

رمضان المبارک کے مقدس لمحات
حضرت حکیم صاحب کے ساتھ گزاریں
تفصیل صفحہ نمبر 31 پر

قارئین نے فیصلہ دیدیا
جولائی سے قیمت 40 روپے
تفصیلات صفحہ نمبر 1 پر



موت وحیات سائنس اور روحانیت کی نگاہ میں اور مرنے کے بعد کی حقیقتیں جاننے کیلئے اس کتاب کو ضرور پڑھیں !!!

باغ آزاد کشمیر کلینک 30 جون بروز ہفتہ 0312-5619880

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)......درس
تفصیلات صفحہ نمبر 23 پر

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

تصنیفات حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	130/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	160/-
4	آزمودہ عمر بھر کے علاج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسمانی کتابوں کے حیرت انگیز تحفے (اردو انگلش)	200/-
7	1947 کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے پُرسکون زندگی تک	130/-
12	بڑی بڑی مشکلوں کا آزمودہ علاج	150/-
13	بڑی بڑی مشکلوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	[illegible]	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھولوں سے صحت و تندرستی	130/-
18	پُرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پُرسکون نیند نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری کا علاج نبوی اور جدید سائنس	120/-
21	پُرکشش زندگی گزارنے کے نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	160/-
23	تندرستی کے انمول راز	130/-
24	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	300/-
25	تسبیح کے کمالات	200/-
26	[illegible] کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی بیماریوں کا نبوی علاج احتیاط اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی و طاقت کیسے قائم رہے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جادو جنات اور خیالات کے علاج نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے انوکھے عجیب واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی اسیروں کی زبانی	300/-
36	جیل کا جہنم	120/-
37	جنسی بے راہ روی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن و صحت کیلئے انمول تحفے	200/-
39	حسن اور بالوں کا مکمل بیان	225/-
40	[illegible]	250/-
41	حیرت انگیز [illegible]	200/-
42	[illegible]	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ [illegible] روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل [illegible]	250/-
45	خواتین کے حسن و جمال کے مخفی راز	250/-
46	خواتین کی ازدواجی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دوا فری خزانے (اردو)	5/-
48	دوا فری خزانے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی جڑی بوٹیاں [illegible]	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت جادو [illegible]	225/-
54	روحانی [illegible]	250/-
55	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش جلد 1)	200/-
60	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش جلد 2)	200/-
61	سدا بہار حسن کی خاص غذائیں	250/-
62	[illegible]	120/-
63	شہد کے کمالات	120/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شادی اور [illegible] شافی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی کو خوشگوار گزارنے کے سنہری [illegible]	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے سنہری اصول	130/-
69	شفاء بخش خیالات [illegible] نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	[illegible] پاکستان	200/-
71	شباب زندگی کے [illegible] طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت بخش [illegible] سائنسی اصول	90/-
75	طب نبوی اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات و مشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غصے کی اصلاح نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	[illegible] اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی [illegible] علاج نبوی	120/-
82	کامیاب شادی کے حصول کے نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کرامات اولیاء	150/-
84	کنز الحکمت	140/-
85	کلونجی کے کرشمات	60/-
86	[illegible]	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب والدین بنئے	250/-
89	[illegible]	2500/-
90	[illegible] کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	[illegible] کے تجربات	250/-
92	[illegible]	130/-
93	[illegible] روحانی [illegible] علاج	150/-
94	[illegible]	100/-
95	[illegible] اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفا کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے موتی	180/-
98	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	360/-
103	[illegible]	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	مایوس خاندانی مشکلات کا [illegible] روحانی علاج	170/-
108	مولانا طارق جمیل کی شخصیت و کمالات	250/-
109	[illegible] کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	[illegible]	150/-
112	[illegible]	140/-
113	[illegible] نبوی اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبوی اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
117	[illegible] صحت و تندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	[illegible]	130/-
120	ہپناٹزم کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک [illegible]	120/-
123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی و روحانی انکشافات	150/-
127	خطبات مجذوبی (جلد اول)	300/-
128	مالدار بننے کا آزمودہ راز	100/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	300/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	100/-
131	سورۃ بقرہ سے [illegible]	100/-
132	صوفی ازم کے روشن ستارے (زیر طبع)	
133	خطبات مجذوبی (جلد دوم) (زیر طبع)	
134	صوفی ازم اور ٹینشن فری لائف (زیر طبع)	
135	صوفی ازم اور باطنی سکون (زیر طبع)	
136	شجرہ طیبہ قادری مجذوبی	

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زرعونی نقرائی	2200/-
3	طب نبوی اصول ہیئر پاؤڈر	120/-
4	ستر شفائیں	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	جنتی قہوہ	120/-
7	خون صفاء پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزا شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	فشاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	چلڈرن سیرپ	120/-
29	کراماتی تیل	200/-
30	طب نبوی حسن و جمال کریم	300/-
31	عروسی سہاگ کورس	5000/-
32	شوگر کورس	800/-
33	نوجوانوں کے روگ	700/-
34	پوشیدہ کورس	600/-
35	الرجی نزلہ کورس	600/-
36	موٹاپا کورس	600/-
37	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
38	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
39	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
40	بے اولادی کورس	2500/-
41	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
42	چہرہ کا حسن و جمال کورس	2200/-
43	نفس پیکیج	600/-
44	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
45	ٹھنڈک پیکیج	500/-
46	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
47	سدابہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-
48	ڈپریشن پیکیج	490/-
49	دیسی کریم	500/-
50	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
51	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
52	شہد ہمراہ صندل الائچی	300/-
53	قبض کشاء	120/-
54	بارسوز شفاء	300/-
55	السر کورس	400/-
56	روحانی عطر	240/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں۔ بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسم کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہوا سے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

عَبۡقَرِيٍّ حِسَانٍ ۞ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۞ القرآن

بانی: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

سرپرست: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 12 | جلد نمبر 6 | جون 2012ء بمطابق رجب، شعبان 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جون 2012ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

قارئین نے فیصلہ دے دیا

قارئین! عبقری کا ایک ایک عمل لاکھوں لوگوں کی خیر' مشکلات کے حل اور روحانی جسمانی گھریلو الجھنوں کا یقینی فائدہ ہے۔ قارئین کی اکثریت نے جس جوش وولولے سے عبقری کی قیمت دس روپے بڑھانے کا مشورہ دیا وہ قابل ستائش وقابل تحسین ہے۔ بعض قارئین نے یہاں تک کہا کہ عبقری کی قیمت جتنی بھی بڑھائیں ہمیں قبول ہے۔ اس کا ہر حرف اور ہر ورق لاکھوں کی خرید سے بھی زیادہ ہے۔ لہٰذا آئندہ شمارہ چالیس روپے کا ہوگا۔ ادارہ قارئین کے تعاون کا مشکور ہے۔

محمد طارق محمود نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر پہنچیں بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

خط وکتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

تم غریب نہیں بلکہ غنی ہو......!!!

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے اپنے صحابہ میں سے ایک صحابی سے فرمایا: اے فلاں! کیا تم نے شادی کرلی؟ انہوں نے عرض کیا: یارسول اللہ! ﷺ شادی نہیں کی اور نہ میرے پاس اتنا مال ہے کہ میں شادی کرسکوں یعنی میں غریب آدمی ہوں۔ آپ ﷺ نے پوچھا: تمہیں سورۂ اخلاص یاد نہیں؟ عرض کیا: جی یاد ہے۔ ارشاد فرمایا یہ (ثواب میں) تہائی قرآن (کے برابر) ہے۔ پوچھا: کیا تمہیں سورۂ اذا جاء نصراللہ والفتح یاد نہیں؟ عرض کیا: جی یاد ہے۔ ارشاد فرمایا: یہ (ثواب میں) چوتھائی قرآن (کے برابر) ہے۔ پوچھا: کیا تمہیں قل یاایھاالکفرون یاد نہیں؟ عرض کی: جی یاد ہے۔ ارشاد فرمایا: یہ (ثواب میں) چوتھائی قرآن (کے برابر) ہے۔ پوچھا: کیا تمہیں سورۂ اذا زلزلت الارض یاد نہیں؟ عرض کیا: جی یاد ہے۔ ارشاد فرمایا: یہ (ثواب میں) چوتھائی قرآن (کے برابر) ہے۔ شادی کرلو...... شادی کرلو...... (ترمذی)

ف: رسول اللہ ﷺ کے ارشاد کا مقصد یہ ہے کہ جب تمہیں یہ سورتیں یاد ہیں تو تم غریب نہیں بلکہ غنی ہو لہٰذا تمہیں شادی کرنی چاہیے۔

حضرت معاذ بن انس جہنی رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس شخص نے دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھی اللہ تعالیٰ جنت میں اس کیلئے ایک محل بنادیں گے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! پھر تو میں بہت زیادہ پڑھا کروں گا۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ بھی بہت زیادہ اور بہت عمدہ ثواب دینے والے ہیں۔ (احمد)

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: چار چیزیں ایسی ہیں جس کو وہ مل گئیں اس کو دنیا وآخرت کی ہر خیر مل گئی۔ شکر کرنے والا دل، ذکر کرنے والی زبان، مشقتوں پر صبر کرنے والا بدن اور ایسی بیوی جو نہ اپنے نفس میں خیانت کرے یعنی پاک دامن رہے اور نہ شوہر کے مال میں خیانت کرے۔ (طبرانی)

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا — حال دل — ایڈیٹر کے قلم سے

کبھی کبھی دل میں آتا ہے کہ کچھ اللہ والوں کی مجالس میں سنی گئیں باتیں عرض کروں کیونکہ اللہ والوں کی باتیں دلوں کی کھیتی کو آباد کرنے کیلئے بارش کے پانی سے بھی زیادہ طاقت رکھتی ہیں۔ فرمایا اگر انسان میں چار صفات ہوں تو یقینی کامیابی سو فیصد ممکن ہے اور پوری دنیا کا نقشہ بدلا جاسکتا ہے اور سارے عالم کو اپنا بنایا جاسکتا ہے۔

حتیٰ کہ دلوں کے نقشے اور حالت بھی سو فیصد بدلی جاسکتی ہے۔ 1۔ بصیرت 2۔ حکمت یعنی دانائی۔ 3۔ اخلاق۔ 4۔ اخلاص۔ فرمایا مال اور جاہ کی طلب اگرچہ اندر ہی ہے، بڑی محنت کے بعد مال کی طلب یعنی حب دنیا سے نکل جاتا ہے لیکن حب جاہ (یعنی میری کوئی حیثیت ہے) سے نکلنا نہایت مشکل ہے اس سے نکلنے کیلئے محنت اور مسلسل محنت کرنا پڑے گی۔ ۃ

قارئین! اللہ تعالیٰ کی محبت اس کے حبیب ﷺ اور اپنے پیاروں کی محبت میں رونا انبیاء صدیقین، صالحین سے ثابت ہے، نہ رونا کوئی بڑا پن یا بہادری نہیں بلکہ حضرت حمزہ رضی اللہ عنہٗ کی شہادت اور اپنے بیٹے حضرت ابراہیم رضی اللہ عنہٗ کی فوتگی پر حضور اقدس ﷺ بہت روئے، رونے سے دل کا غم ختم، طبیعت میں بوجھ ہلکا اور صحت جسمانی بڑھ جاتی ہے پھر اگر خوف اور شوق کا رونا ہو تو اس سے اللہ تعالیٰ کا بے پناہ تعلق نصیب ہوتا ہے۔ اسی طرح ایک کیس میرے پاس آیا کہ ایک جوان جس کو دورے پڑتے تھے، نفسیاتی مریض تھا، اعصابی کھچاؤ، اپنے پرائے کی پہچان نہیں، ہر وقت توڑ پھوڑ میں لگا رہنا، ایک دفعہ چھت سے چھلانگ لگادی، شدید زخمی ہوگیا اور بعض اوقات ایسی نازیبا حرکات کرتا کہ انسان الفاظ میں بیان نہیں کرسکتا، ان ساری تکالیف کی وجہ صرف یہی ہے کہ اس کا والد فوت ہوا لیکن اس نے اپنی عظمت بہادری اور بڑے پن کی وجہ سے ایک آنسو نہیں بہایا بلکہ یہ کہتا تھا ایسا ہوجاتا ہے، سب کے والد مرتے ہیں کچھ ہی عرصے کے بعد اس کی یہ کیفیت شروع ہوگئی اور نوبت اس پاگل پن تک پہنچ گئی۔ لہٰذا شریعت کی حدود میں رہ کر رونا کوئی بزدلی نہیں۔

درس روحانیت و امن

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

جیب کترے کا حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے حیاء

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر راہ گزر رہا ہے

ایک خاتون آئیں کہنے لگیں: میرا جہیز پر بائیس لاکھ روپیہ لگ گیا' لڑکے کے باپ کے لئے تھری پیس سوٹ، جوتا، گھڑی خریدی حالانکہ والد صاحب کب کے فوت ہو گئے ہیں۔ میں نے پوچھا کیوں؟ کہنے لگیں: ہمارے ہاں یہ رواج چلا آرہا ہے' ہماری یہ روایت ہے، ہمارا یہ مسئلہ ہے، یہ ضروری ہے۔ کہنے لگیں ابھی بھی سسرال والے ناراض ہیں کہ فلاں فلاں کا سوٹ کیوں نہیں دیا؟ پتا نہیں کس کو پہنائیں گے؟ یا باباجی کی قبر پر چڑھاوا چڑھائیں گے۔ کہنے لگیں: میں نے ان کی ماں کو ستاون ہزار کی چوڑیاں پہنائیں پھر وہ نو بہن بھائی ہیں بہنوں کو سونے کے ٹاپس پہنائے اور بھائیوں کو سونے کی چین پہنائی کیونکہ ہمارے خاندان کی روایت ہے اور ابھی مہینہ نہیں ہوا کہ طلاق کی بات شروع ہو چکی ہے، لڑکے والے کہتے ہیں کہ ہم طلاق دیتے ہیں۔ اب آپ ہی بتایئے میں کیا کروں؟

نبوی ﷺ رواج چھوڑنے کا وبال: میں نے کہا میرے آقا سرور کونین ﷺ کی نسبت کو چھوڑ کر شادیاں ہوں اور کامیاب ہو جائیں۔۔۔؟؟؟ اور گھر میں چین اور سکون ہو؟ یہ تو پاگل پن کی باتیں ہیں' کوئی سرور کونین ﷺ کی نسبتوں کو چھوڑ کر خوشیاں تلاش کرے اور پھر خوش رہ سکے؟ کبھی ہو ہی نہیں سکتا! کبھی بھی نہیں ہو سکتا!

ہماری نسبت سب سے اعلیٰ ہے: ہمارے ساتھ حضور سرور کونین ﷺ کی نسبت ہے' قیامت کے دن اعلان ہوگا حضور سرور کونین ﷺ کے امتی کہاں ہیں؟ ارے اس نسبت ﷺ کی وجہ سے ہی ہماری شان ہوگی' ہماری عزت ہوگی۔ کیوں؟ آقا سرور کونین ﷺ وہ تھے کہ اللہ پاک نے حضرت آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام کو فرمایا میں نے آپ کی توبہ کو قبول کیا اور محمد ﷺ کی وجہ سے قبول کیا۔

حضرت محمد ﷺ کو تو اس وقت بنایا گیا تھا جب حضرت آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام کا خمیر ہی نہیں بنا تھا اور آپ ﷺ کو نبوت اس وقت مل چکی تھی۔ اللہ والو! اتنے بڑے حبیب سرور کونین ﷺ کے ساتھ نسبتیں ہیں، ہر پل اپنے ذہن میں رکھیں اور ہر قدم اٹھاتے ہی اندر سے سوال کریں کہ میں کون ہوں؟ اندر سے آواز آئے میں محمدی ﷺ ہوں۔

چور بچے کو نسبت محمدی ﷺ کا احساس: احسان دانش نے لکھا ہے کہ مجھے ایک بندہ لے گیا کہ تجھے آج ایک اللہ کے بندے سے ملاتا ہوں میں اس کے ساتھ گیا۔ دلی کی شاہی مسجد میں سیڑھیوں کے درمیان ایک بابا جی بیٹھے ہوئے تھے' معذور تھے۔ وہ صاحب کہنے لگے کہ دلی کے جیب کتروں کے سردار ہیں اور ان کے گرو ہیں' شام کو آ کر منظر دیکھنا۔۔۔۔ شام ہوئی سارے بچے آ گئے کچھ نے کہا: استاد جی ہماری آج کی یہ محنت ہے اور سب نے اپنے پاس موجود روپے اور اشیاء اس کے سامنے رکھ دیئے۔ ان میں سے ایک آیا اس نے کہا استاد جی یہ دو روپے آج کے ہیں۔ استاد نے کہا: تیری ایسی کی تیسی اور بڑی موٹی گالی دی کہ 2 روپے کیوں لایا؟ اس نے ہاتھ باندھے اور کہا استاد جی اصل میں ایک گورے کی جیب میں ہاتھ ڈالا' اس میں بڑی رقم تھی لیکن پھر خیال آیا کہ یہ گورا تو حضرت عیسیٰ علیہ السلام کو ماننے والا ہے اور میں حضور ﷺ کا امتی ہوں کل قیامت کے دن اگر اس نے کہہ دیا اور عیسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے دعویٰ کر دیا کہ آپ ﷺ کے امتی نے میرے امتی کی جیب کاٹی تھی اور پیسے نکالے تھے میں حضور ﷺ کو کیا منہ دکھاؤں گا۔ استاد نے کہا: زندہ باد، ادھر آ۔ شاباش! اپنی جیب سے دس روپے نکال کر انعام دیا۔

استاد جی ان پیسوں میں سے کچھ نہیں لیتے تھے، بانٹ دیتے تھے اور نماز کی تلقین کرتے تھے، ویسے بہت نیکی کی تلقین کرتے تھے اور اس پیشہ کی تلقین بھی کرتے تھے اور ہفتہ میں ایک دفعہ ایک شاگرد ان کو کندھے پر اٹھا کر لے جاتا، استاد جی ہفتہ میں ایک دفعہ روزی کر کے آتے تھے اسی سے ہفتہ چلاتے تھے کہ معذوری کی حالت میں بھی استاد جی ایسے فنکار تھے کہ جیب کاٹ لیتے تھے، بوڑھے تھے، پھر کہنے لگے کہ میں نے دیکھا کہ استاد جی ٹریننگ کر رہے ہیں' گھڑیاں پہنائی ہوئی ہیں اور ان پر گھنگھرو باندھے ہوئے ہیں اور ٹیڑھی میڑھی سی لکیر بنائی ہے اور اب استاد جی کہتے ہیں کہ اس پہ چلو ایسے کہ گھنگھرو کی آواز نہ آئے اور ایسے چلو مجمع میں کسی کو پتہ بھی نہ چلے اور جس کے گھنگھرو کی آواز آئی اس کو لگے ڈنڈے کہ گھنگھرو کی آواز کیوں آئی ہے؟ یہ مشق ہو رہی تھی چلنے کی' صفائی بھی اور ہاتھ کی بھی صفائی۔

مقصد واقعہ: بات کہنے کا مقصد میرا یہ ہے کہ ایک جیب کترا اور اس کا ایک ادنیٰ ایسا بچہ جو نا سمجھ ہے اس کی تربیت کی گئی ہے اور تلقین کی گئی ہے کہ تو نے یہ کرنا ہے۔ اس کے من میں بھی یہ بات ہے کہ میں نے اپنے کملی والے ﷺ سے وفا کرنی ہے، چاہے غلط کر رہا اس نے جیب کاٹی، پھر کسی دوسرے کی کاٹی، کہنے لگا: اس سے صرف دو روپے ملے میں وہ لے آیا آپ کی خدمت میں استاد جی۔ اس کی جیب میں بڑی رقم تھی اس کی جیب میں بڑے پیسے تھے۔

لیکن میں نے کہا ناں، ناں، ناں، پھر وہ عیسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام قیامت کے دن دعویٰ کر دیں گے۔ ارے غلط کام' حرام کام جیب کاٹنا۔ لیکن میں آپ کو اتنا بتا دوں کہ اس کے من میں بھی میرے آقا سرور کونین ﷺ کی محبت تھی ادب تھا احترام تھا اور آپ کے ساتھ وفا کا ایک مادہ تھا ہم یہ بتائیں کہ ہم کیا کرتے ہیں۔ ہر شخص اپنے من میں جھانک کر دیکھے! (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! زندگی پہلے جس طرح گزر رہی تھی اب ویسا کچھ بھی نہیں' پہلے زندگی کو بہت لمبی......کبھی نہ ختم ہونے والی......سمجھا کرتا تھا مگر جب سے درس میں آنا شروع کیا زندگی بہت چھوٹی لگنے لگی ہے اب ہر وقت ہر لمحہ یہی خیال کرتا رہتا ہوں کہ یہ لمحات یاد الٰہی سے غافل نہ ہو جائیں اپنے اردگرد گھر والوں میں اپنے دوستوں میں بھی کافی تبدیلی محسوس کر رہا ہوں۔ وہ بھی اللہ کی توفیق سے نیک اعمال کرنے لگ گئے ہیں سب سے بڑی جو بات میرے لیے وہ یہی ہے کہ درس میں آنے سے انسانیت سے محبت اور باقی مخلوقات سے محبت اور پھر ان سب کے خالق اللہ سے محبت کا حصول ہے۔ (محمد عرفان)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ابولبیب شاذلی

مدینہ طیبہ میں مہمانوں کی ضیافت

حضرت واثلہ بن اسقع رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رمضان کے دن آگئے اور ہم اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے ساتھ تھے ہم روزہ رکھتے جب ہم افطار کرتے تو ہم میں سے ہر آدمی کے پاس اہل بیعت میں سے کوئی آتا اور ایک ایک کو لے جاتا اور شام کا کھانا اس کو کھلاتا

مدینہ طیبہ میں تشریف لانے والے مہمانوں کی ضیافت

حضرت طلحہ بن عمرو رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں جب کوئی آدمی حضور ﷺ کی خدمت میں آتا اگر اس کا مدینہ میں کوئی آشنا ہوتا تو اس کے پاس قیام کرتا اور اگر اس کا کوئی آشنا نہ ہوتا تو اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے ہمراہ ٹھہر جاتا' میں بھی انہیں لوگوں میں تھا جو اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے پاس ٹھہر گئے تھے۔ میں نے ایک آدمی کو پایا جو رسول اللہ ﷺ کی جانب سے ایک مُد (تقریباً ساڑھے سوگرام) کھجور دو آدمیوں کے درمیان تقسیم کرتا' ایک روز آپ ﷺ نے نماز سے سلام پھیرا تھا کہ ہم سے ایک آدمی نے آپ ﷺ کو آواز دی اور عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! میں ان کھجوروں نے ہمارے پیٹ میں آگ لگادی اور ہمارے کتان کے کپڑے اس کی وجہ سے پھٹ گئے۔ (روایت میں جو لفظ خنف ہے' یہ یمنی چادر کی ایک قسم کی چادر ہوتی تھی)۔ حضرت طلحہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں یہ سن کر حضور نبی کریم ﷺ ممبر کی طرف متوجہ ہوئے اور ممبر پر چڑھ کر آپ ﷺ نے اللہ کی حمد وثنا کی اس کے بعد آپ ﷺ نے ان مصائب کا تذکرہ فرمایا جن سے آپ ﷺ کو اپنی قوم کے ہاتھوں دوچار ہونا پڑا تھا اور فرمایا کہ میں اور میرا ساتھی کچھ اوپر دس رات اس طرح رہے کہ ہمارے پاس کھانے کا سامان سوائے بریر کے اور کچھ نہ تھا (بریر پیلو کے پھل کو کہتے ہیں) اور آپ ﷺ نے فرمایا اس کے بعد ہم اپنے انصاری بھائیوں کے پاس آئے ان کا سب سے بڑا کھانا کھجور ہے' انہوں نے اسی سے ہماری غمخواری کی پس خدا کی قسم! اگر میں تمہارے لیے روٹی اور گوشت پاتا تو تم کو ضرور کھلاتا۔ لیکن عنقریب تم ایک ایسا زمانہ پاؤ گے یا تم میں سے بعض ایک ایسا زمانہ پائیں گے کہ اس میں ایسے کپڑے پہنے گا جس طرح کہ کعبہ کا غلاف ہے اور صبح اور شام تمہارے پاس بڑے پیالے بھر بھر کر آیا کریں گے۔

محمد بن سیرین رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کہتے ہیں شام کے وقت حضور نبی کریم ﷺ اصحاب صفہ کے لوگوں کو اپنے صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین پر تقسیم فرماتے کوئی صحابی رضی اللہ عنہ ایک آدمی کو لے جاتا اور کوئی دو کو اور کوئی تین کو یہاں تک کہ کوئی دس کو لے جاتا' حضرت سعد بن عبادہ رضی اللہ عنہ ہر رات اپنے گھر والوں کی طرف ان میں سے 80 آدمیوں کو لے جاتے جن کو رات کا کھانا کھلاتے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں مجھ پر حضور نبی کریم ﷺ کا گزر ہوا۔ آپ ﷺ نے فرمایا اے ابوہریرہ! (رضی اللہ عنہ) میں نے کہا لبیک یارسول اللہ ﷺ! آپ ﷺ نے فرمایا اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین کی طرف جاؤ اور ان کو بلا لاؤ۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں حضرات صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین اسلام کے مہمان تھے' نہ ان کی پناہ کیلئے کوئی گھرانہ تھا اور نہ ان کے پاس کچھ مال تھا' جب حضور ﷺ کے پاس صدقہ آتا تو ان حضرات کے پاس اسے بھیج دیتے اور اس میں سے کچھ نہ لیتے تھے اور جب آپ ﷺ کی خدمت میں ہدیہ آتا تو آپ ﷺ آدمی بھیج کر ان حضرات کو بلاتے خود بھی اس میں سے لیتے اور ان سب حضرات کو اس میں شریک کرتے۔

حضرت طخفہ بن قیس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے اپنے اصحاب رضی اللہ عنہم اجمعین کو حکم دیا کہ کوئی صحابی رضی اللہ عنہ ایک آدمی کو لے گیا اور کوئی دو کو یہاں تک کہ میں باقی رہ گیا' ہم لوگوں سے آپ ﷺ نے فرمایا چلو' چنانچہ ہم آپ ﷺ کے ہمراہ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے ہاں پہنچے۔ آپ ﷺ نے فرمایا! اے عائشہ! (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) ہم لوگوں کو کھلاؤ اور پلاؤ..... چنانچہ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے ایک قسم کا کھچڑا پیش کیا ہم لوگوں نے اسے کھایا' پھر وہ پنیر کے طریقہ کا حریرہ لائیں ہم لوگوں نے اسے بھی کھایا' اس کے بعد آپ ﷺ نے فرمایا اے عائشہ! (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) ہم لوگوں کو کچھ پلاؤ' چنانچہ وہ ایک چھوٹا پیالہ دودھ کا لائیں اور ہم لوگوں نے اسے پیا۔ اس کے بعد آپ ﷺ نے فرمایا اگر تم لوگ چاہو تو یہیں رات گزارو اور اگر تم لوگوں کی مرضی ہو تو مسجد چلے جاؤ۔ حضرت طخفہ رضی تعالیٰ اللہ عنہ فرماتے ہیں' ہم لوگوں نے عرض کیا کہ ہم مسجد چلے جائیں گے۔ حضرت طخفہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں مسجد میں پیٹ کے بل لیٹا ہوا تھا کہ میں نے دیکھا کہ ایک آدمی نے مجھے پیروں سے حرکت دی اور کہا کہ اس طرح کے لیٹنے کو اللہ پاک بہت بُرا سمجھتا ہے' میں نے غور سے دیکھا تو وہ حضور علیہ السلام تھے۔

حضرت واثلہ بن اسقع رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رمضان کے دن آگئے اور ہم اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے ساتھ تھے ہم روزہ رکھتے جب ہم افطار کرتے تو ہم میں سے ہر آدمی کے پاس اہل بیعت میں سے کوئی آتا اور ایک ایک کو لے جاتا اور شام کا کھانا اس کو کھلاتا' ایک رات ہم پر ایسی آئی کہ ہم لوگوں کے پاس کوئی نہ آیا اور اسی طرح صبح ہوگئی' اگلی رات بھی اسی طرح گزری اور کوئی نہیں آیا۔ ہم نے حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر ہو کر اپنی اس بات کی آپ ﷺ کو خبر دی' حضور ﷺ نے اپنی ہر بیوی کے پاس آدمی بھیجا اور پوچھا کیا ان کے پاس کچھ کھانے کی چیز ہے؟ ازواج میں سے کوئی ایک بھی بیوی ایسی نہیں تھی جس نے قاصد کو یہ پیغام نہ دیا ہو کہ خدا کی قسم! ہمارے گھر میں آج شام کیلئے کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس کو کوئی جگر والا کھا سکے' آپ ﷺ نے اصحاب صفہ رضی اللہ عنہم اجمعین سے کہا وہ سب جمع ہوئے اور آپ ﷺ نے دعا فرمائی ''اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ وَرَحْمَتِكَ فَاِنَّهَا بِيَدِكَ لَا يَمْلِكُهَا اَحَدٌ غَيْرُكَ۔ ترجمہ: اے میرے اللہ! میں تجھ سے تیرے فضل اور تیری رحمت سے سوال کرتا ہوں' رحمت تیرے ہاتھ میں ہے' تیرے سوا کوئی اس کا مالک نہیں''۔

ابھی آپ ﷺ کی دعا ختم نہیں ہوئی تھی کہ ایک اجازت چاہنے والے نے اندر آنے کی اجازت چاہی جو ایک بھنی ہوئی بکری اور چپاتیاں لے کر حاضر ہوا' آپ ﷺ نے اس کے متعلق حکم فرمایا اور وہ ہم لوگوں کے سامنے رکھی گئی ہم نے کھایا یہاں تک کہ ہم سب کا پیٹ بھر گیا' اس کے بعد آپ ﷺ نے ہم سے فرمایا میں نے اللہ پاک سے اس کے فضل اور اس کی رحمت کا سوال کیا تھا یہ تو اللہ کا فضل تھا اور اللہ نے ہم لوگوں کیلئے اپنی رحمت کا اپنے پاس ذخیرہ رکھ چھوڑا ہے۔

آنکھوں کی لاتعداد بیماریوں کا علاج

یہ نسخہ میرے بھائی نے بھی استعمال کیا ہے اس کی نظر بہت کمزور ہوگئی تھی عینک کا نمبر بڑھتا جارہا تھا کسی نے یہ نسخہ بتایا استعمال کیا تو نظر بالکل ٹھیک ہوگئی' میری نانی امی نے بھی استعمال کیا ان کی آنکھوں میں سفید موتیا اتر آیا تھا۔ نانی اماں نے بھی یہ نسخہ استعمال کیا' ان کی نظر بھی بالکل ٹھیک ہوگئی۔ نسخہ: بالکل خالص آب زم زم لیکر اسے کسی خالی ڈراپر میں ڈال لیں اور اس آب زم زم کو دن میں پانچ مرتبہ ہر نماز کے بعد آنکھوں میں ڈال لیں' اگر آنکھیں خراب ہوئیں تو بہت جلن ہوگی لیکن جیسے جیسے آنکھیں ٹھیک ہوتی جائیں گی جلن ختم ہوتی جائے گی۔ **(افشاں افضل' بہاولپور)**

عبداللہ قریشی‘ کراچی

اچانک حادثات میں بچوں کو ہدایات

بچوں کو یہ بات سمجھانی چاہیے کہ کسی حادثے وغیرہ کی صورت میں سراسیمگی اور گھبراہٹ میں رونا پیٹنا بہت مضر ہوتا ہے۔ ایسے مواقع پر بچوں کو سب سے پہلے خوف پر قابو پانے کی تربیت ملنی لازمی ہے۔ ان کو خود کو خطرے سے بچانا بھی آنا چاہیے

بچے عموماً بہت ذہین ہوتے ہیں اور ان کی ذہانت کو درست سمت میں مرکوز کر کے مفید اور صحت مند نتائج اور فوائد حاصل کیے جاسکتے ہیں مثلاً گھر میں بچوں کو اپنی اور دوسرے لوگوں کی حفاظت یا ضرورت پڑنے پر فوری طبی امداد‘ معالج کی طبی یا کوئی اور ہنگامی مدد وغیرہ بچوں کی ذہانت کو مرتب اور منظم کرنا بڑوں اور خاص طور پر والدین کی اہم ذمہ داری ہے۔ درس گاہیں بھی اہم ترین رول ادا کرسکتی ہیں۔

شہری ماحول میں رہنے والے لوگوں کو گھروں میں کئی طرح کے خطرات درپیش رہتے ہیں مثلاً آگ لگنا‘ بجلی کا جھٹکا‘ کوئی ایسی صورت حال جہاں فوری طبی امداد کی ضرورت ہوتی ہے یا کوئی عام سا حادثہ‘ ایسی صورت حال میں غیر تربیت یافتہ یا کم ذہین بچے رونے چیخنے اور بھاگنے دوڑنے لگتے ہیں جس سے مزید نقصانات کا خطرہ پیدا ہوتا ہے۔ تربیت یافتہ افراد‘ منظم لوگ اور باصلاحیت بچے خود اپنی اور دوسروں کی حفاظت کا باعث ہوتے ہیں‘ بچوں کو معمولی سی تربیت اور ہدایت دے کر اس لائق بنایا جاسکتا ہے کہ وہ کسی کی اچانک علالت مثلاً دورۂ قلب یا حادثے مثلاً آتشزدگی‘ بجلی کا جھٹکا لگنے سے کسی کی بے ہوشی‘ گیس ہیٹر یا چولہے سے کسی کے جل جانے یا کسی اور طرح اچانک زخمی ہونے کی صورت میں اس شخص کو فوری حفاظت اور مدد کر کے اسے موت کے منہ میں جانے سے بچا سکتے ہیں یا معمولی مریض یا زخمی کو زیادہ خطرناک صورت حال کی جانب جانے سے روک سکتے ہیں۔ عموماً ایسے لمحات سے مراد وہ صورت حال ہے جب گھر میں متاثرہ شخص اور ایک بچے یا کئی بچوں کے سوا اور کوئی نہ ہو۔ ان لمحات میں ذرا سی بھی مدد نہایت کارآمد اور متاثرہ شخص کی جان بچانے کا باعث ہوسکتی ہے جبکہ معمولی سی تاخیر سے صورت حال خطرناک حد تک سنگین ہوجاتی ہے۔

پہلے تو بچوں کو جن کی عمریں نو سال سے اوپر اور بارہ سال کے درمیان ہوں‘ گھر میں پیش آسکنے والے ممکنہ خطرات کی اقسام سمجھائی جانی چاہئیں مثلاً کسی شخص کے شدید چوٹ لگ جانا (سر یا چھاتی پر) جس سے غشی ہوجائے یا خون بہنے لگے‘ کسی کا زینے یا بالکونی سے گر پڑنا‘ جل جانا یا آگ سے یا بجلی کے کسی سامان مثلاً چولہے یا استری وغیرہ سے ہو‘ بجلی کا جھٹکا لگنا‘ کسی کی اچانک بیماری مثلاً دورۂ قلب وغیرہ۔

ماہرین کا خیال ہے شہروں میں ہر آٹھ سیکنڈ میں گھریلو حادثات وغیرہ کی وجہ سے ایک شخص کے زخمی ہونے اور ہر اکیس منٹ میں ایک کے ہلاک ہونے کی شرح ہے۔ اس کے علاوہ گھروں میں کئی بار ایسا بھی ہوتا ہے کہ کسی کو دل کا دورہ پڑ جائے اگر زخمی یا بیمار شخص ہوش میں ہو اور گھر میں اس کے ساتھ صرف ایک بچہ ہو تو گھبرانے کی بات نہیں اس شخص کو چاہیے کہ وہ بچے کو ہدایت کرے کہ اسے فوراً کیا کرنا چاہیے۔ عموماً ایسی صورت میں سب سے جلد اور مؤثر تدبیر کسی قریب ترین پڑوسی کی مدد طلب کی جاسکتی ہے۔

بچوں کو یہ بات سمجھانی چاہیے کہ کسی حادثے وغیرہ کی صورت میں سراسیمگی اور گھبراہٹ میں رونا پیٹنا بہت مضر ہوتا ہے۔ ایسے مواقع پر بچوں کو سب سے پہلے خوف پر قابو پانے کی تربیت ملنی لازمی ہے۔ ان کو خود کو خطرے سے بچانا بھی آنا چاہیے۔ اس طرح بچے اپنی ماں کے ساتھ مل کر یا خود متاثرہ شخص کی مدد کیلئے اپنے کسی رشتے دار کو‘ جو جائے وقوع سے قریب رہتا ہو خود جا کر‘ کسی دوست یا پڑوسی کی مدد سے‘ ٹیلی فون یا موبائل کے ذریعہ سے اطلاع دے سکتے ہیں۔ لوگوں کو چاہیے کہ اپنے موبائل اور ٹیلی فون کے پاس ہی اہم اور فوری ضرورت میں کام آنے والے ٹیلی فون نمبر لکھ کر رکھنے چاہئیں جو پہلی نظر میں مل جائیں مثلاً قریب ترین پولیس اسٹیشن‘ معالج‘ رشتے دار‘ فائر بریگیڈ‘ ریسکیو مرکز اور دوستوں کے فون نمبرز وغیرہ۔ بچوں کو اہم اور خطرناک حالات میں ان نمبروں پر فون کر کے یا دوسرے الفاظ میں فون کو صحیح طور پر استعمال کرنے کی تربیت دینی ضروری ہے۔

بچوں کو ہنگامی حالات میں مدد کرنے اور مدد طلب کرنے کی تربیت دینے کے بعد کم از کم ایک مرتبہ آزمانا چاہیے۔ ان کو کسی ہنگامی کیفیت کا مصنوعی تاثر دے کر ان کا ردعمل وغیرہ نوٹ کرنا چاہیے اور پھر بہتر طرز عمل کی مختصر سی مشق کرانی چاہیے۔ بچوں کو ایسے حالات کیلئے یہ سکھانا ضروری ہے کہ وہ اپنا نام‘ پتہ یعنی گھر کا نمبر اور گلی وغیرہ بھی بتاسکیں۔ نیز وہ یہ بھی بتاسکیں کہ انہیں کس صورتحال کا سامنا ہے اور ان کی پکار کی نوعیت فوری ہے۔ اگر وہ ٹیلی فون ملا کر اپنا نام‘ پتہ‘ گلی محلہ اور مکان کا نمبر نیز مسئلے کی شدت نہ بتاسکا تو اس تک مدد کرنے والوں‘ آگ بجھانے والوں‘ معالج یا ایمبولینس کا پہنچنا ممکن نہ ہوگا۔

بچوں کو یہ بھی سمجھانا چاہیے کہ جلد از جلد کس بڑے کی مدد حاصل کرنی ضروری ہوتی ہے۔ نیز یہ کہ پڑوسیوں سے بہتر کوئی دوست نہیں ہوتا۔ بشرطیکہ ہم بھی ان سے اسی طرح کی دوستی اور خلوص برتیں۔ پھر بچوں کو یہ بھی سمجھائیں کہ ان حالات میں کسی چیز کو بچانے سے پہلے متاثرہ شخص کی مدد اور اپنی حفاظت کرنا لازمی ہے۔ اشیاء اہم نہیں بلکہ خود ان کی اپنی جان کی حفاظت اور متاثرہ شخص کی زندگی کو بچانا اہم ہے۔ خود کو خطرے میں ڈال کر کسی ادنیٰ سی شے کو بچانے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے۔ مثلاً اگر خدانخواستہ کسی کے گھر میں آگ لگ جائے گھر کی اشیاء کی حفاظت کیلئے اس حد تک کوشش نہ کی جائے کہ خود افراد ہی خطرے میں گھر جائیں۔ یہ بات بچوں کو جو اپنی چیزوں اور کھلونوں سے بہت پیار کرتے ہیں ذہن نشین کرانا بہت ضروری ہے۔

اگر ہنگامی خطرناک حالات میں اپنی اور لوگوں کی حفاظت کی تربیت ہو تو سراسیمگی کے بجائے منظم عمل کیا جائے اور ہنگامی حالات جس میں مریض یا حادثے کے شکار کو چوکس رہتے ہوئے بچایا جاسکتا ہے المناک نتائج تک نہیں پہنچیں گے۔

قرآن سے محبت کریں پھر برکتیں دیکھیں

فاخرہ مقصود، لاہور

جب میں پڑھتی تو والد صاحب بہت خوش ہوتے، میرے والد صاحب کے شوق کو دیکھ کر حافظ جی صاحب نے مجھے بھی باقاعدہ قرأت شروع کرائی۔ چنانچہ زینت القاری، مفید القاری، سراج القاری ان کتابوں کی باریکیاں ذہن نشین کرائیں۔

میں ضلع جالندھر کی ایک بستی شیخ درویش کے ایک متوسط راجپوت گھرانے میں پیدا ہوئی۔ میرے والد صوفی اور درویش انسان تھے، بارہ سال جنگل میں اپنے پیر غلام جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کے ہمراہ عبادت میں مشغول رہے، میرے والد خود حفظ نہ کرسکے۔ اپنے اکلوتے لڑکے کو بہت چاہا کہ حفظ کرے مگر وہ بھی نہ کرسکا ہر وقت والد صاحب کے دل میں اس چیز کا احساس رہتا بلکہ بعض اوقات رو دیتے۔

میں ابھی پیدا نہیں ہوئی تھی، والد صاحب کے دل میں یہ اشتیاق پیدا ہوا کہ جو بچہ اب پیدا ہوگا اس کو انشاءاللہ ضرور حفظ کراؤں گا۔ اتفاق کی بات کہ میں لڑکی پیدا ہوئی تو ان کا شوق بجھ سا گیا کیونکہ اس وقت تعلیم کا اتنا چرچا نہ تھا اور یہ وہم وگمان میں بھی نہیں آسکتا تھا کہ لڑکی بھی قرآن حفظ کرسکتی ہے میں جب گیارہ سال کی ہوئی اور چھٹی جماعت میں پڑھتی تھی تو میری بڑی بہن اتفاق سے ایک جلسے میں گئیں وہاں ایک حافظ خوشی محمد صاحب نے قرآن مجید کی تلاوت قرأت سے کی وہ اتنی خوش الحانی سے پڑھتے تھے کہ سننے والوں کے رونگٹے کھڑے ہوجاتے تھے۔ میری بہن نے گھر آکر والد سے ذکر کیا میرے والد انہیں تلاش کرکے گھر لائے کہ میری لڑکی کو بھی قرأت سکھادو۔ انہوں نے قبول کرلیا، پھر مجھے قرأت سکھانی شروع کردی میرے ذوق وشوق اور خوش الحانی کو دیکھ کر وہ بہت محنت سے پڑھانے لگے۔ جب میں پڑھتی تو والد صاحب بہت خوش ہوتے، میرے والد صاحب کے شوق کو دیکھ کر حافظ جی صاحب نے مجھے بھی باقاعدہ قرأت شروع کرائی۔ چنانچہ زینت القاری، مفید القاری، سراج القاری ان کتابوں کی باریکیاں ذہن نشین کرائیں۔ میں دن بدن شوق اور دلچسپی سے پڑھتی تو حافظ صاحب بڑی توجہ اور پیار و محبت سے پڑھاتے اور چند ایک سورتیں حفظ کراکر ان میں خاص خاص طور پر خوش الحانی، مصری لہجے اور عربی لہجے کی مشق کرائی۔ بستی میں ایک نیا چرچا تھا۔ آواز بھی خداداد چیز ہے اس سے اور بھی لذت پیدا ہوجاتی ہے۔ دور دور سے لوگ سننے کیلئے آتے اور میرے والد خوشی سے مجھے سنانے کی اجازت دے دیتے۔

اتفاق کی بات یہ کہ شعبان کا مہینہ تھا۔ حافظ جی صاحب پڑھاتے پڑھاتے کہنے لگے ''بیٹی تم نے بہت سی سورتیں حفظ کرلیں آؤ حساب لگائیں کہ کتنے پارے حفظ ہوگئے ہیں۔ انہوں نے حساب لگایا تو سات پارے میں نے حفظ کرلیے تھے۔ فرمانے لگے ہمت کرو اس دفعہ رمضان شریف میں اپنے محلے کی عورتیں اکٹھی کرکے فجر کی نماز کے بعد سب کو قرآن سنایا کرو۔ میں حوصلہ نہیں کرسکتی تھی لیکن انہوں نے میری ہمت بڑھائی ہمارے محلے میں تقریباً سب ہی شریف لوگ تھے، سیدھے سادے اور سیدھی سادی زندگی گزارنے والے۔ چنانچہ رمضان شریف آیا تو سب عورتیں خوشی سے فجر کی نماز کے بعد ہمارے گھر آنے لگیں۔ میرا شوق بڑھنے لگا، رات کو جتنا یاد کرتی صبح کو فجر کی نماز کے بعد میں سنا دیتی، عورتیں بہت خوش ہوتیں اور میں بھی بہت دلچسپی لینے لگی۔ جتنی سورتیں حفظ تھیں وہ آسانی سے سنا دیں۔ اب عورتیں پیچھا نہیں چھوڑتی تھیں اور خود بھی دل چاہتا کہ رمضان شریف ایسے ہی پورا ہو۔ عجیب لطف ولذت محسوس ہوتا۔ حافظہ کھل چکا تھا اور طبیعت ادھر مائل ہوچکی تھی۔ سچی بات ہے جو دل کو اس سچے کلام کی طرف راغب کرے خدا خود اس کیلئے ایسے ایسے وسائل مہیا کردیتا ہے جو کسی کے وہم وگمان میں بھی نہیں وہ وسیع راستے کھلتے ہیں۔ پھر یہ حال تھا کہ رات کو جتنا یاد کرتی فجر کے بعد میں عورتوں کو بٹھا کر سنا دیتی۔ اس طرح سارے رمضان شریف میں بیس سپارے میں نے سنا دیئے میری خوشی کی انتہا نہ رہی اور گھر والے خاص کر والد صاحب پھولے نہ سماتے خود دل میں ایک لگن اور ولولہ پیدا ہوگیا۔

یہ بتادینا ضروری سمجھتی ہوں کہ ان دنوں میں مدرسۃ البنات جالندھر میں پڑھ رہی تھی، اس میں دنیاوی تعلیم کے ساتھ مذہبی تعلیم ضروری بلکہ لازمی تھی۔ مدرسۃ البنات کے بانی مولانا آغا جی صاحب اور ان کی بیوی مجھے دل وجان سے چاہتے تھے بلکہ جب تک زندہ رہے اپنی بیٹیوں سے کبھی کم خیال نہیں کیا۔ خدائے تعالیٰ دونوں کو اعلیٰ علیین میں جگہ دے۔ آمین۔ وہ مجھے سکول ٹائم کے بعد پڑھاتے رہے۔ چنانچہ میں نے قرآن مجید کا ترجمہ اور حدیث شریف صحیح بخاری اور ان نیک ہستیوں سے پڑھی وہ بھی مجھے بہت محنت اور شوق سے پڑھاتے رہے۔ اگلے سال پھر رمضان کا مہینہ آیا تو میں قرآن پاک کی مکمل حافظہ تھی۔ میں خود حیران تھی کہ یہ کیسے اتنا بڑا کام اتنی جلدی اور ہنسے کھیلتے خدا کی قدرت سے معجزہ بن گیا۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 72

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا؟ آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

سائیں توکل شاہ انبالوی رحمۃ اللہ علیہ کا حسن سلوک

حضرت شاہ صاحب رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کی سیرت میں بے شمار واقعات ایسے ملتے ہیں جن سے ظاہر ہوتا ہے کہ آپ مخلوق خدا پر بڑی شفقت فرماتے تھے اور اس میں ہندو، مسلمان سکھ، عیسائی کی تخصیص نہ تھی۔ اس شفقت کا ایک جز ہدایت بھی تھی جو کوئی ملاقات کے لیے آتا خندہ پیشانی سے ملتے اور آپ کا تکیہ کلام تھا بندے اللہ دے۔ اس کلمے سے دوسرے کو خطاب کرتے۔

پڑوسی ہندو کا خیال: سنت رسول اللہ ﷺ کی پابندی کا آپ کو ایسا خیال تھا کہ ایک بار ہمسائے میں کوئی ہندو مرگیا۔ آپ نے اس وقت تک کھانا نہ کھایا جب تک اسے باہر جلانے کے واسطے نہ لے گئے فرمایا پڑوسی ہے جب ان پر غم ہے تو ان سے الگ ہوکر کھانا کھانا چاہیے چنانچہ مسجد میں تشریف لے گئے اور وہیں کھانا منگا کر تھوڑا سا تناول فرمایا۔

سٹوڈنٹ اعلیٰ پوزیشن کیسے حاصل کریں؟

سٹوڈنٹس کی اکثریت امتحان اور سٹڈی کے دوران موسیقی سے مدد لیتی ہے جبکہ عبقری کے قارئین کیسے کامیابی پاتے ہیں آپ بھی پڑھیے!!!

محترم حکیم صاحب! میں کچھ عرصہ سے آپ کے درس میں آرہا ہوں۔ میری زندگی کے دن رات بدل گئے ہیں۔ میں سیکنڈ ایئر کا طالب ہوں میری زندگی بھی دوسرے ہم عمروں کی طرح گزر رہی تھی، جب ٹینشن ہوتی تو ذہن پریشان ہوتا خصوصاً جب پیپر آتے تو میں میوزک سنتا اور سمجھتا کہ فریش ہوجاتا ہوں لیکن اس بار امتحانات کے دوران میں نے روزانہ ایک درس سنا اور دعا میں رو رو کر اپنے پیپروں کیلئے دعا کی۔ چند آنسو بہا کر پرسکون ہوجاتا اور دل میں ایک نور محسوس ہوتا۔ پیپر ہر بار بہت اچھا ہوتا اور سب سے بڑی بات کہ میرے دل کو اطمینان ہوتا تھا اب چند دن پہلے نتیجہ آیا ہے اور میں پچھلے سال کی بنسبت بہت اچھے نمبروں سے کامیاب ہوا ہوں یہ صرف درس کی برکت ہے۔ (راحیل علی، لاہور)

مسز یٰسین

بکھری شخصیت میں خوداعتمادی سے نکھار

یہ خیال دل میں ہرگز نہ لائیے کہ آپ میں جو خامیاں ہیں وہ آپ کے مزاج کا حصہ ہیں اور آپ ان سے کسی طور بھی پیچھا نہیں چھڑا سکتے ہیں۔ آپ بھی خوداعتماد انسان بن سکتے ہیں‘ شرط صرف یہ ہے کہ آپ اس تبدیلی کیلئے ہمہ تن کوششیں کرنے پر ہمہ تن آمادہ ہوں

ایک عالم کا قول ہے کہ اپنے او پر یقین رکھنا جہاد کا درجہ رکھتا ہے مگر جن لوگوں میں خوداعتمادی نہیں ہوتی ہے ان کے دلوں میں یقین کی حرارت پیدا نہیں ہوسکتی۔ وہ انسان جو اپنی صلاحیتوں پر یقین رکھتا ہے ناکامی کو آخری اور حتمی ماننے سے انکار کردیتا ہے اور حصول مقصد کے لیے مسلسل جدوجہد کرتا رہتا ہے اور بالآخر کامیاب رہتا ہے لیکن جس انسان میں خوداعتمادی نہیں ہوتی وہ ہر ناکامی کو اپنی تقدیر کا حصہ قرار دے کر پست سے پست تر ہوتا چلا جاتا ہے۔

خوداعتمادی کا فقدان عملی زندگی میں کس شکل میں نمودار ہوتا ہے؟ اگر آپ اس اہم سوال کا جواب ذہن نشین کرلیں تو آپ کو اپنے کردار کا یہ نقص دور کرنے میں بڑی مدد ملے گی۔ انسان میں خوداعتمادی کے فقدان کی سینکڑوں نہیں بلکہ ہزاروں اور لاکھوں شکلیں ہوسکتی ہیں مگر ان سب میں ایک چیز مشترک ہوتی ہے وہ قدر مشترک یہ ہے کہ ایسے لوگ ہمیشہ اس واہمے میں مبتلا رہتے ہیں کہ نامعلوم لوگ ان کے بارے میں کیا سوچ رہیں یا یہ کہ فلاں موقع پر میں نے ایسا کیا تو نجانے لوگ کیا سوچیں گے۔ کم ہمت لوگ اپنے اس واہمے کو اپنے لیے ایک مستقل رکاوٹ بنا لیتے ہیں۔ اگر آپ میں خوداعتمادی کا فقدان ہے تو آپ اپنے حالات پر غور کریں‘ میرا دعویٰ ہے کہ مذکورہ بالا عیب آپ کو اپنی شخصیت میں خود ہی نظر آجائیں گے۔ ایسے لوگوں میں یا تو اپنے او پر دوسروں کی جانب سے کی جانے والی کسی ملامت کا خوف ہوگا یا پھر اپنے کسی فعل سے دوسروں کی نظروں میں احمق اور بدھو کہلوائے جانے کا ڈر ہوگا۔ اگر آپ کی یہ ذہنی حالت ہے تو گویا آپ ایک عذاب میں مبتلا ہیں جو آپ کے قلب و دماغ کو مسلسل بے کار کیے ہوئے ہے۔ آپ کو اس عذاب میں مبتلا ہونے کی حالت میں یہ بھی محسوس ہورہا ہوگا کہ دوسرے لوگ خوش وخرم اور مطمئن ہیں‘ صرف آپ ہی وہ واحد شخص ہیں جو پریشان ہیں آپ ایسے دوسرے لوگوں کی طرح جنہیں آپ اپنی دانست میں مطمئن اور خوش وخرم سمجھتے ہیں کے جیسے بننے کی آرزو کریں گے۔ مگر یہ اس وقت تک ممکن نہیں جب تک آپ اپنے اندر خوداعتمادی پیدا نہ کرلیں۔

اپنے اندر خوداعتمادی پیدا کرنا کوئی بہت بڑا یا مشکل کام نہیں ہے۔ آپ اپنے مزاج میں چند تبدیلیاں لاکر مطمئن اور خوش وخرم زندگی بسر کرسکتے ہیں۔ یہ خیال دل میں ہرگز نہ لائیے کہ آپ میں جو خامیاں ہیں وہ آپ کے مزاج کا حصہ ہیں اور آپ ان سے کسی طور بھی پیچھا نہیں چھڑا سکتے ہیں۔ آپ بھی خوداعتماد انسان بن سکتے ہیں‘ شرط صرف یہ ہے کہ آپ اس تبدیلی کیلئے ہمہ تن کوششیں کرنے پر ہمہ تن آمادہ ہوں۔

اگر آپ خود کو باہمت بنانے پر کمر بستہ ہوچکے ہوں تو پھر سب سے پہلے اپنے اندر خوداعتمادی نہ ہونے کے اسباب تلاش کیجئے۔ جب یہ اسباب آپ کے علم میں آجائیں گے تب ہی آپ ان خامیوں کو دور کرنے کی تدابیر سوچ سکیں گے۔

بعض تجربات سے معلوم ہوا ہے کہ انسانوں میں عدم اعتمادی کی خرابی عہد طفلی میں پیدا ہوتی ہے۔ فطری طور پر نومولود بچے کو اپنی ماں کی محبت کے ذریعے اپنے وجود کا احساس ہوتا ہے مگر چند صورتوں میں کسی وجہ سے بعض بچے اس نعمت سے محروم رہ جاتے ہیں۔ اس بات کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان میں اپنی ''مکمل شخصیت'' ہونے کا احساس بھرپور طریقے سے نشوونما نہیں پاتا ہے اور وہ زندگی بھر غیر مستقل مزاج انسان بنے رہتے ہیں۔ اگر آپ میں خوداعتمادی کا فقدان ہے تو پھر بلاشبہ آپ بھی انہی بچوں میں سے ایک ہیں۔ اس قسم کا انسان دوسروں سے طمانیت اور یقین حاصل کرنے کی فکر میں رہتا ہے۔ وہ اپنے بارے میں دوسروں کی آراء سے اس بات کا یقین کرتا ہے کہ اس کی بھی دنیا میں کوئی اہمیت ہے‘ مگر وہ خود اپنے بارے میں کوئی رائے قائم کرنے سے قاصر رہتا ہے چنانچہ ایسے شخص کو اگر یہ معلوم ہوجائے کہ دوسرے لوگ اسے اہمیت نہیں دے رہے ہیں تو وہ اس انکشاف سے بجھ کر رہ جاتا ہے اور مستقل ناکامی کو اپنا مقدر سمجھ لیتا ہے اس ذہنی پریشانی سے اس کے اپنے وجود کا شعور دھندلا جاتا ہے اس کے برعکس جو شخص خوداعتماد ہوتا ہے وہ اپنے بارے میں دوسرے لوگوں کی رائے کا محتاج نہیں ہوتا ہے۔ اسے یقین ہوتا ہے کہ اس کا ایک ٹھوس وجود موجود ہے جو کہ حقیقی ہے اور اس وجود کو اس کے مناسب مقام کے اعتبار سے اہمیت بھی حاصل ہے۔ اگر آپ میں خوداعتمادی کا فقدان ہے تو اس کی بنیادی وجہ یہ ہے کہ آپ کا زندگی سے متعلق سب سے ابتدائی تجربہ افسوسناک تھا جس کی وجہ سے آپ میں اپنے اور اپنی شخصیت کے بارے میں شعور ذات پیدا نہیں ہوا لیکن اب جبکہ آپ کو اپنی اس بنیادی خامی کی اصل وجوہ کا علم ہوگیا ہے تو پھر آپ اپنی اس بنیادی خامی کو دور کرنے کیلئے مناسب اقدامات کرسکتے ہیں۔ یہ اقدامات جو آپ کی زندگی میں خوداعتمادی کے خاتمے میں مددگار ثابت ہونگے‘ مندرجہ ذیل ہیں:۔

ماضی کے بجائے حال کی فکر کریں: ماضی کو بھول جائیے‘ حال پر نظر رکھیں‘ مستقبل کی فکر کیجئے اور اپنے ذہن میں اس خیال کو ہر لمحہ تازہ رکھئے کہ آپ کا خود کو کچھ نہ سمجھنا بالکل غلط ہے۔

اپنی شخصیت کو تسلیم کریں: اپنی شخصیت کو خود تسلیم کیجئے اور اپنی صلاحیتوں کو سمجھنے کی کوشش کریں خود کو برابر اس بات کا یقین دلاتے رہیے کہ آپ کی ذات بھی اتنی ہی اہم ہے جتنی کہ کسی دوسرے شخص کی ہوسکتی ہے۔

اپنی شخصیت کو قابل قبول بنائیں: اپنی خامیوں کے ساتھ ازخود اپنی قابلیتوں کو بھی تسلیم کیجئے۔ خود کو زیادہ سے زیادہ اہم‘ پرکشش اور قابل قبول بنانے کی کوشش کرتے رہیے۔ اگر بظاہر آپ کا سراپا دلکش نہیں ہے تو خود کو بننے سنورنے کی جانب مائل کیجئے۔ اپنے دل میں یہ خیال ہرگز مت لائیں کہ آپ لباس‘ میک اپ یا دیگر لوازمات سے خود کو آراستہ کرنے کے قابل نہیں ہیں۔

اپنی خوبیوں کو ابھاریئے: اپنے اندر موجود ہر خوبی کو ابھاریئے۔ اپنی ہر صلاحیت کو نمایاں کیجئے۔ اپنے اندر پوشیدہ جوہر قابل کو دنیا کے سامنے لائیے۔ انہیں مت چھپایئے‘ ان کا چھپانا انکساری نہیں بلکہ آپ کی خوداعتمادی کا خون ہے۔ جب آپ میں اپنی ذات کا شعور بیدار ہوجائے گا تو آپ خود کو ایک اہم انسان کی حیثیت سے تسلیم کرلیں گے۔ اس کے بعد آپ اپنے اردگرد موجود لوگوں سے اچھے اور خوشگوار مراسم قائم کرنے کی جانب توجہ دیجئے۔ وہ لوگ یقیناً آپ کے اچھے دوست ثابت ہوں گے اور انہیں بھی آپ کے ساتھ دوستی کا تعلق استوار کرنے میں خوشی محسوس ہوگی۔ یہ نکتہ یاد رکھیں کہ اپنے دل سے **''خود کے کچھ نہ ہونے''** کا واہمہ ہمیشہ کیلئے نکال دیں۔

خوداعتمادی کا درست مفہوم خود پر بھروسہ ہے اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ حد سے تجاوز کرجائیں یا مصنوعی شخصیت اور متکبرانہ انداز گفتگو اختیار کریں اگر آپ کو یہ غلط فہمی ہو کہ خود کو دوسرے لوگوں کیلئے اس طرح قابل قبول بنا سکیں گے تو یہ آپ کی خامی ہے اسے جلد دور کرلیجئے۔

جون میں گرمی سے کیسے بچا جائے؟

ڈاکٹر سائرہ نسیم، ملتان

حرارت بڑھ جانے کی وجہ سے مریض بار بار پانی طلب کرتا ہے کیونکہ حرارت کے باعث اس کی پیاس میں بہت اضافہ ہوجاتا ہے۔ پانی پینے کے باوجود اسے بار بار پیاس لگتی اور ہونٹ ومنہ خشک رہتے ہیں لہٰذا مریض بےچینی سے بار بار پانی طلب کرتا ہے

پاکستان میں موسم گرما کا انتہائی مہینہ جون ہے۔ اس موسم میں سورج چونکہ منطقہ حارہ سے قریب ہوتا جاتا ہے۔ اس میں حرارت کی شدت ہوجاتی ہے۔ اکثر اوقات تیز ہوائیں آندھی کا باعث بن جاتی ہیں۔ یا کبھی ہوا میں ٹھہراؤ کی وجہ سے حبس پیدا ہوکر تنگی تنفس کا باعث ہوتا ہے۔

اس ماہ میں بلغم اور خون کا غلبہ جاتا رہتا ہے اور صفراوی خلط کا زور شروع ہوجاتا ہے۔ چونکہ اس خلط کا مزاج گرم خشک ہے اس لیے اس کی کثرت کے باعث انسان کو پیاس کی شدت محسوس ہوتی ہے۔ ایک مرتبہ پانی پینے سے تسلی نہیں ہوتی۔ اس لیے انسان بار بار پانی پینے پر مجبور ہوتا ہے۔ منہ کا مزہ کڑوا رہتا ہے، زبان خشک ہوتی ہے اور حلق میں کانٹے پڑ جاتے ہیں۔ سایہ میں رہنے والوں کی جلد زرد اور دھوپ میں کام کرنے والوں کی سیاہ ہوجاتی ہے اور یہ رنگت مادہ ملونہ کی کمی بیشی پر منحصر ہے۔ بھوک نہیں لگتی۔ گرمی کی شدت سے پسینہ بہت زیادہ خارج ہوتا ہے اگر کچھ جسمانی مشقت کی جائے تو پسینہ کی مقدار بڑھ جاتی ہے جس کے ساتھ نمکیات بھی ضائع ہونے لگتے ہیں اور اس طرح جسم میں ان کی کمی بھی واقع ہوجاتی ہے۔ گرمی کی شدت سے لو کے لگنے کی تکلیف بھی لاحق ہوسکتی ہے جو کہ ایک مہلک عارضہ ہے۔

لو لگنے کی علامات

جب گرمی کی شدت کسی فرد کو متاثر کرتی ہے تو بدن کا درجہ حرارت اچانک بڑھ جاتا ہے اور مریض نڈھال ہوجاتا ہے جس سے اس کی جسمانی صحت اور احساسات میں تبدیلی آجاتی ہے اس کی جلد گرم، خشک اور سرخ ہوجاتی ہے جس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ متاثرہ انسان لو لگنے (سن سٹروک) کا شکار ہوچکا ہے۔

دل کی دھڑکن بڑھ جانا

جب کسی کو لو لگتی ہے تو اس کا دوران خون تیز ہوجاتا ہے۔ اس سے اس کے دل کی دھڑکن مزید بڑھ جاتی ہے اور بعض اوقات اسے اپنا دل ڈوبتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

اعصابی کھچاؤ

خون میں بعض کیمیائی تبدیلیوں اور دوران خون کی تیزی کے باعث سارے اعصاب میں کھچاؤ اور تناؤ محسوس ہوتا ہے خصوصاً گردن اور کمر کے پٹھوں میں اس کھچاؤ کا شدید احساس ہوتا ہے۔

شدید بخار

جسم کا عمومی درجہ حرارت بڑھ جانے اور اعصابی نظام میں خلل آجانے نیز حرام مغز کی ورمی کیفیت کی وجہ سے شدید بخار لاحق ہوجاتا ہے جو اکثر اوقات 104o سے 106 o درجہ فارن ہائیٹ تک بھی ہوجاتا ہے۔ اس سے جسم میں شدید قسم کی تپش محسوس ہوتی ہے۔

شدید پیاس

حرارت بڑھ جانے کی وجہ سے مریض بار بار پانی طلب کرتا ہے کیونکہ حرارت کے باعث اس کی پیاس میں بہت اضافہ ہوجاتا ہے۔ پانی پینے کے باوجود اسے بار بار پیاس لگتی ہے اور ہونٹ ومنہ خشک رہتے ہیں لہٰذا مریض بےچینی سے بار بار پانی طلب کرتا ہے۔

سر چکرانا

مریض کو اکثر سر کے چکرانے اور درد کرنے کی شکایت رہتی ہے اور اسے چلتے وقت توازن قائم رکھنے میں مشکل پیش آتی ہے۔

قے اور متلی

مریض کو اکثر اوقات قے آجاتی اور اس کا جی متلاتا ہے کوئی بھی چیز نگلتے وقت یہ شکایت زیادہ ہوجاتی ہے۔

بے ہوشی

لو لگنے کا سب سے خطرناک مرحلہ مریض کا بے ہوش ہوجانا ہے جس سے مریض کا قدرتی مدافعتی نظام کمزور ہوجاتا ہے اور اسے بار بار بے ہوشی کے دورے پڑتے ہیں جو موت کی شکل بھی اختیار کرلیتے ہیں کیونکہ لو لگنے سے جسم کا قدرتی مدافعاتی نظام ہی متاثر نہیں ہوتا بلکہ دوران خون اور اعصابی نظام بھی متاثر ہوتا ہے۔

حفاظتی تدابیر

لو لگنے سے عموماً وہ لوگ متاثر ہوتے ہیں جو شدت کی گرمی میں بھی تیز دھوپ میں باہر نکلتے یا کام کاج کرتے ہیں۔ گرمی کے اوقات میں باہر مزدوری کرنے والے گرم بھٹیوں کے سامنے کام کرنے والے اور طلبہ و طالبات جب دوپہر کو واپس آتے ہیں تو گرمی کی تپش کا شکار ہوجاتے ہیں۔

موسم گرما میں پانی کا استعمال بڑھا دیا جائے اور اس میں قدرے نمک ملا کر پییئں، ٹھنڈے مشروبات، لیموں کی سکنجبین، شکر کا ستو ملا شربت، بزوری کا شربت اور لسی پییں۔ گرم اشیاء کم سے کم استعمال کریں۔ دھوپ کے اوقات میں بلاضرورت باہر نہ نکلیں اگر نکلنا ضروری ہو تو سر ڈھانپ کر نکلیں۔ گہرے رنگدار خصوصاً سیاہ رنگ کے کپڑے نہ پہنیں کیونکہ یہ گرمی کو جلد جذب کرتے ہیں جبکہ ہلکے رنگوں کے سوتی کپڑے استعمال کریں جو اکثر مفید ہوتے ہیں۔ طلباء و طالبات سکول سے واپسی پر سر پر گیلا کپڑا رکھیں۔ مناسب جوتے پہنیں۔ تلی ہوئی ناقص باسی اور نشاستہ والی غذائیں ہرگز نہ کھائیں۔ موسمی سبزیاں اور پھل زیادہ کھائیں۔ فالسہ، کھیرا اور تربوز کا استعمال زیادہ رکھیں جبکہ آلو بخارا بھی اس مرض میں مفید ہے۔

لو لگنے کا علاج

اگر کسی کو لو لگنے کا حملہ ہو تو فوری طور پر مریض کو ٹھنڈی ہوادار جگہ پر افقی حالت میں لٹایا جائے۔ جسم پر برف ملے پانی سے غسل کرائیں۔ مریض کی جلد کو آہستہ آہستہ ٹھنڈے پانی سے گیلا کرکے پنکھے سے ہوا دی جائے۔ یہ ایک خطرناک مرض ہے اس میں مریض بے ہوش بھی ہوجاتے ہیں۔ ایسی حالت میں نمک ملا پانی اس وقت نہ دیں جب تک مریض ہوش میں نہ آئے کیونکہ بے ہوشی میں یہ پانی سانس والی نالی کے ذریعے پھیپھڑوں کو متاثر کرسکتا ہے۔ برف کے پانی میں پٹیاں بھگو کر پیشانی پر رکھیں۔ خمیرہ مروارید 6 گرام کی مقدار میں دل کی گھبراہٹ کیلئے استعمال کریں۔

کچے آم کو راکھ میں رکھ دیں پندرہ منٹ بعد نکال کر اس کا رس اچھی طرح نچوڑ کر چینی و برف ملا کر وقفے وقفے سے پلائیں۔

وظیفے سے تمام پریشانیاں ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کے پاس اپنی پریشانیاں لیکر آیا تھا آپ نے مجھے یَاحَلِیْمُ، یَاعَلِیْمُ، یَاعَلِیُّ، یَاعَظِیْمُ والا وظیفہ دیا تھا اور ساتھ دو رکعت نماز صلوۃ توبہ و صلوۃ الحاجت سورۃ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی پڑھے۔ اس عمل کے پڑھنے سے مجھ پر لوگوں کا قرض تھا وہ ختم ہوگیا، میری باقی تمام پریشانیاں آہستہ آہستہ ختم ہوگئیں، میرے بچے بیمار رہتے تھے اب وہ بھی ٹھیک ہوگئے ہیں، میرا کاروبار بالکل نہیں چل رہا تھا اب اللہ کا شکر ہے کہ میرا کاروبار پہلے سے کافی ٹھیک ہوگیا ہے۔ **(عبدالرحمن طاہر، خان پور)**

نیکیوں کا سیزن آرہا ہے تیاری کرلیں!

شعبان کے پہلے جمعۃ المبارک کو جوکوئی نماز مغرب کے بعد نماز عشاء سے پہلے دورکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی‘ دس مرتبہ سورۃ اخلاص‘ ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھے تو اللہ تعالیٰ اسے ایمان کی سلامتی وترقی عطا فرمائے گا

شعبان کی عبادات

دورکعت نفل: جوکوئی شعبان کے مہینہ کی پہلی شب نماز تہجد کے بعد دورکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور رکوع وسجود میں معمول کی تسبیح پڑھنے کے بعد یہ کہے: سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ رَبُّنَا وَ رَبُّ الْمَلٰئِكَةِ وَالرُّوحِ سُبْحَانَ خَالِقِ النُّوْرِ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلٰى كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ تو پروردگار عالم اسے جہنم کے عذاب سے محفوظ رکھے گا اور جنت میں جگہ عطا فرمائے گا۔ انشاءاللہ

بارہ رکعت نوافل: شعبان المعظم کی پہلی تاریخ کو نماز عشاء کے بعد جوکوئی بارہ رکعت نوافل دورکعت کرکے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کو معاف فرمائے گا اور اس کو نیکی کی توفیق عطا فرمائے گا۔

پہلا جمعہ: شعبان کے پہلے جمعۃ المبارک کو جوکوئی نماز مغرب کے بعد نماز عشاء سے پہلے دورکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی‘ دس مرتبہ سورۂ اخلاص‘ ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھے تو اللہ تعالیٰ اسے ایمان کی سلامتی وترقی عطا فرمائے گا۔

چار رکعت نوافل: شعبان کے مہینہ کے پہلے جمعہ کی شب نماز عشاء کے بعد جوکوئی چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور اس نفل نماز کا ثواب خاتون جنت حضرت فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کو بخشے تو بفضل باری تعالیٰ اسے جنت میں جگہ عطا ہوگی۔

چودہ شعبان المعظم: جوکوئی شعبان کے مہینہ کی چودہ تاریخ کو نماز مغرب کے بعد دورکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ حشر کی آخری تین آیات ایک ایک مرتبہ اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اسے گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔

صلوٰۃ الخیر: شب برأت میں نوافل اور ذکر الٰہی کی بہت فضیلت ہے اس شب نوافل ادا کرنا شب بیداری کرتے ہوئے ذکر الٰہی کرنا‘ اللہ تعالیٰ سے عجز وانکساری کے ساتھ گڑگڑا کر روتے ہوئے اپنے گناہوں کی معافی مانگنا انسان کو حقیقی کامیابی سے ہمکنار کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس بندے پر اپنا خصوصی فضل وکرم نازل فرماتا ہے۔ اس مبارک اور بابرکت شب میں صلوٰۃ الخیر پڑھنے سے بہت سی برکات حاصل ہوتی ہیں۔ یہ نماز سلف صالحین سے منقول ہے اور یہ نفل نماز شعبان المعظم کی پندرھویں شب نماز عشاء کے بعد پڑھی جاتی ہے اس میں ایک سو رکعتیں ہیں اور دو دو رکعت کرکے اس طرح پڑھی جاتی ہے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھی جاتی ہے۔ اس نماز کے بارے میں حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھ سے حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کے تیس صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے بیان کیا کہ اس رات کو جوکوئی یہ نماز پڑھتا ہے اللہ تعالیٰ اس کی طرف ستر مرتبہ نگاہ کرتا ہے اور ہر بار اس کی طرف دیکھنے پر اس کی ستر حاجتیں پوری کرتا ہے جن میں سب سے ادنیٰ اس کے گناہوں کی مغفرت ہے۔ (غنیۃ الطالبین)

نوافل اور روزہ: حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ جب شعبان کی پندرھویں شب آئے تو تم رات کو قیام کیا کرو یعنی نوافل پڑھو اور دن کو روزہ رکھو‘ اس لئے کہ اللہ تعالیٰ اس شب میں غروب آفتاب ہونے کے بعد ہی آسمان دنیا پر نازل ہوتا ہے اور فرماتا ہے کہ کوئی بخشش چاہنے والا ہے تاکہ میں اس کو بخش دوں‘ کوئی رزق مانگنے والا ہے کہ میں اس کو رزق عطا کر دوں‘ کوئی مصیبت میں مبتلا ہے کہ میں اس کو عافیت دوں۔ اور ایسے ہی فرماتا رہتا ہے یہاں تک کہ صبح طلوع ہو جاتی ہے۔ (ابن ماجہ) جوکوئی شعبان المعظم کی چودہ تاریخ کو روزہ رکھے اور افطاری کے وقت سے چند منٹ پہلے تک باوضو حالت میں چالیس مرتبہ یہ پڑھے: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ تو پروردگار عالم اس کے گزشتہ گناہوں کو بخش دے گا۔ **نماز عشاء کے بعد:** شعبان کی چودہ تاریخ کو نماز عشاء کی ادائیگی سے قبل جوکوئی آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اسے گناہوں کی معافی عطا فرمائیں گے۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 جون بروز پیر 11 بجکر 7 منٹ سے لیکر 12 بجکر 13 منٹ تک‘ 22 جون بروز جمعہ عصر تا مغرب‘ 28 جون بروز جمعرات دوپہر 3 بجے سے لیکر 4 بجکر 21 منٹ تک یَارَؤُفُ یَاوَاسِعُ یَااَللّٰهُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا‘ اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاءاللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں زندگی میں پہلی بار کسی رسالے میں خط لکھ رہی ہوں‘ کیونکہ اس سے پہلے میں نے سینکڑوں رسالے پڑھے لیکن عبقری جیسا کوئی نہ پایا اور جو فیض مجھے عبقری سے ملا کسی سے نہ ملا۔ محترم حکیم صاحب! میرے آدھے سر میں ہمیشہ درد رہتا تھا کبھی کم اور کبھی زیادہ۔ میں نے بہت سی ادویات استعمال کیں لیکن فائدہ صرف وقتی ہوتا۔ چند ماہ پہلے میں نے روحانی محفل میں موجود ذکر کرنا شروع کیا اور ہر ماہ باقاعدگی سے کرتی رہی‘ اب اللہ کا شکر ہے کہ میرے سر کا درد بالکل ختم ہوگیا ہے۔ **(ماہ جبین‘ لاہور)**

شیخ عبدالحمید خیاطؒ کے روحانی وظائف

اگر کوئی لڑکا یا لڑکی ہر وقت باہر گھومتا ہے گھر میں نہیں رہتا اور نہ کسی قسم کا کہنا مانتا ہے اور نہ کوئی کام کاج کرتا ہے۔ گھر والے اس سے بہت پریشان ہیں تو اس کا حل یہ ہے کہ معوذتین یعنی سورۃ الفلق اور سورۃ الناس باوضو ایک سو بار پڑھ کر ایک بوتل پانی پر دم کر دیں

ہر قسم کے فتنہ سے حفاظت

اگر کسی شخص سے شیطان صفت لوگ دشمنی کر رہے ہوں اور ہر روز ایک نیا فتنہ کھڑا کرتے ہوں تو ان کے شر سے حفاظت کیلئے۔ پانچ وقت نماز کی پابندی کی جائے اور ہر نماز سے قبل باوضو تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھے اس کے بعد تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنی دونوں ہتھیلیوں پر دم کرے اور اپنے چہرے پر ہاتھ پھیر لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ شر پسند لوگوں کے شر سے حفاظت رہے گی ان کا شر و فتنہ انہی پر لوٹ جائے گا۔

ہر قسم کے مرض سے نجات

اگر کسی مریض کا مرض سمجھ میں نہ آتا ہو اور اسے کوئی دوائی فائدہ نہ دیتی ہو اور مریض کی حالت دن بدن گرتی جا رہی ہو تو اس کیلئے یہ عمل باعث شفاء ہوگا۔ مریض جلد ہی صحت یاب ہو جائے گا۔ عمل یہ ہے:۔

سورج نکلنے سے پہلے باوضو جا کر بیری کے سات پتے توڑ کر لائیں اور باوضو ان کو سل پر باریک پیس لیں پھر پسے ہوئے پتوں کو ایک بالٹی پانی میں ملا دیں اور بیری کے اس آمیزے کو پانی میں خوب حل کریں اور ہاتھ پانی میں چلاتے وقت وقت آیۃ الکرسی سات مرتبہ پڑھیں اور اس پانی پر دم کر دیں اور اس پانی سے مریض نہالے۔ اس وقت صابن وغیرہ لگانے کی ضرورت نہیں ہے بلکہ پانی سے تمام بدن بھیگ جائے۔ سات روز بلا ناغہ یہی عمل کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ کتنا ہی خطرناک مرض ہوگا اس سے مریض ٹھیک ہو جائے گا۔ یہ احتیاط رہے کہ نہانے کے دوران گرنے والا پانی گندی نالی یا گٹر میں نہ جائے بلکہ کسی زمین پر گرے۔ اگر ایسا مکان ہو جس کا پانی گندی نالی یا گٹر میں جاتا ہو تو مریض کو کسی ٹب میں بٹھا کر پانی ڈال دیا جائے اور وہ پانی دور کسی جگہ ڈال دیا جائے یا سڑک، گلی یا راستے میں چھڑک دیا جائے۔

اولاد کے لیے

اگر کسی عورت کو حمل قائم نہ ہوتا ہو جس کے سبب اولاد سے محروم ہو تو مندرجہ ذیل آیت باوضو ہرن کی جھلی پر لکھ کر موم جامہ کر کے عورت کے گلے میں ڈال دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد ہی حمل قرار پائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔ وَلَوْ اَنَّ قُرْاٰنًا سُيِّرَتْ بِهِ الْجِبَالُ اَوْ قُطِّعَتْ بِهِ الْاَرْضُ اَوْ كُلِّمَ بِهِ الْمَوْتٰى بَلْ لِّلّٰهِ الْاَمْرُ جَمِيْعًا (الرعد30)

بچے کی ام الصبیان کے مرض سے حفاظت

جس عورت کے بچے ام الصبیان کے مرض میں مرجاتے ہوں، شروع حمل سے یعنی حمل ٹھہر جانے کے بعد یہ عمل شروع کرے اور بچے کے دودھ پینے تک برابر یہ عمل جاری رہے۔ وہ عمل یہ ہے:۔

تین مرتبہ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ ط

روٹی کے ٹکڑے یا بسکٹ پر باوضو لکھ کر حاملہ کو کھلائیں یا زعفران کو عرق گلاب میں گھول کر اس سے کاغذ پر لکھیں پانی سے دھو کر پانی حاملہ عورت کو پلا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بچہ ہر مرض سے محفوظ رہے گا اور عمر طبعی کو پہنچے گا۔ یہ عمل روزانہ کرنا ہے ناغہ نہیں کرنا ناغہ کرنے سے عمل ٹوٹ جائے گا۔ لہٰذا پابندی لازمی ہے اور نماز پابندی سے ادا کریں۔

وسوسہ نفسانی سے نجات

جو شخص طرح طرح کے وسوسوں میں مبتلا ہو اور اس کے سبب ذہنی سکون برباد ہو گیا ہو اور الٹے سیدھے خیالات نے اسے اور اس کی صحت کو تباہ کر دیا ہو اور ہر وقت پریشان رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ نماز پنجگانہ کی پابندی کرے اور باوضو اَلسَّلَامُ 66 بار کسی پاک چینی کے برتن پر باوضو لکھے اور پانی سے دھو کر وہ پانی پی لے۔ لکھنے کیلئے زعفران کو عرق گلاب میں گھول لے۔ روزانہ یہ عمل اکتالیس دن تک کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ وساوس شیطانی اور وساوس نفسانی سے مکمل نجات حاصل ہوگی۔ اگر خود لکھنا نہ جانتا ہو یا لکھ نہ سکتا ہو تو دوسرے سے لکھوا لیا کرے یا آٹھ دس دن کیلئے آٹھ دس چینی کی پلیٹوں میں کسی سے باوضو لکھوا لے اور باوضو گھول کر پانی پی لیا کرے۔

گردوں کی بیماری کا علاج

اگر کوئی شخص گردوں کی بیماری کا شکار ہو اور اس کا پیشاب قطرے قطرے آتا ہو یا پیشاب میں جلن اور چبھن ہوتی ہو اور کوئی دوا کارگر نہ ہوتی ہو تو بارش کے پانی پر یا عرق گلاب کی بوتل پر سورۂ الم نشرح (پ30) کوئی بھی نماز کا پابند شخص چاہے مرد ہو یا عورت باوضو گیارہ بار پڑھ کر دم کر دے اور وہ پانی دن میں چار بار (صبح ناشتہ سے قبل، ظہر کے وقت، عصر کے بعد، سوتے وقت) پانی پینے سے پہلے سات بار درود ابراہیمی پڑھنا ہے پھر تین تین گھونٹ مریض کو پلائیں انشاء اللہ تعالیٰ گردے کی بیماری، پیشاب کی جلن دور ہو جائے گی اور پیشاب فطری انداز میں آنے لگے گا اور آپریشن کرانے کی ضرورت بھی نہیں پڑے گی۔

اوپری اثرات کے سبب باہر گھومنا

اگر کوئی لڑکا یا لڑکی ہر وقت باہر گھومتا ہے گھر میں نہیں رہتا اور نہ ہی کسی کا کہنا مانتا ہے اور نہ کوئی کام کاج کرتا ہے۔ گھر والے اس سے بہت پریشان ہیں تو اس کا حل یہ ہے کہ معوذتین یعنی سورۃ الفلق اور سورۃ الناس باوضو ایک سو بار پڑھ کر ایک بوتل پانی پر دم کر دیں اور چار وقت (صبح ناشتہ سے قبل، دوپہر کو کھانے سے قبل، عصر کے بعد اور بعد نماز عشاء) مریض کو پلائیں انشاء اللہ تعالیٰ مریض اوپری اثرات سے محفوظ ہو جائے گا۔ یہ عمل اکتالیس دن روزانہ کرنا ہے۔ ناغہ نہیں کرنا۔ نماز کی پابندی لازمی کریں۔

بدنیت اور ٹھگ سے نجات

اگر کوئی بدنیت اور ٹھگ ذہنیت کا مالک ہو اور کسی کے مال پر جائیداد پر ناجائز قبضہ کر لے یا رقم لے کر واپس نہ کرے تو اس کیلئے روزانہ تین بار سورۂ یٰسین شریف ایک وقت مقررہ پر پڑھے۔ یہ عمل اس وقت تک کرے جب تک قرضہ وصول نہ ہو جائے یا جائیداد کا قبضہ بحال نہ ہو جائے انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے مال وصول ہو جائے گا اور جائیداد کا قبضہ بھی مل جائیگا۔

ہائی بلڈ پریشر کا مجرب نسخہ

ھوالشافی: طباشیر 12 گرام، بی دانہ 12 گرام، الائچی خورد 12 گرام۔ ان ادویات کو باریک پیس لیں۔ اس کی سات پڑیا بنالیں۔ ایک پاؤ دودھ گرم لے کر ٹھنڈا کرنے کے بعد ایک پڑیا اس میں ڈال دیں اور اسے رات کو چھت پر رکھ دیں۔ صبح اس میں ایک پاؤ پانی ڈال کر بیس دفعہ پھینٹیں۔ پھر کھانا کھانے سے پہلے پی لیں۔ کھانا ایک گھنٹہ بعد کھائیں۔

ایک ہفتہ کے بعد بلڈ پریشر چیک کرائیں۔ انشاء اللہ پہلے سے بہت زیادہ فرق ہوگا۔ **(حاجی محمد وارث، راولپنڈی)**

آم بتائے فائدے ہی فائدے

چوہدری بلال' اوکاڑہ

آم کا گودا چہرے پر مل کر سوکھنے پر ٹھنڈے پانی سے دھونے سے چہرہ صاف اور ملائم ہوجاتا ہے۔ بینائی کو قوت دیتا ہے بشرطیکہ آم کھانے کے بعد کچی لسی پی جائے۔ ورنہ نقصان دہ ہے۔ آم منہ کی بے مزگی کو دور کرتا ہے۔ بدن کا رنگ نکھرتا ہے

پھلوں میں آم کو ایک خاص مقام حاصل ہے۔ یہ منطقہ معتدلہ کا بہت ہی ہردلعزیز پھل ہے جسے ایشیائی پھلوں کا بادشاہ بھی کہا جاتا ہے۔ یہ خوراک کا نہایت اہم جزو اور ہر گھر میں استعمال ہونے والا قدرتی عطیہ ہے۔ یہ واحد پھل ہے جس کی اقسام کا اندازہ کرنا بہت مشکل ہے۔

آم کے بہترین فوائد

پختہ آم مولد خون ہے۔ یہ آنتوں کو قوت دیتا ہے۔ آم مقوی باہ ہے۔ یہ معدہ' گردہ' مثانہ کو طاقت دیتا ہے۔ قدرے دیر ہضم ہوتا ہے۔ تین ماشے آم کا گودا پانی کے ساتھ دینے سے پیچش بند ہوجاتے ہیں۔ چنبل اور بھسم روگ کو دور کرنے کیلئے آم کا رس' گائے یا بھینس کا دودھ گرم ایک پاؤ' گھی ایک پاؤ اور چینی دس تولہ' روزانہ استعمال کرنے سے دس دن میں صحت ہوجاتی ہے۔ آم کا مربہ پھیپھڑوں' دل اور مثانے کو طاقت دیتا ہے۔ اس کے پھولوں کو خشک کرکے آدھ چمچ چائے والا سفوف روزانہ ہمراہ دودھ یا کچی لسی کھلانے سے جریان دور ہوجاتا ہے۔

بعض اطباء کے نزدیک اگر آم کے پھولوں کو جب وہ نئے نئے نکلے ہوں تو ہاتھ میں رگڑ کر پھینک دیں اور بچھو کی کاٹی ہوئی جگہ پر صرف ہاتھ پھیرنے (تین دفعہ) سے زہر کا اثر جاتا رہتا ہے۔ ہاتھ میں آم کے تازہ پھولوں کا اثر ایک سال تک رہتا ہے۔

آم کو چوس کر کھانا بہتر ہوتا ہے۔ آموں کو برف یا ٹھنڈے پانی میں تھوڑی دیر رکھ کر کھانا چاہیے اور کھانے سے پہلے اچھی طرح سے دھو لینا چاہیے تاکہ آم کی گوند اچھی طرح سے صاف ہوجائے۔ ورنہ وہ گلے میں خراش کا سبب بنتی ہے۔ آم کھانے کے بعد دودھ کی لسی ضروری پینی چاہیے۔ آم اعضائے رئیسہ کو قوت دیتا ہے۔ اس کے کھانے سے جسم موٹا ہوتا ہے۔ بے خوابی کی شکایت دور کرنے کیلئے ایک آم کا کھانا اور بعد ازاں ٹھنڈا دودھ پینا بے حد مفید ہوتا ہے۔ آم پیشاب آور ہے۔ اگر آم کھانے کے بعد تھوڑے سے جامن کھا لیے جائیں تو اس کی گرمی زائل ہوجاتی ہے۔ میٹھے اور تازہ آم کا تھوڑا سا گودا اگر حاملہ کو روزانہ کھلایا جائے تو ایسا کرنے سے بچہ تندرست اور صحت مند پیدا ہوتا ہے۔

آم کا اچار بھوک بڑھاتا ہے اور ورم طحال کو مفید ہے۔ کچے آم جب ان میں گٹھلی نہ بنی ہو خشک کرکے سفوف بنا کر چینی ملا کر ایک تولہ روزانہ ہمراہ پانی کھانے سے سیلان منی اور سرعت انزال کی مرض دور ہوجاتی ہے۔

آم کا گودا چہرے پر مل کر سوکھنے پر ٹھنڈے پانی سے دھونے سے چہرہ صاف اور ملائم ہوجاتا ہے۔ بینائی کو قوت دیتا ہے بشرطیکہ آم کھانے کے بعد کچی لسی پی جائے۔ ورنہ نقصان دہ ہے۔ آم منہ کی بے مزگی کو دور کرتا ہے۔ بدن کا رنگ نکھرتا ہے۔ خفقان کی مرض میں آم بے حد مفید ہے۔

کچے آم جب ان میں گٹھلی نہ بنی ہو خشک کرکے سفوف بنا کر چینی ملا کر ایک تولہ روزانہ ہمراہ پانی کھانے سے سیلان منی اور سرعت انزال کی مرض دور ہوجاتی ہے۔ آم بینائی کو قوت دیتا ہے بشرطیکہ آم کھانے کے بعد کچی لسی پی جائے۔ ورنہ نقصان دہ ہے۔ دودھ پلانے والی خواتین کو آم کھلانے سے ان کے دودھ میں اضافہ ہوتا ہے۔ آم کے پتوں کی چائے پینے سے نزلہ' زکام' کمزوری دماغ اور ہچکی دور ہوجاتی ہے۔ لو لگنے کی صورت میں کچے آم کو آگ میں بھون کر گڑ کے شربت میں اس کا رس ملا کر پلانے سے فوری آرام ہوجاتا ہے۔ آم کا بور اور پتے خشک کرکے باریک پیس لیں۔ چند روز کے استعمال سے بال سیاہ ہوجائیں گے۔ مقدار ایک چمچ چائے والا سفوف صبح و شام ہمراہ پانی سے۔ جسم کی خشکی' بے رونقی' زردی اور کمزوری کو دور کرنے کیلئے روزانہ ایک آم کھانا اور بعد ازاں ایک گلاس کچی لسی استعمال کرنا بے حد مفید ہے۔ مثانے کی پتھری دور کرنے کیلئے صبح نہار منہ کچے آم دو تین تولے روزانہ کھلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ آم کی گٹھلیاں دو عدد اور تین دانہ سیاہ مرچ کو رگڑ کر سانپ کاٹے والے کو پلانے سے مارگزیدہ کو سردی محسوس ہوگی اور زہر دور ہوجائے گا۔ آم کا تازہ رس پانچ تولہ' میٹھا دہی ایک پاؤ اور ادرک کا رس چائے والا ایک چمچ تمام کو ملا کر پینے سے زرد چہرہ' کمزور اور مشکل سے سانس نکلنا کی بیماریوں کیلئے بے حد مفید ہے۔

قبولیت دعا کا موثر ترین عمل

عبدالقدوس' کراچی

جس کو جن ستاتے ہوں وہ اوپر دیئے ہوئے اسماء کو اپنے پاس رکھے تو جن جل جائیں اور بخار فوراً اتر جائیگا اگر تانبے کی تختی پر کندہ کریں

اسمائے حسنیٰ کا پہلا طریقہ اور اس کے فائدے

سورۂ حشر کی آخری دو آیات کے اسماء میں توحید' اخلاص' ایمان اور حصول نور یقین کے اسرار پوشیدہ ہیں۔ ان کے ذاکر کو اعلیٰ مقامات حاصل ہوتے ہیں اور دل زندہ ہوتا ہے نیز اطاعت الٰہی کی جانب رغبت ہوتی ہے اور اس کی عنایتیں بندہ کو ملتی ہیں۔ ہر وقت بکثرت اس کی تلاوت کی جائے۔

تین اسماء کے فائدے

اللہ' الٰہ' رب بعض مقربان الٰہی اپنی خلوتوں میں اس ذکر سے انس حاصل کرتے ہیں اور اللہ تعالیٰ کے لاہوتی انوار اور ربوبی عظمت سے مدد لیتے ہیں اور یہ امداد ان میں انتہائی عجز و انکساری اللہ کے حضور پیدا کرتی ہے۔ ذکر لا الہ الا ھو اہل سلوک کا افضل ترین ذکر ہے جو شخص یہ ذکر کرتا ہے اس پر خاص برکت نازل ہوتی ہے اللہ تعالیٰ ہر بھلائی اس کو دیتا اور ہر برائی سے اس کو بچاتا ہے جو شخص بہت موٹا ہوگیا ہو وہ حرکت سے معذور ہو' یہ ذکر کرنے والا اس ذکر سے اپنے بدن میں کمی اور ہلکا پن محسوس کریگا۔

بخار کا علاج اور جنات سے حفاظت

جس کو جن ستاتے ہوں وہ اوپر دیئے ہوئے اسماء کو اپنے پاس رکھے تو جن جل جائیں اور بخار فوراً اتر جائیگا اگر تانبے کی تختی پر کندہ کریں اور پانی سے دھو کر پئیں تو بہت جلد آرام ہوگا۔

قبولیت دعا کا موثر عمل

دو رکعت نماز پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے ان تین اسماء کے طفیل میں ایک گھنٹہ تک اس طرح سے دعا کرے یَا اَللّٰہُ یَا اِلٰہَ یَا رَبُّ تو عظیم نور اس پر ظاہر ہوں گے اور اس کے دل کی آنکھ کھل جائے گی اور ہر دینی اور دنیاوی دعا قبول ہوگی۔

اسم رَحْمٰنُ وَرَحِیْمُ کے اسرار

یہ دو نام رَحْمٰنُ وَرَحِیْمُ بہت بڑے ہیں۔ ان کے اعداد سے اسرار رحمت دلوں پر نازل ہوتے ہیں جس کسی کا دل سخت ہو اور نرم نہ ہوتا ہو وہ ان کا ذکر کرے۔ خدا تعالیٰ اس کے قلب کو نرمی میں بدل کردے گا اور اس کا دل اطاعت و عبادت الٰہی کی طرف متوجہ ہوگا جو شخص کسی ظالم کے سامنے دن دونوں اسماء کا ذکر کرے تو اللہ تعالیٰ اس ظالم کا دل نرم کردے گا اور اس کے شر سے محفوظ رکھے گا اور ذاکر کو بھلائی ملے گی۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

☆بیساکھیاں اور میں ☆یہ مرگی ہے یا سایہ؟ ☆آلو اور گوشت ☆گیس، قبض، دردشکم اور بے چارگی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جو طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

گیس، قبض، دردشکم اور بے چارگی

میں ایک بے گناہ قیدی ہوں، راولپنڈی کی ایک جیل میں دس مربع فٹ کی کوٹھڑی میں تین سال سے بند ہوں، اسی کوٹھڑی میں میرے ساتھ نو آدمی اور بھی ہیں اس طرح ہم کل دس آدمی اس چھوٹی سی کوٹھڑی میں قید ہیں۔ مجھ پر قتل جیسے ہولناک جرم کا الزام ہے۔ حقیقت کا علم اللہ کو ہے۔ بات ساری زمین کے ایک چھوٹے سے ٹکڑے کی ہے جس میں میرا بھی حصہ بنتا ہے۔ خیر یہ تو ایک الگ معاملہ ہے آپ کو یہ خط اس لیے نہیں لکھ رہا کہ اپنی بے گناہی ثابت کروں بلکہ مطلب میرا یہ ہے کہ قاتل سمجھ کر آپ مجھے نظر انداز نہ کریں۔ میں قبض اور گیس کا مریض ہوں ہر وقت میرے پیٹ میں گولہ سا پھرتا رہتا ہے اور ایسا لگتا ہے جیسے الٹی ہو جائیگی۔ شدید قبض رہتا ہے مجھے غذا کا مشورہ نہ دیں کیونکہ اس جگہ ہمیں سوائے دال روٹی کے کچھ نہیں ملتا، ہر روز دال ہے اور روٹی ہے بس یہی ہمارا مستقل مینو ہے اس میں کسی ترمیم کی کوئی گنجائش نہیں ہے۔ آپ مجھے چلنے پھرنے کا مشورہ بھی نہ دیں کیونکہ یہ دس مربع فٹ کی کوٹھڑی ہے جس میں ہم دس آدمی بند ہیں ہم بے شک کھڑے ہو سکتے ہیں اور بیٹھ بھی سکتے ہیں اور ایک ہی جگہ پر لیٹ بھی سکتے ہیں مگر چل پھر نہیں سکتے۔ تین سال سے بس اسی ایک حالت میں ہیں اوپر سے وہ مصیبتیں اور ذلتیں ہیں جو ہر قیدی کا پہلے دن سے مقدر ہوتی ہیں۔ یہ میں نے اس لیے لکھا ہے کہ آپ کے مشورے اکثر غذا کے بارے میں اور چلنے پھرنے کے بارے میں ہوتے ہیں۔ دوسری بات یہ ہے کہ ہمیں یہاں کوئی دوا بھی نہیں مل سکتی نہ ہماری شنوائی ہے نہ میں کوئی دوا باہر سے منگوا سکتا ہوں۔ اب میری یہ تکلیف کیسے دور ہو جس کی وجہ سے میں زندہ درگور ہوں۔ میری تو کچھ سمجھ میں نہیں آتا اور کیا لکھوں؟ **(ایک قیدی، راولپنڈی)**

مشورہ: بہت زمانہ ہوا فارسی کا ایک شعر پڑھا تھا جس کا مفہوم یہ تھا کہ میرے ہاتھ پیر باندھ کر مجھے بیچ منجدھار کے پھینک دیا اور اب کہتے ہیں کہ خبردار دامن بھیگنے نہ پائے۔ آپ نے بھی وہی کام کیا کہ دوا آپ منگوا نہیں سکتے کیونکہ کوٹھڑی میں بند ہیں۔ غذا آپ دال روٹی کے سوا کوئی دوسری نہیں لے سکتے۔ چل پھر بھی نہیں سکتے ان حالات میں آپ کو کیا مشورہ دوں۔ اگر کسی طرح یہ تحریر آپ تک پہنچ جائے تو آپ کیلئے ان حالات میں میرا یہ مشورہ ہے کہ آپ ایک ہی جگہ کھڑے ہو کر ہولو مارچ کریں یعنی ایک ہی جگہ کھڑے کھڑے قدم باری باری اٹھائیں اور زمین پر رکھیں۔ ایک ہی جگہ کھڑے ہو کر جاگنگ بھی کر سکتے ہیں۔ پندرہ منٹ سے شروع کریں ٹائم بڑھا کر پون گھنٹہ تک کریں۔ یہ جاگنگ آپ صبح کے وقت اور شام کو عصر کے وقت کریں اس کے علاوہ ایک بہت ہی سادہ سا علاج آپ یہ بھی کر سکتے ہیں کہ صبح دانت صاف کر کے کم از کم ایک گلاس پانی پی لیا کریں اس سے بھی پیٹ صاف ہو جائیگا۔ دن میں بھی وقفہ وقفہ سے پیاس لگے نہ لگے دس بارہ گلاس پانی پی لیا کریں باقی اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا ہوں کہ وہ آپ کے مسئلہ کو حل فرمائیں اور آپ کو اس آزمائش سے نکالیں وہی عالم الغیب ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ظلم سے بچائے۔

بیساکھیاں اور میں......

میں سعودیہ میں ایک سٹور میں کام کرتا تھا، وہاں پر کوئی چوری ہو گئی پولیس ہم سب ملازمین کو پکڑ کر لے گئی اوروں کے ساتھ تو پتہ نہیں کیا ہوا مگر مجھے انہوں نے ساری رات برف کی سل پر کھڑا رکھا، بیچ بیچ میں میرے پیروں پر ڈنڈے برساتے تھے اور پنڈلیوں کے گوشت پر بھی ڈنڈے مارتے تھے چور تو جو کوئی بھی تھا وہ پکڑا گیا مگر میں اس دن کے بعد سے چل پھر نہیں سکتا، نتیجہ یہ نکلا کہ نوکری بھی ختم ہو گئی میں واپس آ گیا۔ اب حالت یہ ہے کہ بیساکھیاں لیکر تھوڑا بہت چل لیتا ہوں ہر وقت پیروں میں کرنٹ سا دوڑتا رہتا ہے اور ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے پیر سو گئے ہیں۔ **(نظیر بلوچ، بہاولنگر)**

مشورہ: اس میں تو کوئی شک نہیں کہ ٹانگیں مفلوج ہو گئی ہیں تاہم ناامیدی کا شکار نہ ہوں۔ غذا کے بعد تین چمچے خالص شہد کھائیں، بہت نرم ہاتھ سے زیتون کا تیل نیم گرم کر کے متاثرہ حصوں پر ہلکے ہلکے مالش کریں۔ روزانہ ایک بار نیم گرم پانی میں نمک ملا کر لوٹے میں بھر کر ذرا اوپر سے یہ نیم گرم پانی متاثرہ حصوں پر دھاریں پھر تولیے سے خشک کر کے فوراً کپڑا پہن لیں تاکہ ہوا نہ لگے۔ اس کے علاوہ فزیو تھراپی بھی بہت ضروری ہے مقامی طور پر کسی فزیو تھراپسٹ سے رجوع کریں اور وقت مقرر کر کے ہر روز فزیو تھراپی کروائیں۔ غذا میں دہی، لسی، دودھ، شربت، بوتلوں، چاول، گائے کے گوشت سے پرہیز رکھیں۔ تین ماہ کے بعد اپنی کیفیت دوبارہ لکھیں۔ آپ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

آلو اور گوشت

انگلینڈ میں قیام کے دوران میں نے بے تحاشا آلو کھائے جس سے میری صحت خراب ہو گئی تھی آپ نے میرے لیے گوشت تجویز کیا۔ میں نے آلو چھوڑ کے گوشت کھانے لگا جس سے حیرت انگیز طور پر میں ٹھیک ہو گیا۔ چونکہ پہلے کبھی اتنا گوشت نہیں کھایا تھا شاید اس وجہ سے میرے پیٹ میں جلن ہونے لگی اور مجھے بار بار حاجت ہونے لگی۔ اب میں گوشت نہیں آلو کھاتا ہوں کبھی کبھی مچھلی کھاتا ہوں یا مٹر یا گوبھی کھاتا ہوں مگر میرے پیٹ کی حالت خراب ہو گئی ہے میں بار بار حاجت کو جاتا ہوں، میرے پیٹ کے نچلے حصے میں شدید درد رہنے لگا ہے میں ٹرک مشکل سے چلاتا ہوں اب آپ کے مشورے کا طالب ہوں۔ **(مجید خان، وملبے لندن)**

مشورہ: آپ صبح صرف دلیہ کھائیں یا دو کیلے کھائیں۔ دوپہر کو کدو توری یا لوکی پکا کر کھائیں، کیلے کھائیں یا دہی چاول کھائیں رات کو بھی یہی غذا کھائیں۔ ایک ہفتہ مکمل آرام کریں پھر بے شک ٹرک چلائیں مگر وقت پر یہی غذائیں کھائیں اور غذا کے بعد ایک گھنٹہ آرام ضرور کریں چائے پی سکتے ہیں، باقی کوئی دوسرا ڈرنک نہ لیں۔ بےفکر رہیں معمولی بات ہے اللہ تعالیٰ شفاء دیں گے۔ اگر ایک چائے کی چمچی اسپغول کی بھوسی پانی میں حل کر کے صبح و شام پی لیا کریں۔ آپ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

یہ مرگی ہے یا سایہ؟؟؟

مجھے عجیب قسم کے دورے پڑتے ہیں حکیم کہتے ہیں یہ مرگی ہے۔ ڈاکٹر اگر مرگی کا کوئی ٹیسٹ کرتے ہیں ایکسرے دیکھ کر بتاتے ہیں کہ یہ مرگی نہیں ہے اس طرح دونوں سے تنگ آکر ایک عامل سے رجوع کیا وہ کہتے ہیں کہ تم پر سایہ ہے۔ اس مرض یا آسیب کی وجہ سے مجھے سب سے بڑا نقصان یہ ہوا ہے کہ میں قرآن شریف حفظ نہیں کرسکتا میں نے اٹھارہ پارے حفظ کیے ہیں مگر اب بجائے یاد کرنے کے ان کو بھی بھولتا جارہا ہوں۔ حکیم صاحب مجھے اس بات کا بڑا رنج ہے چاہے میرا کچھ نقصان ہو جائے مگر مجھ سے قرآن شریف نہ بھولے' بس میں صرف اتنا چاہتا ہوں۔ قرآن شریف میں نے کس مصیبت سے یاد کیا ہے صبح پانچ بجے سے دوپہر بارہ بجے تک حفظ کرتے ہیں ایک ایک آیت کو بلند آواز سے کئی کئی ہزار مرتبہ پڑھتے ہیں' پہلا دورہ بہت تھوڑے وقفے کا تھا ایسے ہی معلوم ہوا تھا جیسے میں سو گیا ہوں اس کے بعد آہستہ آہستہ دورے زیادہ شدت اختیار کر گئے ان کا علاج بتا دیں تو آپ کو دعا دیتا رہونگا ساری عمر...... **(محمد ساجد' ملتان)**

مشورہ: آپ اکسیرالبدن' ستر شفائیں اور جوہر شفاء مدینہ لکھی گئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ سر پر روغن لبوب سبعہ کی مالش کریں' ناشتہ میں عمدہ قسم کے بادام 11 دانے کشمش ایک چھٹانک اصلی خالص مکھن ایک اونس ضرور کھائیں۔ کچھ عرصہ آرام کریں۔ بھوک پر غذا لازمی طور پر کھالیں' استاد تبدیل کرلیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو شفا دیں اور حفظ قرآن کی بے بہا دولت سے مالا مال فرمائیں۔ تہجد کے وقت اٹھ کر دعا کریں' آپ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

سب بھول جاتا ہوں

پورا جسم درد کرتا ہے۔ نظر اور دماغ کمزور ہوتا جارہا ہے' چکر آتے ہیں بھولنے کی بیماری ہے' سودا لینے جاتا ہوں تو چیزوں کے نام بھول جاتا ہوں۔ لکھ کر لے جاتا ہوں تو پرچہ پڑھنا بھول جاتا ہوں' میرا حفظ بھی متاثر ہورہا ہے' قرآن شریف کبھی یاد آجاتا ہے کبھی بھول جاتا ہوں۔ **(حافظ ذیشان' ایبٹ آباد)**

مشورہ: کندر' وج ترکی' سعد کوفی' ہر ایک تین تولہ۔ سونٹھ' کالی مرچ ہر ایک اٹھارہ گرام کوٹ چھان کر شہد خالص دواؤں کے کل وزن سے دگنا لیکر گرم کرکے جب جھاگ اوپر آجائے تو جھاگ اتار کر اسے نیچے اتار لیں اور شہد میں دوائیں ملالیں اور محفوظ کرلیں ہر روز صبح کو پانچ ماشہ کھا کر پانی پی لیں۔ آپ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

دائمی قبض کی مریضہ

قبض دائمی کی مریضہ ہوں' صرف اسپغول سے قبض دور ہوتا ہے مگر جب قبض دور ہوتا ہے تو دل بہت گھبراتا ہے اور دماغ گھومنے لگتا ہے بلکہ باتھ روم سے باہر آکر بستر پر گر جاتی ہوں۔ تعلیم بی ایس سی تک ہے اور صرف خانہ داری میں مصروف ہوں۔ **(سامعہ' باغ)**

مشورہ: سوتے وقت تین کھانے کے چمچ اصلی عمدہ گلقند کھائیں۔ آپ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

سورۂ کوثر کا کمال

محترم حکیم صاحب! آپ نے مجھے گھر کے حالات' بچیوں کی شادی' بیٹے کا کاروبار اور قرضہ کی ادائیگی کیلئے سورۂ کوثر 90 دن پڑھنے کا بتایا تھا' 90 دن کے عرصہ میں میری دو بچیوں کی شادی سرانجام پائی جو کہ بہت سادگی سے کی اور گھر کے حالات بھی ٹھیک ہورہے ہیں۔ **(محبوب الرحمن' گجرات)**

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

مایوس' لاعلاج' بے اولاد ازدواجی جوڑے کہ جن کے مردوں میں نقص ہو' ان کیلئے حکیم صاحب کی طرف سے دم کیا ہوا شہد کلام الٰہی کے فیضان سے معطر قیمتی تحفہ۔ تفصیلات کیلئے عبقری کے دفتر خط بمع جوابی لفافہ بھیج کر ایک بروشر منگوائیں جس میں آپ کو عام ملنے والی سستی سبزی کا حیرت انگیز استعمال کہ جس سے اب تک بے شمار جوڑے اولاد نرینہ کی دولت سے فیض یاب ہو چکے ہیں اور اس بروشر میں موجود سالہا سال سے آزمودہ روحانی عمل کا تحفہ کہ اس روحانی عمل کی تاثیر آج تک کبھی خطا نہیں گئی۔ ساری دنیا پھر کر تھک ہار کر آنے والوں نے بھی جب یقین اور اعتماد سے اس کو اپنایا' اللہ تعالیٰ نے ان کے آنگن کو اولاد نرینہ کی دولت سے ہرا بھرا کردیا۔ شہد ہمراہ لائیں ورنہ عبقری کے دفتر سے خرید لیں۔ باقی تفصیلات اور روزانہ استعمال کیلئے ایک مختصر دوائی شہد کے ہمراہ ملے گی۔ نوٹ: دم کیلئے وقت لینے کی ضرورت نہیں بس آپ شہد دے جائیں اور چند دنوں بعد دم کیا ہوا شہد لے جائیں۔ **مرض کی نوعیت کے مطابق کم از کم 3، 5 یا 6 ماہ استعمال کریں۔** **(حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی عفا اللہ عنہ)**

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ)

جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

راولپنڈی	کلینک	بروزاتوار 3 جون
گوجرانوالہ	کلینک	بروزاتوار 7 جون
باغ آزاد کشمیر	کلینک	بروز ہفتہ 9 جون
منڈی بہاؤالدین	کلینک	بروزاتوار 5 جولائی
میانوالی	کلینک	تاریخ کا اعلان بعد میں ہوگا

ضروری نوٹ

حکیم صاحب حسب سابق ہر شہر میں ہر مریض کو انفرادی وقت دینگے اور مستقل کلینک کریں گے۔ ہر شخص کی چاہت ہوتی ہے کہ حکیم صاحب اس سے ذاتی ملاقات کریں لہٰذا روحانی وجسمانی لیکچرز کی ترتیب کو ختم کرکے سابقہ کلینک کی ترتیب بحال کی جاتی ہے۔ فیصل آباد' اٹک اور بہاولپور میں لیکچرز ہوئے لہٰذا ان شہروں کو انفرادی ملاقات کیلئے پھر سے کلینک کا جلد وقت دیا جائیگا۔ **سابقہ تکلیف کی معذرت!**

بورے والا کلینک ملتوی

حضرت حکیم صاحب کی اچانک مصروفیات کے پیش نظر بورے والا کلینک ملتوی کردیا گیا ہے۔
نئی تاریخ کا اعلان بعد میں ہوگا۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بن' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقیٰ' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

موذی بیماریاں یا آسائشیں‘ فیصلہ خود کریں!

شائستہ جلیل‘ لاہور

ہوگی۔

گھریلو کام کاج کی عادت کم ہوتے رہنے کی وجہ سے بیماریاں ہمارے گھروں میں داخل ہوگئی ہیں۔ معالجوں نے ہمارے گھر دیکھ لیے ہیں۔ یاد رکھیے! زائد چربی اور شکر ہماری صحت کے بڑے دشمن ہیں۔ ان کی تحلیل کا بہترین حل روزمرہ کی نجی مصروفیات ہیں۔

زمانے کی گردش نے انسان کیلئے ان گنت سہولیات اس کے قدموں میں ڈھیر کردی ہیں۔ نت نئی ایجادات نے اس کی زندگی کو خوابناک کردیا ہے۔ وہ آسائشیں جس کا انسان کبھی محض تصور ہی کرسکتا تھا آج اس کی محض انگلیوں کی اشارے کی تابع ہیں۔ بٹن دبایا اور سہولت حاضر بلکہ اب تو انسان اس سے ایک قدم اور آگے بڑھ گیا ہے اب اسے اٹھ کر جانے اور بٹن دبانے کی بھی ضرورت نہیں رہ گئی ہے۔ وہیں بستر پر لیٹے لیٹے یا کرسی پر بیٹھے بیٹھے اشارہ کیا اور کرامتیں ظاہر ہونی شروع ہوگئیں۔ یہ ریموٹ کنٹرول کا دور ہے۔ انگلیوں کے ہلکے سے اشارے سے پنکھے چل پڑے اور دروازے کا تالا کھل گیا۔ یہ انسانی زندگی کا پرآسائش دور ہے۔ اس کی کرشماتی سہولتوں کی معراج کا دور ہے۔ تاہم ان نعمتوں کا یہ محض ایک پہلو ہے۔ اس کا دوسرا پہلو اس سے بالکل مختلف ہے۔ اس کا یہ پہلو کرب ناک ہے۔ مادی آسائشوں نے اس کی روحانی مسرتیں اس سے چھین لی ہیں۔

مردوں کی طرح خواتین نے بھی ان آسائشوں سے پورا لطف اٹھایا ہے بلکہ دنیا کی بیشتر آسائشوں کا تعلق تو خاص انہی سے متعلق ہے۔ اس کا یہ پہلو کربناک ہے۔ مادی آسائشوں نے اس کی روحانی مسرتیں اس سے چھین لی ہیں۔

مردوں کی طرح خواتین نے بھی ان آسائشوں سے پورا لطف اٹھایا ہے بلکہ دنیا کی بیشتر آسائشوں کا تعلق تو خاص انہی سے متعلق ہے۔ دور جدید کی اکثر ایجادات مکانوں اور باورچی خانوں ہی سے منسلک ہیں جب سے خواتین نے ان آسائشوں سے فیض اٹھانا شروع کیا ہے‘ محنت ومشقت کے کام ان سے چھوٹ گئے ہیں۔ دوسری طرف گھر میں خادماؤں اور نوکرانیوں کی خدمت گزاری کی وجہ سے بھی ہماری خواتین کی جسمانی محنت کم سے کم تر ہوتی چلی جارہی ہے۔ خوش حال گھرانے یا کم آمدنی والے کنبے سب کے سب جدید سہولتوں اور خادماؤں کی سہولت سے مستفید ہورہے ہیں۔

چنانچہ عملی محنت کی عادت خواتین میں کم ہوتی جارہی ہے۔ آٹا گوندھنے‘ مصالحہ پیسنے‘ جھاڑو لگانے‘ کپڑے دھونے اور برتن چمکانے کی جو مشقت کبھی خواتین کا طرۂ امتیاز ہوتی تھی اب وہ غائب ہوتی جارہی ہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکل رہا ہے کہ خواتین میں بیماریاں کثرت سے پیدا ہورہی ہیں۔ وہ موٹی ہورہی ہیں۔ ان کا وزن بڑھ رہا ہے۔ شکر کی شکایتیں جنم لے رہی ہیں۔ دل کے امراض حملہ آور ہورہے ہیں اور تھکن کم ہونے کی وجہ سے ان کی راتوں کی نیندیں غائب ہورہی ہیں۔ جدید خوشنما زندگی کا یہ دوسرا تاریک روپ ہے۔

عورتوں کے گھریلو کام کاج کا یہ نظام فطرت نے رکھا ہی اس لیے تھا کہ گھریلو طور پر وہ چوبیس گھنٹے محنت ومشقت میں مصروف رہیں اور ان کا دوران خون بہتر انداز سے جاری رہے۔ عام طور پر خواتین کو باہر کی دنیا سے اس طرح مطلب نہیں ہوتا جس طرح مردوں کا ہوتا ہے‘ اس لیے ان کیلئے چھوٹی موٹی بھاگ دوڑ ضروری تھی۔ اب یہ نظام الٹ گیا ہے۔ کہنا یہ چاہیے کہ تیزی سے الٹایا جارہا ہے۔ اس کے نتیجے میں غذا میں شامل ہونے والی چربی خون میں تحلیل نہیں ہورہی اور خواتین کو شکر اور بلڈ پریشر کے مسائل درپیش ہیں۔ ظاہر ہے کہ جب جسمانی مشقت ہی نہیں ہوگی تو غذا کے یہ اجزاء بھی کم سے کم تحلیل ہوں گے۔ سادہ سا اصول ہے کہ ہم اپنے جس عضو سے کم کام لیں گے اس کے اندر اتنی ہی طاقت کم ہوگی۔ ہمارا بایاں ہاتھ اسی لیے بے جان سا ہوتا ہے کہ ہم اس کا استعمال کم کرتے ہیں لیکن وہ افراد جو دائیں ہاتھ کی جگہ اپنے بائیں ہاتھ سے زیادہ کام لیتے ہیں ان کا بایاں ہاتھ دائیں ہاتھ سے زیادہ بوجھ اٹھالیتا ہے۔ کرکٹ کی دنیا میں کامیاب کھبے کھلاڑی اکثر وبیشتر ہمارے سامنے آتے رہتے ہیں۔

ایک تو پرسہولت و پرتعیش اشیاء کا استعمال اور اس پر چھوٹے چھوٹے فاصلوں کیلئے کاروں اور کوچوں کا سفر انسان کیلئے غیر ضروری اجزاء کو نہ صرف جزو بدن نہیں بننے دیتا بلکہ ان کا جسم میں ذخیرہ کرتا رہتا ہے اور یہی ذخیرہ چربی کی صورت میں ہمارے لیے موٹاپے‘ امراض قلب‘ بلند فشار خون‘ ذیابیطس اور دیگر امراض کا باعث بنتا ہے۔ چنانچہ اسی مثال سے ہم اپنی صحت کی سنگینی کو پرکھ سکتے ہیں۔

بڑے گھرانوں کی خواتین میں کام نہ کرنے اور انہیں خادماؤں کے سپرد کرنے کی ایک وجہ اور بھی ہے یہ خواتین ان گھریلو کاموں کو اپنے لیے کسر شان سمجھتی ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ جھاڑو پونچا لگانا اور مصالحہ پیسنا ان کے وقار کے مطابق کام نہیں ہے۔ یہ تو نوکرانیوں اور خادماؤں کی ذمے داریاں ہیں۔ ان خواتین کا کام تو شاید لیٹے رہنا اور میگزین پڑھتے رہنا ہے۔ چنانچہ وہ یہ تمام کام اپنی ملازماؤں کے حوالے کردیتی ہیں اور حاصل شدہ فرصت کو وہ شاپنگ اور کمپیوٹر سے لطف اندوز ہونے میں صرف کرتی ہیں۔ دوسری طرف انہیں اپنی صحت کی بھی فکر دامن گیر رہتی ہے‘ اس لیے شام کے اوقات میں وہ جاگنگ کرتی ہیں۔ جاگنگ کرنا فی زمانہ اسٹیٹس کی علامت بن گیا ہے جبکہ گھریلو کام کرنا پسماندگی کی نشانی قرار پایا ہے۔

کرکٹ کے کھلاڑی بیٹسمین اگر یہ سوچ کر فیلڈنگ اور بیٹنگ کرنے سے انکار کردیں کہ یہ کام ان کی حیثیت کے منافی ہیں تو یہ احساس محض ان کی حماقت قرار پائے گا۔ فیلڈر اور بیٹسمین کہلائے ہی اس لیے جاتے ہیں کہ وہ عملی طور پر میدان میں گیندوں کے پیچھے بھاگ رہے ہوتے ہیں۔ چنانچہ اسی مثال پر قیاس کرکے خواتین کو بھی اپنے امور خانہ داری سے اجتناب نہیں برتنا چاہیے۔

اس ضمن میں ایک اور سادہ سی مشق ان کیلئے یہ بھی ہے کہ وہ دن بھر میں کم ازکم دو دفعہ سیڑھیاں لازماً اترا چڑھا کریں۔ یہ عمل ان کی صحت کو بہتر کردے گا۔ اس کی پابندی سے انہیں اچھے نتائج دیکھنے کوملیں گے۔ گھریلو کام کاج کی عادت کم ہوتے رہنے کی وجہ سے بیماریاں ہمارے گھروں میں داخل ہوگئی ہیں۔ معالجوں نے ہمارے گھر دیکھ لیے ہیں۔ یاد رکھیے! زائد چربی اور شکر ہماری صحت کے بڑے دشمن ہیں۔ ان کی تحلیل کا بہترین حل روزمرہ کی نجی مصروفیات ہیں۔ ہم فطرت سے جتنا دور ہوں گے اتنی ہی پریشانیاں اپنے دامن میں سمیٹیں گے۔ اعدادوشمار کے مطابق اس وقت پاکستان میں 25 سال کی عمر سے زیادہ عمر کے 70 لاکھ افراد ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہیں اور 2025ء تک یہ تعداد بڑھ کر سوا لاکھ سے بھی زیادہ ہوجائے گی۔ چنانچہ اگر گھریلو مشقتوں میں مصروف ہونے کے باعث خواتین اس مرض سے خود کو دور رکھ سکتی ہیں تو یہ سودا مہنگا نہیں۔

دانت میں درد اور سوجن کیلئے مجرب نسخہ

ہماری مسجد میں ایک حافظ قرآن ہیں جو کہ بہت بوڑھے ہوچکے ہیں انہوں نے دانتوں کے امراض کیلئے ایک بہت ہی زبردست نسخہ ہے۔ جن افراد کو دانتوں میں درد‘ سوجن اور پیپ وغیرہ رہتی ہو‘ ان کیلئے پھٹکڑی ایک نعمت ہے۔ تقریباً 5 پھٹکڑی کو ایک گلاس پانی میں گرم کرلیں اور جب پھٹکڑی پگھل کر پانی میں گھل جائے تو اس کو دانتوں اور مسوڑھوں پر مل لیں‘ انشاءاللہ بہت فائدہ ہوگا۔ (عبدالماجد)

پھانسی منسوخ اور ناف کا آزمودہ نسخہ

ڈاکٹر رشید حسین' کوئٹہ

ایران میں ایک جھوٹے مقدمے میں قید کرلیا تھا اسے ایک اور وظیفہ بتایا تھا جس کی برکت سے اللہ رحیم وکریم نے اس کی رہائی کروادی۔ یہ وظیفہ گوجرانوالہ کے ایک ساتھی کو جن کا ایک دوست قتل کے مقدمے میں قید کرلیا گیا تھا ان کو خواب میں حضرت خضر علیہ السلام نے بتایا تھا

میں ایک مرتبہ عبقری کے دفتر حکیم صاحب سے ملنے کیلئے آیا حکیم صاحب سے ملاقات کے بعد حکیم صاحب نے مجھے آج رات یہی قیام کرنے کا فرمایا' میں نے ان کے حکم کی تعمیل کی اور تسبیح خانہ میں قیام کیا' وہاں کچھ اور مہمان بھی آئے ہوئے تھے جن میں سے کچھ کا تعلق ایران سے تھا۔ رات کو حضرت حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب آئے اور مہمانوں سے فرمایا آپ کے پاس کوئی وظیفہ یا نسخہ ہو جس سے امت کا نفع ہو تو ضرور بتائیں۔ ان مہمانوں میں ایک مولوی عبدالحمید صاحب ایرانی نے فرمایا کہ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر سات سو دفعہ آیت اَمَّنۡ یُّجِیۡبُ الۡمُضۡطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَ یَکۡشِفُ السُّوۡٓءَ (النمل 62) تک پڑھ کر اللہ پاک کو اس کی قدرتوں کا واسطہ دیکر دعا مانگے کہ اے اللہ تو نے اپنی قدرت سے حضرت ابراہیم علیہ السلام کی آگ میں حفاظت کی' اے اللہ تو تو وہ قادر ذات ہے کہ تو نے اپنی قدرت سے حضرت یونس علیہ السلام کو مچھلی کے پیٹ میں گلنے اور مرنے سے بچائے رکھا' اے میرے اللہ تو نے اپنی قدرت سے سردار الانبیاء کی غار ثور میں مکڑی کے جالے سے اور کبوتری کے انڈوں سے حفاظت کردی......اور بھی جو کائنات میں اللہ کی قدرتوں کا ظہور ہوا ہے کہ اے اللہ تو نے یہ کیا' تو نے یہ کیا......اے اللہ! میں تیرا عاجز اور ضعیف بندہ ہوں میں اس مشکل میں ہوں میرا یہ مسئلہ ہے......تو میری اس مشکل کو اور اس مسئلے کو حل کردے......مولوی صاحب نے یہ بھی فرمایا کہ اگر سات سو مرتبہ روزانہ نہ پڑھ سکے تو کم بھی کرسکتا ہے حتیٰ کہ سات مرتبہ روزانہ ہی پڑھ لے اور یہ کہے کہ اے اللہ میرے ضعف اور کمزوری کو تو بخوبی جانتا ہے میں سات سو مرتبہ نہیں پڑھ سکتا تو اسی تعداد پر ہی یہ کردے......انہوں نے مزید فرمایا کہ ایران میں ایک مؤذن کو ایک ایرانی ملنگ کے قتل کے جھوٹے الزام میں گرفتار کیا گیا تھا اور اسے ستر دن جیل میں رکھ کر اذیتیں دی گئیں' چالیس دن تک چھوٹی جیل میں رکھا گیا اور ایک ماہ بڑی جیل میں' اور پھر پھانسی کا حکم سنادیا۔ اس کو یہ ذکر دیا اور اس ذکر کی برکت سے اللہ رب العزت نے اس کی پھانسی کا حکم منسوخ کروادیا اور وہ باعزت بری ہوگیا۔ پھر مولوی صاحب نے فرمایا کہ میرا اپنا سالا (برادر نسبتی) مولوی عبدالرحیم کو ایران میں ایک جھوٹے مقدمے میں قید کرلیا تھا اسے ایک اور وظیفہ بتایا تھا جس کی برکت سے اللہ رحیم وکریم نے اس کی رہائی کروادی۔ یہ وظیفہ گوجرانوالہ کے ایک ساتھی کو جن کا ایک دوست قتل کے مقدمے میں قید کرلیا گیا تھا ان کو خواب میں حضرت خضر علیہ السلام نے بتایا تھا وظیفہ یہ ہے کہ گیارہ روز سے اکیس روز تک روزانہ اول و آخر درود شریف پڑھ کر دو ہزار مرتبہ وَلَقَدۡ فَتَنَّا سُلَیۡمٰنَ وَ اَلۡقَیۡنَا عَلٰی کُرۡسِیِّهٖ جَسَدًا ثُمَّ اَنَابَ (ص 34) پڑھ کر دعا مانگنی ہے۔ (نوٹ۔ اس آیت کے کرشمات علامہ لاہوتی پراسراری بھی اپنے تجربات میں بیان کرچکے ہیں)۔

اس کے بعد مولوی عبدالحمید صاحب ایرانی نے فرمایا کہ میرے پاس ناف کے ٹلنے کا ایک تیر بہدف عمل ہے جو مجھے شیخ سعید ایرانی سے ملا ہے اور وہ یہ ہے کہ جس کی ناف ٹل گئی ہو پہلے تو اس کو چت لٹا کر یہ تشخیص کی جائے کہ واقعی اس کی ناف ٹل گئی ہے یا کوئی اور معاملہ ہے اور اس کا طریقہ یہ ہے کہ ایک دھاگا یا کپڑا لے کر اس کا ایک سرا ناف پر رکھ دیا جائے اور پھر اس کے ساتھ ناف سے ایک پستان تک اور پھر ناف سے دوسرے پستان تک کا فاصلہ ناپا جائے اگر دونوں فاصلے برابر ہوں تو ناف نہیں ٹلی اور اگر دونوں فاصلوں میں فرق ہو تو ناف ٹل گئی ہے۔

اگر ناف ٹل گئی ہے تو اس کی ٹانگوں کے دائیں بائیں کھڑے ہوکر اپنے ہاتھ اس طرح جوڑلیں جیسے معافی مانگتے ہیں اور تین بار بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ پڑھ کر دونوں ہاتھوں کو دائیں بائیں جھٹکتے ہوئے ناف پر پھونک ماردیں اور اس عمل کو تین بار کریں انشاء اللہ ناف صحیح ہوجائیگی۔ پھر مولوی صاحب نے فرمایا کہ میرے پاس ایک عمل ''یرقان'' کا ہے اور وہ یہ ہے کہ یرقان کے مریض کے کان کی لو کو ہلکا سا زخمی کرکے خون نکالیں اور سرمے کی سلائی پر یہ خون لگا کر جس جانب کی لو کو چیرا دیا ہے اس سے مخالف جانب آنکھ میں تین سلائی یہ خون سرمے کی طرح لگادیں اور مریض کو چت لٹا کر اپنے دونوں انگوٹھوں سے مریض کے دونوں ابروؤں کے درمیان خوب زور سے دبائیں۔ انشاء اللہ یرقان جاتا رہے گا اور چھوٹے بچوں کیلئے پیاز پر اکیس مرتبہ سورۂ فاتحہ دم کرکے بچے کے گلے میں یرقان کیلئے ڈالا جائے۔

یقینی حل

مولانا وحید الدین خان

ڈرائیور نے جو بات سڑک پر حادثات سے بچنے کے بارے میں کہی وہی وسیع تر زندگی میں حادثات سے بچنے کے بارے میں بھی درست ہے

ایک ٹیکسی ڈرائیور نے اپنی 55 سالہ زندگی میں ایک بھی ایکسیڈنٹ نہیں کیا۔ ایک بار وہ محفوظ ڈرائیونگ پر لیکچر دیتے ہوئے بولا مجھے یہ بتانے میں ایک منٹ کا وقت بھی نہیں لگے گا کہ محفوظ ڈرائیونگ کس طرح کی جاتی ہے۔ اس کا طریقہ بہت آسان ہے۔ ڈرائیونگ کرتے وقت بس یہ بات ذہن میں رکھئے کہ آپ کے سوا دنیا کا ہر ڈرائیور پاگل ہے۔

مذکورہ ڈرائیور نے ایک لفظ میں زندگی کا راز بتادیا۔ اس کی مراد دوسرے لفظوں میں یہ ہے کہ آپ دوسروں سے کچھ امید نہ رکھیے' ساری ذمہ داری یک طرفہ طور پر خود قبول کیجئے اور اس کے بعد آپ یقینی طور پر ایکسیڈنٹ سے دوچار نہیں ہونگے۔

ڈرائیور نے جو بات سڑک پر حادثات سے بچنے کے بارے میں کہی یہ بات وسیع تر زندگی میں حادثات سے بچنے کے بارے میں بھی درست ہے۔ آپ اپنی زندگی میں یقینی طور پر سماجی حادثات سے بچ سکتے ہیں۔ شرط یہ ہے کہ آپ یکطرفہ طور پر اپنے آپ کو اس کا ذمہ دار بنالیں۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ موجودہ دنیا میں مسائل کا سب سے زیادہ یقینی حل وہی ہے جس پر مذکورہ ڈرائیور نے عمل کیا اور اپنی ڈرائیونگ کی طویل زندگی میں حادثات سے مکمل طور پر محفوظ رہا۔

ایک بار حیدرآباد سے محبوب نگر جاتے ہوئے خود میرے ساتھ ایک سبق آموز واقعہ پیش آیا۔ ہماری گاڑی تیزی سے سڑک پر دوڑ رہی تھی کہ اچانک ایک بیل سڑک پر آگیا جو صاحب کار کو چلارہے تھے انہوں نے فوراً بریک لگا کر گاڑی کو روکا اور ایک لمحہ رک کر اندازہ کیا کہ بیل کدھر جارہا ہے۔ بیل نے جب سڑک کا آدھے سے زیادہ حصہ پار کرلیا اور یہ واضح ہوگیا کہ وہ مشرق کی طرف جارہا ہے تو انہوں نے اپنی گاڑی مغرب کی طرف گھمائی اور بیل کے کنارے کی طرف سے راستہ نکال کر آگے کیلئے روانہ ہوگئے۔

زندگی کے مسائل ہمیشہ یکطرفہ کارروائی کے ذریعہ حل ہوتے ہیں جو لوگ دوطرفہ بنیاد پر مسئلہ کو حل کرنا چاہیں موجودہ دنیا میں ان کیلئے اس کے سوا کچھ اور مقدر نہیں کہ وہ بے فائدہ احتجاج کرتے رہیں اور اسی حال میں دنیا سے چلے جائیں۔

خورشید عالم، رحیم یار خان

شادی کے ابتدائی سال میں فیملی پلاننگ کے نقصانات

حمل کے لیے عورت کا ذہنی طور پر پُرسکون ہونا بہت ضروری ہوتا ہے۔ شادی کے ابتدائی سالوں میں فیملی پلاننگ کرنے سے بھی عورت بانجھ ہوسکتی ہے کیونکہ ایک مرتبہ سسٹم آف ہوجائے تو پھر آن نہیں ہوتا' اسی لیے شادی کے پہلے دو برسوں میں فیملی پلاننگ ہرگز نہیں کرنی چاہیے

شادی کے بعد ماں بننا عورت کی سب سے بڑی خواہش ہوتی ہے کیونکہ اس سے نہ صرف اس کی شخصیت کی تکمیل ہوتی ہے بلکہ سسرال اور سماج میں بھی بلند رتبہ عطا ہوتا ہے۔ اولاد کی صورت نسل پروان چڑھتی ہے' خاندان کو وارث اور والدین کو بڑھاپے کا سہارا نصیب ہوتا ہے' خوش قسمت ہوتے ہیں وہ افراد جنہیں خدا شادی کے کچھ عرصے بعد ہی اولاد کی نعمت سے سرفراز کرتا ہے لیکن جو شادی کے طویل عرصے بعد بھی ماں یا باپ بننے سے محروم رہیں ان کے دکھ' درد' غم اور خلش کا اندازہ کوئی دوسرا نہیں کرسکتا۔

لیکن ایسے شادی شدہ جوڑے جنہیں طبی نقطہ نظر سے تندرست قرار دیا جائے لیکن وہ پھر بھی اولاد کی نعمت سے محروم رہیں تو عجیب تذبذب کا شکار ہوجاتے ہیں۔ آج اس اشاعت میں بانجھ پن جیسے اہم ترین مرض کی وجوہ علامات اور اس کے نتیجے میں ہونے والے نفسیاتی عوارض اور طریقہ علاج ہی کا تفصیلی جائزہ پیش کیا جارہا ہے۔ یہ ضروری نہیں کہ صرف خواتین ہی بانجھ پن کا شکار ہوں۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق ایک تہائی کیسز میں بانجھ پن خواتین کی وجہ سے ہوتا ہے جب کہ دیگر ایک تہائی کیسز میں مرد بھی برابر کے ذمے دار ہوتے ہیں جبکہ کچھ جوڑوں میں دونوں میں خرابی ہوتی ہے۔ گزشتہ 20 برس کے دوران بانجھ پن کے کیسز میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہوا ہے اور اس کی بڑی وجہ ''خاندانی منصوبہ بندی'' کو قرار دیا گیا ہے۔ بے شمار جوڑے ایسے ہیں جن میں عورت کے حاملہ نہ ہونے کی ذمہ داری مردوں پر عائد ہوتی ہے۔ ریسرچ رپورٹ میں مردوں کے بانجھ پن کی مختلف وجوہ بیان کی گئی ہیں جن میں سے چند اہم ترین درج ذیل ہیں:۔

بعض ذہنی دباؤ ہارمونز کو غیر متوازن کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے اگر مرد ذہنی یا ڈیپریشن کا شکار ہو تو یہ اس کے اسپرم کی کارکردگی کو متاثر کرتا ہے۔ وٹامن سی کی زیادتی اور سیلینیم' زنک بھی بانجھ پن میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ مردوں میں باڈی ماس کی زیادتی بھی بانجھ پن کا سبب بنتی ہے۔ بعض امراض کی نوعیت ایسی ہوتی ہے جو جنسی کارکردگی بری طرح متاثر کرتے ہیں جیسے کینسر وغیرہ میں شعاعیں اور کیموتھراپی طریقہ علاج دونوں اسپرم کو متاثر کرتے ہیں اور اس کے خدوخال غیر متوازن کردیتے ہیں۔ اسی طرح الکوحل اور منشیات کا استعمال بھی مردوں کی زرخیزی کم کرتا ہے۔ خاص طور پر منشیات کا مسلسل استعمال مردوں کو بانجھ بنادیتا ہے۔ عمر کا زیادہ ہونا بھی بانجھ بنانے میں بنیادی کردار ادا کرتا ہے۔ بعض بڑے آپریشن اور امراض بھی ایسے ہیں ان میں شوگر' تھائی رائیڈ' ایچ آئی وی' ایبیما' جگر اور گردوں کا فیل ہونا شامل ہے۔

ماہرین کے مطابق 35 برس سے زائد عمر کے مردوں کے جنسی کارکردگی بتدریج کم ہوتی جاتی ہے۔ اسی طرح کوکین اور تمبا کو نوشی کرنے والے مردوں میں بھی کم تعداد میں اسپرم پیدا ہوتے ہیں۔ ریسرچ سے یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ کمپیوٹر کے سامنے زیادہ دیر بیٹھنے سے بھی اسپرمز کی تعداد کم ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے ایسے افراد کے ہاں اکثر لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں۔

مردوں کے ساتھ خواتین میں بھی بانجھ پن کی مختلف وجوہات ہیں جن میں سب سے بڑی وجہ فیلوپین ٹیوب کا بند ہونا ہے۔ بیضہ ریزی ہوتی ہی نہیں یا کبھی کبھار ہوتی ہے۔ وہ خواتین جن کوذیابیطس ہو ان میں بھی یہ مسئلہ ہوجاتا ہے۔

معروف گائنا کالوجسٹ ڈاکٹر غزالہ افتخار نے بانجھ پن کی وجوہ اور طریقہ علاج کے بارے میں گفتگو کرتے ہوئے بتایا کہ ''پاکستان میں 65 فیصد خواتین اور 45 فیصد سے زائد مرد بانجھ پن کا شکار ہیں۔ خواتین میں بانجھ پن کا تعلق بڑھتی عمر اور مختلف امراض سے ہوتا ہے۔ 40 برس کے بعد خواتین میں ماں بننے کے امکانات بہت کم ہوجاتے ہیں۔ علاوہ ازیں ٹی بی اور ذہنی دباؤ کی شکار خواتین بھی مشکل سے حاملہ ہوتی ہیں۔ اگر شادی کے ابتدائی چھ' سات ماہ تک حمل نہ ہو تو اس میں پریشانی کی بات نہیں لیکن ایک برس سے زائد عرصہ ہوجائے تو یہ قابل تشویش ہے اور ہمارے ہاں عام رویہ یہ ہے کہ حمل نہ ٹھہرنے کی صورت میں ہمیشہ خواتین ہی کا ڈاکٹروں سے چیک اپ کرایا جاتا ہے حالانکہ یہ سراسر غلط طرز عمل ہے۔ عورت میں حمل نہ ٹھہرے تو پہلے شوہر کا طبی معائنہ ہونا چاہیے ایسے مرد جن میں اسپرمز بنتے ہی نہ ہوں ان کا تو علاج ہی ممکن نہیں لیکن ایسے مرد جن کے اسپرمز تو بنتے ہیں مگر ان کی تعداد کم یا کمزور ہوتی ہے تو ان کا مرض قابل علاج ہے جبکہ خواتین کی اووری میں رسولیاں ہوں' انڈے نہ بن رہے ہوں' فیلوپین ٹیوب نہ ہو یا وہ موٹاپے کا شکار ہوں تو حمل نہیں ٹھہرتا۔ ہاں! اگر خواتین میں فیلوپین ٹیوب ہے لیکن مختلف وجوہ کی بنا پر بند ہے تو اس کے ٹیسٹ کیے جاسکتے ہیں علاج ممکن ہے۔ ٹیوب بند ہونے کی سب سے بڑی وجہ ڈیپریشن ہے اگر عورت مسلسل ذہنی تناؤ کا شکار ہے تو ٹیوب بند ہوجاتی ہے۔ حمل کے لیے عورت کا ذہنی طور پر پُرسکون ہونا بہت ضروری ہوتا ہے۔ شادی کے ابتدائی سالوں میں فیملی پلاننگ کرنے سے بھی عورت بانجھ ہوسکتی ہے کیونکہ ایک مرتبہ سسٹم آف ہوجائے تو پھر آن نہیں ہوتا' اسی لیے شادی کے پہلے دو برسوں میں فیملی پلاننگ ہرگز نہیں کرنی چاہیے۔''

اولاد سے محرومی کامیاب سے کامیاب ترین زندگی گزارنے والوں کے ازدواجی تعلقات میں بھی دراڑیں ڈال دیتی ہے اور اس سے زیادہ متاثر عورت ہی ہوتی ہے۔ بانجھ خواتین کے ساتھ سماج یا سسرال کا رویہ کیسا ہوتا ہے یہ بھی بڑی درد بھری داستان ہے۔

بانجھ پن کی شکار خواتین سماجی رویوں کے باعث مختلف نفسیاتی امراض کا شکار ہوجاتی ہیں۔ اس حوالے سے مختلف ماہرین نفسیات سے بھی گفتگو کی گئی۔ پاکستانی آبادی کی اچھی خاص تعداد اس مرض کا شکار ہورہی ہے اور ماہرین کے خیال میں تو خواتین اور مردوں میں اس کی شرح تقریباً برابر ہی ہے لیکن سسرال بیٹے کی بجائے عموماً بہو کو قصور وار ٹھہراتا ہے جس کے باعث عورت خود کو مجرم سمجھنے لگتی ہے اور شدید عدم تحفظ کا شکار ہوجاتی ہے۔

بانجھ پن کوئی ناقابل علاج مرض نہیں اگر ابتدائی سطح پر اس کا باقاعدہ علاج کرالیا جائے تو 80 فیصد جوڑے ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ ہمارے یہاں سماجی رویوں کے باعث مرد کی نسبت' عورت زیادہ اثر قبول کرتی ہے اور شدید ذہنی دباؤ کا شکار ہوجاتی ہے اور اسی ذہنی دباؤ کے باعث اسے حاملہ ہونے میں بھی دشواری کا سامنا کرنا پڑتا ہے نیز بانجھ پن سے بچنے کیلئے ضروری ہے کہ بچیوں کی جلد شادیاں کردی جائیں۔

نماز کے فائدے سائنس کی روشنی میں

راشد شمسی' لاہور

دوسری طرف دماغ سے ایک برقی رو ہاتھوں میں منتقل ہوجاتی ہے اور جب دوسرے جنریٹر نفس (زیر ناف) پر ہاتھ باندھتے ہیں تو ہاتھوں میں موجود کنڈنسر سے ذیلی جنریٹر میں بجلی کا ذخیرہ ہوجاتا ہے اور زیر ناف ہاتھ باندھنے کی وجہ سے جنسی نظام کو طاقت ملتی ہے۔

نماز اس مخصوص عبادت کا نام ہے جس میں بندہ کا اپنے خالق کے ساتھ براہ راست ایک رابطہ قائم ہوجاتا ہے اور بندہ کو ایک ایسی روحانی کیفیت سے آشنائی حاصل ہوتی ہے جس میں بندہ اپنی اور اپنے ماحول میں موجود ہر چیز کی نفی کرکے رب کریم کی حضوری حاصل کرتا ہے۔ حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ (مفہوم) آقائے دوجہاں صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا نمازی جب نماز میں مشغول ہوتا ہے تو اپنے رب سے سرگوشی کرتا ہے اس کو جاننا چاہیے کہ وہ کیا عرض معروض کررہا ہے۔

جدید سائنس پیراتائیکولوجی کی روشنی میں انسان گوشت پوست' خون اور ہڈیوں سے مرکب ایک پتلا نہیں بلکہ خاکی وجود کے اندر نوری جوہر بھی ہے اور یہی نوری جوہر ہی اصل ہے انسان کے اندر تین جنریٹر کام کررہے ہیں۔ انسان جب نیت باندھنے کیلئے دونوں ہاتھ اٹھا کر کانوں کی جڑوں پر انگوٹھے لگاتا ہے تو ایک خاص برقی رو کان کی جڑ میں موجود باریک رگ کو اپنا کنڈنسر بنا کر دماغ کی طرف جاتی ہے اور ان خلیوں کو چارج کرتی ہے جن کو شعور نظر انداز کررہا تھا اور جب یہ خلیے چارج ہوتے ہیں تو دماغ میں ایک روشنی کا جھماکا ہوتا ہے اور تمام اعصاب اس جھماکے سے متاثر ہوکر دماغ کے اس خاص حصے کی طرف متوجہ ہوجاتے ہیں جن میں روحانی صلاحیتیں مخفی ہیں۔

دوسری طرف دماغ سے ایک برقی رو ہاتھوں میں منتقل ہوجاتی ہے اور جب دوسرے جنریٹر نفس (زیر ناف) پر ہاتھ باندھتے ہیں تو ہاتھوں میں موجود کنڈنسر سے ذیلی جنریٹر میں بجلی کا ذخیرہ ہوجاتا ہے اور زیر ناف ہاتھ باندھنے کی وجہ سے جنسی نظام کو طاقت ملتی ہے۔

خواتین جب نماز میں سینہ پر ہاتھ باندھتی ہیں تو تیسرا جنریٹر قلب کی طاقت و حرارت اور کرنٹ ہاتھوں میں موجود کنڈنسر میں موجود برقی رو ایک خاص صحت بخش لہروں کو وجود ملتا ہے جو کہ خواتین کے وہ خاص غدود جو کہ سینے میں رب کریم نے پیدا کیے ہیں جن پر نوزائیدہ بچوں کی غذا کا دارو مدار ہے۔ نماز پڑھنے والے مرد و خواتین کے بچوں کے اندر براہ راست انوارات منتقل ہوتے ہیں اور جس کی وجہ سے بچوں میں رضا و تسلیم کی کیفیت' خوش رہنے کی عادت' سمجھ بوجھ' تفکر و تدبر کی صلاحیتیں بیدار ہوجاتی ہیں۔

جب پیراسائیکولوجی نے یہ بات ثابت کی ہے کہ دماغی خلیوں اور برقی رو سے تمام اعصاب کا خاص تعلق ہے ان کے اثرات تمام اعصاب پر پڑتے ہیں' یہ برقی رو دماغی خلیوں سے باہر سرائیت کرتی ہے تو سینس جنم لیتی ہے جن میں دیکھنے' سونگھنے' چکھنے' چھونے کی حس شامل ہے جب یہ برقی رو دماغ سے چل کر ریڑھ کی ہڈی کے حرام مغز سے گزرتی ہوئی کمر کے آخری حصے میں داخل ہوتی ہے تو پورے اعصاب میں منقسم ہوکر حواس بنتے ہیں۔ نمازی جب رکوع میں جھکتا ہے تو سینس بنانے کا فارمولہ الٹ جاتا ہے یعنی حواس براہ راست ماسٹر مائنڈ کے تابع ہوجاتے ہیں دماغ یک سو ہوکر ایک نقطہ پر اپنی لہریں منعکس کرتا ہے حالت رکوع میں یک سوئی کیلئے پاؤں کے انگوٹھوں پر توجہ سے دیکھنے کا فائدہ ہوتا ہے کہ روح یہیں سے نکالنی شروع کی جائے گی۔

رکوع سے واپسی پر جب بندہ قیام کی طرف لوٹتا ہے تو دماغ کے اندر کی روشنیاں دوبارہ اعصاب میں تقسیم ہوتی ہیں اور انسان سراپا نور بن جاتا ہے۔ سورۂ نور میں آیت 35 میں اس بات کو رب کریم نے مثال دے کر سمجھایا ہے۔ جدید سائنس کی روشنی میں انسان جب رکوع میں ہاتھوں کی انگلیوں سے گھٹنوں کو پکڑتا ہے تو انگلیوں کے اندر برقی رو گھٹنوں میں جذب ہوتی ہے جس سے گھٹنوں کے اندر صحت مند لعاب برقرار رہتا ہے جو جوڑوں کی تکلیف سے نجات کا سبب بنتا ہے۔ جب نمازی اپنی پیشانی صرف اللہ کیلئے زمین پر رکھ دیتا ہے اور تصور یہ ہو کر رب کریم کے قدموں پر سر رکھ دیا یہ وہ وقت ہوتا ہے جب تمام کائنات کی ہر شے اس کے سامنے جھک جاتی ہے یہ ہے اشرف المخلوقات کی شان۔ روشنی کی رفتار ایک لاکھ چھیاسی ہزار میل فی سیکنڈ ہے اور زمین کے گرد ایک سیکنڈ میں روشنی آٹھ بار چکر لگاتی ہے جب نمازی حالت سجدہ میں ہوتا ہے تو نمازی کے دماغ کی لہریں بھی زمین کے گرد سفر کرتی ایک لاکھ چھیاسی ہزار میل فی سیکنڈ کی رفتار سے کام کرتی ہیں اور پھر دماغ کے اندر خیالات پیدا کرنے والی بجلی براہ راست زمین میں جذب ہوتی ہے اور بندہ لاشعوری طور پر کشش ثقل سے آزاد ہوجاتا ہے اور اس کا تعلق براہ راست رب کائنات سے ہوجاتا ہے۔

روحانی کیفیت

پوشیدہ

کبھی دنیا بے معنی لگتی ہے' کبھی اس کی اہمیت کا احساس ہوتا ہے' بہت سی چیزوں سے پریشان ہوں مگر دل میں سکون بہت ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے ہر ماہ اپنے احوال سے آگاہ کرنے کیلئے کہا ہے لیکن مجھے اپنے بارے میں لکھنا بہت مشکل لگتا ہے' جب سے آپ سے تعلق قائم ہوا ہے اس وقت سے پوری کوشش کی ہے کہ نمازوں کو پورے وقت پر ادا کرنا چاہیے' اشراق اور چاشت تو میں پہلے ہی پڑھتی تھی' تہجد اور مغرب کے نوافل ادا کرنے میں مشکل ہوتی ہے لیکن پھر بھی میں لازمی پڑھنے کی کوشش کرتی ہوں اور تہجد کے بعد اللہ سے باتیں کرنے کا بہت مزہ آتا ہے' میرے میاں مجھے درس پر لانے کیلئے بھی تیار ہیں۔ آپ نے سورۂ کوثر پڑھنے کیلئے دی تھی وہ ابھی تک 3 لاکھ ہوئی ہے جس کی وجہ سے کاروبار میں کافی برکت ہے۔ اللہ سے ہر وقت دعا کرتی رہتی ہوں کہ یااللہ مجھے زیادہ سے زیادہ اعمال کرنے کی توفیق عطا فرما اور روحانی محفل کے نوافل بھی ادا کرتی ہوں' دنیا کی ہر بات حیران کرتی ہے' دنیا بے معنی لگتی ہے' بہت سی چیزوں سے پریشان ہوں مگر دل میں سکون بہت ہے۔ کچھ نہ ہوتے ہوئے بھی یقین ہے آپ کے بہت سارے عمل جیسے انمول خزانہ ''اللہ تیرا شکر ہے......!!! اللہ تیرا احسان ہے......!!!'' اللہ میں بے بس ہوں اور تو بے بس نہیں اور صبح شام کی تسبیحات جو کہ آپ نے بیعت شدہ لوگوں کو دی ہیں وہ بھی پڑھتی ہوں اور کبھی بھی ناغہ نہیں ہوا۔

کبھی کبھی ایسا ہوتا ہے کہ بعض اوقات اللہ بات میرے منہ سے نکلنے سے پہلے وہ پوری کردیتا ہے۔ **محترم حکیم صاحب میرا نام شائع مت کیجئے گا۔**

ایک اللہ والے کی نصیحت

میں نے جینے کا گُر بطخ سے سیکھا کہ تیرتی تو پانی میں ہے مگر ڈوبتی نہیں' اپنے اس عمل سے گویا یہ سبق دیتی ہے کہ دنیا میں رہتے ہوئے اس سے بقدر ضرورت نفع اٹھانا ہے' جس طرح ایک بطخ بقدر ضرورت پانی میں چونچ مار کر شکار پکڑ کر کھالیتی ہے۔ پھر جب یہ بطخ پانی سے باہر نکلتی ہے تو بدن پر لگا تمام پانی جھاڑ دیتی ہے اسی طرح جب ہم اس دنیا سے جائیں تو حقوق اللہ کی ادائیگی کی ہر ممکن کوشش کرتے ہوئے اور حقوق العباد اور گناہوں کے بوجھ سے اپنے آپ کو جھاڑ کر جائیں۔ **(فرزانہ صغیر)**

ثانیہ ثاقب‘ لاہور

رب کریم کے واسطے طلاق میں جلدی نہ کریں

لڑکا ہو یا لڑکی ان کا اخلاق و کردار جتنا اچھا ہوگا ان کی ازدواجی زندگی اتنی خوشگوار اور سکون و راحت کا باعث ہوگی چاہے وہ معاشی طور پر کمزور ہوں‘ ظاہری طور پر خوبصورت نہ ہوں یا اونچے خاندان یا قبیلے سے ان کا تعلق نہ ہو۔

مجھے تم سے محبت ہے......

اتنی سی بات کہنے کو لگے بارہ برس مجھ کو

منیر نیازی نے اپنے اندر کی سادہ لوحی اور پیار کی ایک خواہش کو اتنی سادگی سے بیان کر دیا اور یہ بات اس وقت اور شدت سے یاد آتی ہے جب ہم ایک واقف کار خاتون کی روئیداد سنتے ہیں وہ کس قدر بے چارگی سے بتا رہی تھیں کہ اپنی عمر کے سنہرے دور کے 45 برس جس شخص کے گھر کو اصل معنوں میں گھر بنانے میں لگانے کے بعد صرف تین سیکنڈ میں اس نے تین حرفوں میں اسے اپنی زندگی سے خارج کر دیا اور طلاق کے لفظ کہتے وقت اسے تین شادی شدہ بچیوں اور دو بچوں کے کنبوں کا خیال نہیں آیا۔ جس عمر میں مزاج میں ٹھہراؤ‘ غصہ میں کمی‘ برداشت اور حوصلہ کی اضافی صلاحیت‘ شخصیت کو منظم کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے اگر اس وقت جذباتی پن کا مظاہرہ کیا جائے تو یہ غلطی خاندان کے کئی افراد کو بھگتنی پڑتی ہے۔

ہمارے یہاں متوسط طبقوں میں کئی نوبیاہتا دلہنوں سے پہلے بچے کی خوشخبری کی آس شادی کے دوسرے مہینے ہی لگا لی جاتی ہے انہیں وقت نہیں دیا جاتا اور خاندان کی عورتیں دلہن سے سوال کرنے نہیں تھکتیں اور دلہن احساس محرومیت اور عدم تحفظ کا شکار نظر آنے لگتی ہے۔ کئی خواتین بچوں کی پیدائش کو دلہن کے مبارک قدموں سے تعبیر کرنے لگتی ہیں جو دلہنیں شادی کے چھ ماہ کے اندر اندر ماں بننے کی خوشخبری سنا دیں تو وہ بہت بھاگوان سمجھی جاتی ہیں اور اگر کہیں سال بھر سے زیادہ کا عرصہ بیت جائے تو...... بیٹے اور بھائی ہی کو نہیں اس خاتون کو بھی شک و شبہ سے دیکھا جاتا ہے اور لوگ حالات کی نزاکت کو سمجھنے کی کوشش نہیں کرتے‘ مسلسل دباؤ کا شکار ہونے سے بچنے کیلئے نوبیاہتا لڑکیوں کی خواہش ہوتی ہے کہ فوراً اولاد ہو جائے کیونکہ سسرال میں صرف اولاد کی کڑی مضبوط بندھن میں باندھے رکھ سکتی ہے جب گھر کی بڑی بوڑھی خواتین کی سوچ ایسی تنگ نظری اور بے انصافی پر مبنی ہو اور وہ انتقامی جذبے کے تحت کمزور بہو یا بھابی پر ظلم کرنے کو تیار بیٹھی ہوں تو ایسے میں اولاد کا ہتھیار آزمانا مجبوری ہو جاتی ہے۔ ایسی ہی ایک خاتون نے 45 برس تک بچوں کی پرورش کی ان کی تعلیم‘ صحت‘ آرام اور آسائشوں کا خیال رکھا‘ اینٹ گارے‘ پتھروں کے مکان کو گھر بنایا اور نانی دادی بن کر طلاق کا پرزا لیکر اسی گھر کی دہلیز پار کرنے پر مجبور کر دی گئی۔

کسی سیانے نے کیا خوب بات کہی تھی کہ میاں اور بیوی کا رشتہ کمزور دھجی نہیں ہوتا لیکن اگر ایسا ہو جائے تو صحیح طریقہ یہ ہے کہ ایک طلاق کے بعد ایک مخصوص وقت کا انتظار کیا جائے اس دوران دونوں فریقین تحمل و برداشت اور دور اندیشی سے کام لیں اور ایک دوسرے کو دل سے معاف کر دیں اور رجوع کر لیں یعنی نباہ ہو جائے اس عمل کو اللہ تبارک و تعالیٰ پسند فرماتے ہیں اور دوسرے طہر یعنی انتظار کی مہلت کے دوران اگر نباہ نہ ہو رہا ہو تو طلاق کے الفاظ استعمال کرنے سے دوسری طلاق ہو جاتی ہے اس صورت میں دوبارہ نکاح ہو سکتا ہے لیکن اگر تیسری مہلت میں بھی نباہ کی صورت نہ نکل رہی ہو تو تیسری طلاق کے بعد مرد اور عورت ایک دوسرے کیلئے اجنبی ہو جاتے ہیں۔ طلاق کے بعد عدت کی عمر گزارنی ضروری۔ اس دوران نامحرموں سے مکمل پردہ بھی ضروری ہے اور نان و نفقہ کی ادائیگی سابقہ شوہر کی ذمہ داری ہوتی ہے۔ ایک ہی وقت میں تین طلاق دینا ناپسندیدہ عمل بھی قرار دیا گیا کاش ہم اسلام اور اس کی حدود کو سمجھنے کی کوشش کر لیں۔ طلاق دینے والا گنہگار رہتا ہے۔۔

ہر مرد اور عورت کی خواہش ہوتی ہے کہ اس کی ازدواجی زندگی خوشگوار اور ہر قسم کے اختلاف و تنازعہ سے پاک ہو۔ ظاہر ہے کہ اس کی خواہش کی تکمیل اسی وقت ہو سکتی ہے جب اس کی بنیاد بھی پائیدار ہو۔ خوبصورتی عارضی ہو سکتی ہے مال و دولت بھی ختم ہونے والی چیز ہے جبکہ اخلاق و کردار‘ فکر و مزاج کی پائیداری اور خوشگوار تعلقات ایسی صفات ہیں جو یادگار ہوتی ہیں اور باقی رہتی ہیں۔ لڑکا ہو یا لڑکی ان کا اخلاق و کردار جتنا اچھا ہوگا ان کی ازدواجی زندگی اتنی خوشگوار اور سکون و راحت کا باعث ہوگی چاہے وہ معاشی طور پر کمزور ہوں‘ ظاہری طور پر خوبصورت نہ ہوں یا اونچے خاندان یا قبیلے سے ان کا تعلق نہ ہو۔ حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد مبارک ہے ’’عورت سے نکاح چار چیزوں کی بنیاد پر کیا جاتا ہے اس کے مال و حسب نسب‘ خوبصورتی اور اس کے اخلاق کی وجہ سے تو تم دینداری کو ترجیح دو۔‘‘ لڑکی والوں کیلئے ہدایت کی گئی کہ ’’جب تم کو ایسا کوئی آدمی شادی کا پیغام دے جس کے دین و اخلاق قابل اطمینان ہوں تو اسے قبول کر لو ورنہ زمین میں فتنہ فساد پھیلنے کا اندیشہ ہے۔ (ترمذی)

عورت کے بغیر گھر کا تصور نہیں کیا جا سکتا اور ایک پرسکون و پرمسرت گھر بسانے کیلئے عورت کے تعاون اور صحیح رویئے کی ضرورت ہوتی ہے اگر عورت اپنے رویے اور عمل سے اپنے شوہر کا دل نہ جیت سکے تو وہ گھر تناؤ‘ الجھن اور باہمی اختلاف اور نفرت کی آماجگاہ بن جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے صالح عورتوں کی صفات بیان کرتے ہوئے فرمایا ’’جو صالح عورتیں ہیں وہ اطاعت شعار ہوتی ہیں اور مردوں کے پیچھے اللہ کی حفاظت میں ان کے حقوق کی نگرانی کرتی ہیں۔‘‘ (النساء 34)

اللہ تعالیٰ نے شوہر کی ذمہ داریاں بھی بتائی ہیں کہ وہ بیوی کے لیے نان و نفقہ کا انتظام کرے اور اسے علیحدہ گھر بھی دے۔ جب دونوں یا کوئی ایک اپنی ضد ہٹ دھرمی اور خود پرستی میں مبتلا ہو جائے تو بات طلاق یا خلع تک جا پہنچتی ہے۔ ایسے مواقع پر شوہر اور بیوی کو بذات خود کوئی فیصلہ کرنے کی بجائے خاندان کے بزرگوں کی رہنمائی حاصل کرنی چاہیے اور ان کے مشوروں سے باہمی صلح کی کوشش کرنی چاہیے۔ حتیٰ الامکان یہی کوشش ہونی چاہیے کہ عدالت اور پولیس وغیرہ سے رجوع نہ کرنا پڑے۔

کلونجی مونگ سوپ اور اس کے فوائد

اجزاء: ایک کپ دال مونگ‘ 8 کپ پانی‘ چوتھائی چائے کا چمچ نرکچور کا پاؤڈر‘ نمک ایک چائے کا چمچ‘ پسی ہوئی کلونجی ایک چائے کا چمچ‘ تازہ ادرک کوٹی ہوئی ایک چمچ‘ سورج مکھی کا تیل ایک چمچ‘ باریک کٹا ہوا دھنیا سبز ایک چمچ‘ کالا زیرہ پسا ہوا آدھا چمچ۔ **بنانے کا طریقہ:** مونگ کی دال پانی میں بھگو کر رکھیں۔ اس پانی میں نرکچور ملا کر 30 منٹ ہلکی آگ پر گرم کریں۔ پھر اتار کر دھنیا کے علاوہ باقی تمام اشیاء ملا دیں پھر 15 منٹ گرم کریں‘ برتن میں ڈال کر اس پر کٹا ہوا باریک دھنیا ڈال دیں۔ **فوائد:** یہ سوپ توانائی بخش ہے‘ اس سوپ کا استعمال پیٹ میں گیس بننے کے عمل کو روکتا ہے‘ مقوی دل و دماغ ہے۔ **(حکیم ریاض حسین‘ مکڑوال میانوالی)**

ہر مشکل اور حاجت کیلئے یَالَطِیْفُ پڑھیں

اس اسم کے ذکر کی برکت سے رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔ فقروفاقہ دور ہوتا ہے۔ اگر کسی کا روزگار نہ ہوتو اسے روزگار مل جاتا ہے۔ ملازمت نہ ملتی ہوتو ملازمت مل جاتی ہے اور آمدنی کم ہو تو اس سے اضافہ ہوجاتا ہے۔

اللہ لطیف ہے کیونکہ وہ اپنے بندوں پر مہربانی کرتا ہے ان سے نرمی سے پیش آتا ہے۔ اس کے لطف و کرم کا کیا کہنا اس نے حکیموں کو حکمت سے علماء کو علم سے نوازا‘ سالکوں کو شوق دیا‘ اولیاء کو ولایت سے سرفراز کیا۔ انبیاء کو نبوت سے سرفراز فرمایا۔ اہل تقویٰ کو بصیرت عطا فرمائی اہل عقل کو شعور دیا یعنی جو جس کے قابل تھا اسے اسی قسم کی رحمت سے نواز دیا۔ اس کے علاوہ لطیف کا مطلب اتنی باریک چیز ہوتی ہے کہ جو محسوس کی جاسکے لیکن پکڑی نہ جاسکے۔ ان معنوں کے لحاظ سے بھی اللہ لطیف ہے کیونکہ وہ آنکھ سے نظر نہیں آتا اور نہ ہاتھ سے چھوا جاتا ہے۔ جیسے پھول کی خوشبو محسوس تو ہوتی ہے لیکن پکڑی نہیں جاتی۔ جسم کا سانس محسوس تو کیا جاسکتا ہے لیکن دیکھا نہیں جاتا اور نہ ہی ہاتھ سے چھوا جاتا ہے۔ اس لیے اللہ اتنا لطیف ہے کہ جسم اور کون ومکاں سے منزہ ہے۔ اس کی نہ حد ہے نہ انتہا اور نہ ہی ہماری عقل اس کا ادراک کرسکتی ہے۔ مگر جو اسے اس اسم سے پکارتا ہے اللہ اس پر اپنی لطافت کے راز عیاں کرتا ہے۔ یہ اسم جمالی ہے اور اس کے اعداد 129 ہیں۔ اس کے فوائد حسب ذیل ہیں۔

حسب منشا شادی

یہ اسم اچھی شادی کے لیے بہت مجرب ہے۔ اچھا رشتہ ملنا خوش بختی کی دلیل ہے کیونکہ بے شمار لوگ شادی کے مسئلے میں پریشان ہوتے ہیں۔ اس پریشانی کا حل یہ ہے کہ یَالَطِیْفُ کو 40 دن تک روزانہ 12 ہزار 900 مرتبہ پڑھیں۔ انشاء اللہ منشا کے مطابق رشتہ مل جائے گا اور شادی میں سکون ملے گا اور میاں بیوی کا نباہ بڑے احسن طریقے سے ہوگا۔

ہر حاجت اور مشکل کا حل

یہ اسم مشکل کشائی کیلئے بہت موثر ہے۔ لہٰذا جو شخص اس اسم کو روزانہ 129 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے تو انشاء اللہ اس کا ہر جائز کام اس اسم کی برکت سے ہوجائے گا اور اگر ہر نماز کے بعد اسے 129 مرتبہ پڑھا جائے تو اس کے اثرات اور تیز ہوجائیں گے۔ انشا اللہ دین و دنیا کی ہر حاجت پوری ہوگی۔ اولیاء کرام اور بزرگان دین نے اس اسم کی بہت تعریف کی ہے۔

مفلسی اور بیروزگاری کا حل

اس اسم کے ذکر کی برکت سے رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔ فقروفاقہ دور ہوتا ہے۔ اگر کسی کا روزگار نہ ہوتو اسے روزگار مل جاتا ہے۔ ملازمت نہ ملتی ہوتو ملازمت مل جاتی ہے اور آمدنی کم ہوتو اس سے اضافہ ہوجاتا ہے۔ ان مقاصد کیلئے 16 ہزار 641 مرتبہ روزانہ اس اسم کو پڑھیں اور 40 دن تک اس عمل کو کریں تو انشا اللہ مندرجہ بالا مقاصد بہت جلد حل ہوں گے۔

لاعلاج بیماری کا حل

ایسی لاعلاج بیماری جو انسان کا پیچھا نہ چھوڑتی ہو اس میں اس اسم کو گیارہ روز تک روزانہ گیارہ ہزار مرتبہ پڑھیں اور پانی دم کر کے مریض کو روزانہ پلائیں۔ انشاء اللہ مریض کے شفایاب ہونے کا کوئی ذریعہ بن جائے گا۔ ایک اور عامل کے قول کے مطابق اگر کوئی بیمار اسے تین سو مرتبہ روزانہ اکیس دن تک پڑھے انشاء اللہ تندرست ہوگا۔

ہوشیار رہیں......!

بارہا یہ شکایات موصول ہورہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org_facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042)-37552384, 37597605۔ **نوٹ:** عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

ولایت کے مختلف لباس

سمیع اللہ، کراچی

فرمایا ''تمہیں پانی پلانا تو آتا نہیں تم بادشاہت کیسے کرتے ہوگے؟ ہٹو یہاں سے'' اپنے خادم خاص کو حکم دیا کہ وہی پانی پلائیگا

حضرت مظہر جان جاناں رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نقشبندیہ کے اکابر اولیاء میں سے ہیں لیکن بادشاہوں کی وہ شان نہیں ہوتی تھی جو ان کی تھی۔ مسند الگ تھی‘ صفائی ستھرائی الگ‘ خدام الگ کھڑے ہوتے تھے‘ دروازے کے اوپر دربان الگ موجود ہوتے تھے اور صفائی کا یہ عالم کہ اگر ایک تنکا بھی سامنے پڑا ہوا ہوتا تھا تو سر میں درد شروع ہوجاتا تھا۔ فرماتے تھے کہ ''کوڑا کباڑ گھر میں بھر رکھا ہے''، بہت نزاکت تھی۔

بادشاہ وقت نے ملنے کی آرزو کی بہت چاہا کہ مجھے اجازت مل جائے مگر اجازت نہیں ملی‘ آخر حضرت مرزا صاحب کے خادم خاص کو اپنے پاس بلایا اور کہا کہ تو ان کے دل میں گھر کیے ہوئے ہے تو میرے لیے پانچ منٹ کی اجازت لے لے۔ اس نے کچھ اتار چڑھاؤ کر کے حضرت رحمۃ اللہ علیہ سے عرض کی تو پانچ منٹ کی اجازت مل گئی کہ بادشاہ آسکتا ہے‘ بادشاہ آیا‘ بہت ادب کے ساتھ دو زانو ہوکر ایک طرف بیٹھ گئے‘ حضرت مظہر صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے کچھ نصائح فرمائیں۔ اس دوران میں حضرت مظہر صاحب رحمۃ اللہ علیہ کو پیاس لگی تو خادم کو پانی پلانے کیلئے اشارہ کیا۔ بادشاہ نے سمجھ لیا کہ پانی چاہتے ہیں تو کھڑے ہوکر ہاتھ جوڑ کر عرض کیا اگر مجھے اجازت ہو؟ اجازت ہوگئی کہ اچھا تم پانی پلاؤ تو بادشاہ پانی لینے گئے تو گھڑے کے اوپر جو بڈولی ڈھکی ہوئی تھی پانی لے کر جو اسے رکھا تو وہ کچھ ٹیڑھی رکھی گئی بس مزاج میں تغیر پیدا ہوگیا۔ فرمایا ''تمہیں پانی پلانا تو آتا نہیں تم بادشاہت کیسے کرتے ہوگے؟ ہٹو یہاں سے'' اپنے خادم خاص کو حکم دیا کہ وہی پانی پلائے گا۔ اس شان کے بھی بزرگ گزرے ہیں ان کی ولایت میں کوئی کمی نہیں ولی کامل ہیں‘ ان کی نسبت و تصرف اور تربیت سے ہزاروں اولیاء بن گئے اور ایک شان حضرت شاہ غلام علی صاحب رحمۃ اللہ علیہ کی ہے۔ شاہ غلام علی رحمۃ اللہ علیہ کا یہ حال تھا کہ نہ گھر‘ نہ در‘ نہ کپڑا‘ نہ لٹھا...... زہد و قناعت اور فقروفاقے اور اس پر مہمانوں کی یہ کثرت کہ تین تین سو چار چار سو مہمان ہر وقت ان کے دسترخوان پر ہوتے تھے لیکن ظاہر میں ذریعہ معاش کچھ نہیں......

ریاست ٹونک کے نواب‘ نواب میر خان‘ (باقی صفحہ 46 پر)

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

عجیب حالت | سکون سے محروم | صحت اچھی نہیں | رشتے آنے بند ہو گئے | سکون سے محروم

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

عجیب حالت

میری بڑی بہن عرصہ دس سال سے عجیب حالت میں ہیں، وہ لوگوں سے دور رہتی ہیں، حتیٰ کہ دوسری بہنوں سے بھی بات نہیں کرتیں۔ صرف والدہ سے بات چیت کر لیتی ہیں۔ اگر کوئی بات ناگوار ہو تو بہت چیختی ہیں۔ برا بھلا کہتی ہیں، والدہ کو گھنٹوں اپنے پاس بٹھا لیتی ہیں۔ دو تین روز بعد بمشکل غسل کرتی ہیں۔ لوگوں کو گھر میں آنے سے روک دیتی ہیں، کہتی ہیں کہ انہیں رنگین روشنیاں اور سائے دکھائی دیتے ہیں۔ کوئی قریب آ کر بیٹھ جائے تو خود کو ناپاک تصور کرتی ہیں۔ والدین بھی آپس میں لڑ پڑتے ہیں۔ غرض گھر کا ماحول انتہائی بے سکون اور کشیدہ ہے۔ **(میمونہ، کراچی)**

جواب: آپ کی بہن ذہنی عدم توازن کا شکار ہیں۔ اس کی نوعیت اور شدت کے تعین اور احتیاطی تدابیر کیلئے بہترین راستہ یہ ہے کہ کسی نفسیاتی معالج سے معائنہ کرائیں تاکہ اسباب وعوامل کو سامنے رکھتے ہوئے طریقہ علاج تجویز کیا جائے۔ اس کے ساتھ ساتھ روزانہ صبح سورۂ حشر کی آیت 22 اور 23 گیارہ بار اور شام یا رات کو سورۂ ھود کی آیت 57 گیارہ بار پانی پر یا کسی بھی مشروب پر دم کر کے بہن کو پلائیں۔

صحت اچھی نہیں

میری بیٹی کی صحت اچھی نہیں ہے۔ عمر بارہ سال سے زائد ہے۔ کھانا بھی کم کھاتی ہے۔ خون کی کمی کا شکار ہے۔ پڑھنے لکھنے میں بھی تیز نہیں ہے۔ نظریں بھی کمزور ہو گئی ہیں۔ **(سویرا، راولپنڈی)**

جواب: اس طرح کی علامات کی کئی وجوہات ہوسکتی ہیں۔ پہلے مرحلے میں ضروری ہے کہ بیٹی کا طبی معائنہ کرائیں تاکہ ان باتوں کی درست تشخیص ہو۔ آپ نے خط میں ایسی کسی بات کا تذکرہ نہیں کیا ہے لہٰذا علاج اور متوازن غذا سب سے زیادہ ضروری ہے۔ صبح وشام پانی پر سورۂ کہف کی آیت 109 اکیس اکیس بار دم کر کے پلائیں۔

سنجیدہ دکھائی نہیں دیتے

شادی کو پانچ سال ہو گئے ہیں۔ ہمارے دو بچے ہیں۔ شوہر کسی ایک جگہ مستقل مزاجی سے لگ کر کام نہیں کرتے۔ بہت سی نوکریاں تبدیل کر چکے ہیں۔ گزشتہ چھ ماہ سے تو گھر بیٹھ گئے ہیں۔ ہر بار کوئی نہ کوئی بات بنا کر نوکری کو خیر باد کہہ دیتے ہیں۔ رات بھر ٹی وی دیکھتے ہیں اور صبح دیر تک سوتے ہیں۔ اگر نوکری کیلئے کہا جائے تو برا منا کر لڑنے لگتے ہیں۔ میرے میکے والے گھر کا خرچ پورا کر رہے ہیں بعض لوگوں نے ایک دو جگہ ملازمت کیلئے بات کر لی لیکن یہ مختلف اعتراضات کر کے وہاں نہیں گئے اس لیے لوگوں نے بھی دلچسپی لینا ترک کر دی ہے۔ وہ خود بھی نوکری تلاش کرنے میں قطعی سنجیدہ دکھائی نہیں دیتے۔ **(ن۔و۔ملتان)**

جواب: مخصوص وجوہات کی وجہ سے بعض لوگوں میں یہ افتاد طبع پیدا ہو جاتی ہے کہ وہ مستقل مزاجی اور استقامت سے کوئی کام نہیں کر سکتے۔ محنت سے جی چرانا ان کی عادت بن جاتا ہے وہ اس کمزوری کو از خود دور کرنے میں بھی کوئی دلچسپی نہیں دکھاتے۔ خاندان یا گھر کے بڑے اور بااثر افراد کو چاہیے کہ ایسے افراد سے بات چیت کر کے حکیمانہ انداز سے کوئی راستہ ایسا نکالیں کہ یہ لوگ کسی نہ کسی طور محنت و مستقل مزاجی کے دائرے میں قدم رکھیں۔ اس کے ساتھ ساتھ یہ عمل کریں کہ روزانہ کسی بھی وقت صبح وشام پانی پر سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 117 گیارہ بار دم کر کے شوہر کر پلائیں۔ ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ جب شوہر سو جائیں تو آنکھیں بند کر کے آیت مذکورہ گیارہ بار پڑھ کر ان کی شکل کا تصور کر کے دم کر دیں۔ کئی ماہ یہ عمل جاری رکھا جائے۔

خود کو خطاوار سمجھنے لگا ہوں

معاشی حالات خراب سے خراب تر ہوتے جا رہے ہیں۔ بمشکل گزارا ہو رہا ہے۔ قرض خواہ مسلسل اصرار کر رہے ہیں کہ جلد ان کی رقم واپس کر دی جائے۔ والدہ کی بیماری پر الگ اخراجات بڑھتے جا رہے ہیں۔ کام بہت کم رہ گیا ہے۔ کوشش کے باوجود حالات ساتھ دیتے دکھائی نہیں دیتے۔ میں نے لوگوں سے ملنا جلنا بہت کم کر دیا ہے۔ شرم کی وجہ سے لوگوں سے نظریں نہیں ملاتا۔ خود کو خطاوار سمجھنے لگا ہوں۔ ذرا امید بندھتی ہے لیکن پھر ٹوٹ جاتی ہے۔ رات سوتے میں طرح طرح کے خواب دیکھتا ہوں۔ منتشر اور بے ربط باتیں دیکھنے کی وجہ سے صبح بیدار ہونے کے بعد ذہن تھکا ہوا اور جسم نڈھال محسوس ہوتا ہے۔ **(قاضی باسط، لاہور)**

جواب: محنت جاری رکھیں، نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد سورۂ شوریٰ کی آیت 19 اکتالیس بار پڑھ کر بارگاہ الٰہی سے دعا کیا کریں۔ رات سونے سے پہلے ایک سو ایک بار یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ پڑھ کر دعا کریں۔ جس قدر بھی استطاعت ہو اس کے مطابق ضرورت مند افراد کی پابندی سے مالی مدد بھی کیا کریں۔ انشاء اللہ معاشی فراخی ہوگی اور وسائل میں اضافہ

سکون سے محروم

ہوگا۔

ہم نے جب سے ہوش سنبھالا ہے خوشی اور سکون سے محروم ہیں۔ والدین کو ہمیشہ لڑتے پایا اور اب جب کہ ہم جوان ہو گئے ہیں۔ وہ دونوں ابھی تک اسی طرح لڑتے رہتے ہیں۔ والدہ شادی کے کچھ عرصہ بعد سے بیمار ہیں اور والد کو دل کی تکلیف ہو گئی ہے۔ والدین کسی ایک بات پر متفق نہیں ہوتے۔ والدین کی نا اتفاقی کی وجہ سے گھر کا ماحول اور نظام متاثر ہوا ہے۔ گھر میں لوگ اجنبیوں کی طرح رہتے ہیں۔ **(شیراز، خانیوال)**

جواب: آپ لوگوں کو والدین کے طرزِ عمل کے اثرات کا ازالہ کرنے کیلئے گھر میں اپنے طور پر اتحاد اتفاق پیدا کرنا چاہیے اور اپنے تاثرات سے والدین کو متاثر کر کے تبدیلی کی کوشش کرنی چاہیے۔ صبح اور شام یا رات کو سورۂ حشر کی آیت 22 اور 23 گیارہ گیارہ بار پانی پر دم کر کے والدین کو پلائیں یا والدین خود پی لیں۔ علاوہ ازیں صبح سورج نکلنے سے پہلے اسم یَاوَدُوْدُ سات بار پڑھ کر اس جگہ دم کر دیں

جہاں سے گھر کے سب افراد پانی پیتے ہیں۔

رشتے آنے بند ہوگئے

میری دو بیٹیاں ہیں جن کی شادی کی عمر گزرتی جا رہی ہے لیکن رشتوں کے طے ہونے میں بڑی رکاوٹیں درپیش ہیں۔ پہلے تو رشتے آتے تھے لیکن بات نہیں بنتی تھی لیکن اب رشتے آنے بند ہوگئے ہیں۔ ایک عامل صاحب کا کہنا ہے کہ کسی نے بندش کرائی ہوئی ہے ہم نے توڑ کرایا تو اتنا ہوا کہ کئی رشتے آئے۔ انہوں نے پسندیدگی کا اظہار بھی کیا لیکن پھر بھی رشتہ طے نہیں ہوا۔ اب تو یہ ہونے لگا ہے کہ جو بھی رشتوں کے حصول میں مدد کرنا چاہتا ہے تو وہ بیمار ہوجاتا ہے یا ایسے مسائل میں گھر جاتا ہے کہ اس بارے میں کچھ نہیں کرسکتا۔ اسی طرح کے بہت سے مسائل و حالات کی وجہ سے رشتوں کا معاملہ التوا میں پڑ جاتا ہے۔ میں ان حالات کی وجہ سے مایوس ہوتی جا رہی ہوں۔ حالانکہ بیٹیوں میں کوئی کمی نہیں ہے۔ پڑھی لکھی، سلجھی ہوئی اور خوش شکل ہیں۔ **(کلثوم خاتون، فیصل آباد)**

جواب: وہم نہ کریں، صاحبزادیوں سے کہیں کہ وہ نماز فجر اور عصر، مغرب کے درمیان سات سات بار سورۂ فلق اور سورۂ ناس اور ایک بار سورۂ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک کیا جائے۔ آپ نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ سورۂ بقرہ کی آیت 163 پڑھ کر بیٹیوں کی شادیوں کیلئے بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کریں۔ کم از کم نوے روز تک یہ وظیفہ پڑھیں۔

شدید بے کیفی اور مایوسی

کافی عرصہ سے میرے ذہن میں عجیب طرح کے خیالات اچانک آنے لگے ہیں جو شک اور بے یقینی پر مبنی ہوتے ہیں۔ مذہب اور بزرگ ہستیوں سے متعلق بے یقینی ہونے لگتی ہے۔ نماز ادا کرتے ہوئے خود کو عجیب طرح سے محسوس کرتا ہوں۔ شدید بے کیفی اور مایوسی سی ہونے لگتی ہے اور دل نماز سے اچاٹ ہوجاتا ہے۔ چند دنوں میں ذہن خود ان تمام باتوں کو رد کردیتا ہے لیکن عرصہ بعد پھر وہی حال ہوجاتا ہے۔ **(جاوید شریف، اسلام آباد)**

جواب: مایوسی، ناامیدی اور ڈپریشن اس طرح کے خیالات کا جنم دے سکتے ہیں۔ اپنی پوری زندگی میں ان کے اسباب تلاش کریں۔ انشاء اللہ غور و خوض کے نتیجے میں آپ کو اسباب مل جائیں گے۔ ان حالات و خیالات سے نجات کیلئے ان اسباب کے خاتمہ کی تدابیر کریں۔ اپنے خیالات کی اصلاح کریں۔ اپنے شب و روز میں اچھی مصروفیات تلاش کریں۔ غذا متوازن استعمال کریں۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد چلتے پھرتے دل ہی دل میں **یَاحَفِیۡظُ یَاسَلَامُ** کا ورد پندرہ منٹ کیا کریں۔ رات سونے سے پہلے **سورۂ فلق اور سورۂ ناس** تین تین بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے اور پورے جسم پر پھیرلیا کریں۔

ذہن منتشر ہوجاتا ہے

میں گریجویشن کر رہا ہوں والدین کی توجہ کے باوجود مجھ میں یہ کمزوری موجود ہے کہ میں کسی کے سامنے کھل کر اپنی بات بیان نہیں کرسکتا۔ یا میں تفصیل سے کچھ بتانے سے قاصر رہتا ہوں۔ ذہن منتشر ہوجاتا ہے اور ارادہ کام نہیں کرتا۔ تعلیمی میدان میں بھی یہ کمزوری مسائل پیدا کررہی ہے۔ امکان ہے کہ مستقبل میں بھی یہ مسئلہ مشکلات کا باعث بنتا رہے گا۔ محفل میں ایک انجانے احساس کمتری میں مبتلا ہوجاتا ہوں۔ خاندان کے لوگوں سے بھی دور رہنے کو ترجیح دیتا ہوں۔ **(عادل مجید، لاہور)**

جواب: ایک کاغذ پر اسم ذات اللہ خوشخط لکھوا کر رات سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس پندرہ منٹ پوری توجہ سے دیکھا کریں۔ نماز مغرب کے بعد چلتے پھرتے خالی الذہن ہوکر دل ہی دل میں اس اسم کو پڑھا کریں اندازاً پندرہ منٹ تک۔ انشاء اللہ آپ کے شعور میں اتنی قوت پیدا ہوجائے گی کہ ارادہ مذکورہ کمزوریوں پر غالب آجائے گا۔

معاشی تنگی

ہمارا گھرانہ معاشی تنگی اور افراتفری کا شکار ہے۔ بھائی جو کماتے ہیں اپنے اوپر خرچ کرتے ہیں۔ والد صاحب بمشکل گھر کے اخراجات تنگی کے ساتھ پورے کررہے ہیں۔ بھائی کے اسکول کی فیس کی ادائیگی میں بھی تاخیر ہوجاتی ہے۔ بھائی نے تو اب تعلیم میں دلچسپی لینا کم کردی ہے۔ والدہ معاشی پریشانی اور بیٹوں کے غیر ذمہ دار کردار سے بیمار رہنے لگی ہیں۔ میرے مسائل کو معمولی سمجھ کر نظرانداز مت کیجئے گا کیونکہ میں خود ذہنی طور پر شدید بے چینی میں گرفتار ہوں۔ **(فرحت حیات، کوئٹہ)**

جواب: والد صاحب سے کہیں کہ وہ نماز فجر کے بعد آیۃ الکرسی گیارہ بار اور نماز عشاء کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ یَاوَهَّابُ تین سو بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ فضل فرمائیں گے۔

کوئی ہو یا نہ ہو

کوئی وجہ ہو یا نہ ہو، دن رات پریشان رہتی ہوں اور کسی بات کا جلد فیصلہ کرنے کی صلاحیت میرے اندر نہیں ہے۔ لوگ جس طرح کسی بات کا تجزیہ کرکے جلد طرح طرح کے نکات معلوم کرلیتے ہیں اس طرح کی ذہانت اور تیزی میرے اندر نہیں ہے۔ اسی وجہ سے تعلیم کے معاملے میں بھی کوئی خاص کارکردگی نہیں ہے۔ کئی بار سوچا کہ تعلیم کا سلسلہ ختم کردوں لیکن دل نہیں مانا۔ **(سائرہ، سکھر)**

جواب: آپ کیلئے مؤثر ترین ورد **یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ** ہے۔ ورد کا طریقہ یہ ہے کہ رات سونے سے پہلے کسی اندھیری جگہ پر بیٹھ کر اپنی نگاہوں کو ایک نقطے پر مرکوز رکھتے ہوئے دل ہی دل میں **یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ** کو پندرہ بیس منٹ تک پڑھتی رہیں۔ علاوہ ازیں دن رات میں جب بھی فارغ ہوں ان اسماء کا ورد کیا کریں۔ چلتے پھرتے بھی پڑھا جاسکتا ہے۔ انشاء اللہ بہت سی برکات اور صلاحیتیں حاصل ہوں گی، تاہم احساس کمتری میں مبتلا نہ ہوں۔ اللہ کا شکر ادا کرتے ہوئے ان اسماء کو پڑھیں۔

پیٹ کے درد کیلئے آزمودہ نسخہ

پیٹ کے درد کیلئے ایک آسان اور آزمودہ نسخہ پیش خدمت ہے جس کے فوائد بہت اور نقصان کوئی نہیں۔ **ھوالشافی:** بکری کا تازہ دودھ ایک گلاس لے کر اس میں چھلکا اسپغول ڈال کر پی لیا کریں، (دودھ اگر باہر چرنے والی بکری کا ہو تو زیادہ بہتر ہے) پہلے تین چار دن کوئی اور چیز نہ کھائے۔ اس کے بعد نرم غذا سے کھانا شروع کردے۔ **(ایس محمد امین، مردان)**

قد بڑھانے کا نسخہ

عمل سے پہلے قد کی پیمائش کریں، پھر یہ عمل شروع کریں۔

1۔ وضو کریں پھر اگربتی جلائیں۔ 2۔ ایک بڑی بوتل عرق سونف کی اپنی پاس رکھیں۔ 3۔ سات مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں پھر یہ عمل اس طرح پڑھیں۔

اَللّٰہُ 66 مرتبہ پڑھیں۔ یَاقَدِیۡرُ 314 مرتبہ پڑھیں۔ یَابَدِیۡعُ 6 8 مرتبہ پڑھیں۔ یَاھُوَ 1 1 مرتبہ پڑھیں۔ یَاوَدُوْدُ 20 مرتبہ پڑھیں۔ یَاقَیُّوْمُ 156 مرتبہ پڑھیں۔ بس عمل ختم اور درود ابراہیمی سات مرتبہ پڑھیں اور یہ سارا پڑھا عرق سونف پر دم کردیں۔ 41 دن تک ہر روز اسی طرح پڑھیں۔ 41 دن بعد 90 دن تک یہ عرق سونف پئیں تو 90 دن میں 41 دن پڑھائی والے بھی شامل کرنے ہیں یعنی پہلے روز سے عرق سونف پانی میں تھوڑا سا ڈال کر پی لیں اگر عرق سونف ختم ہوجائے تو اور عرق سونف ملالیں اور 90 دن تک صبح و شام پانی میں ملاتے جائیں، عمر کی کوئی قید نہیں۔ **(سجاد احمد، راولپنڈی)**

ہر لا علاج مرض سے نجات کی پڑیا

اب یہ عالم ہے کہ آپ کی بتائی ہوئی یہ دوا وہ ڈاکٹر کیپسول میں بھر کر مریضوں کو دیتا ہے اور بہت زیادہ رقم بھی لیتا ہے۔ جب مجھے اس بات کا علم ہوا تو میں نے اس ڈاکٹر کو سختی سے منع کر دیا کہ آئندہ جو بھی مریض آئے اسے یہ دوا مفت دیں۔

(مظہر الحق‘ راولپنڈی)

میرا ایک دوست ڈاکٹر جو کہ دل کا ڈاکٹر ہے اس کے پاس ایک مریض جو کہ میانوالی کا ہے آیا وہ گردوں کا مریض تھا اور ہر ہفتہ کے بعد اس کے گردے صاف ہوتے تھے نوبت یہاں تک پہنچ چکی تھی کہ ڈاکٹر نے کہا اس کا گردہ تبدیل کرا لیں ٹیلی فون پر اس نے یعنی ڈاکٹر صاحب نے مجھ سے مشورہ کیا میں نے آپ کی بتائی ہوئی دوائی جو کہ شوگر والے مریضوں کو فری دیتا ہوں‘ وہ دوائی میں نے اپنے دوست ڈاکٹر کو دے دی۔ ایک ہفتہ کے بعد ڈاکٹر صاحب نے بتایا کہ مریض کی حالت اب پہلے سے کافی بہتر ہے اور خوشی کی بات یہ کہ ڈائیلاسز بھی نہیں ہو رہے ہیں اب تقریباً ڈیڑھ ماہ گزر چکا ہے مریض 50% تندرست ہے اور اس کی صحت بھی کافی بہتر ہے۔

اب یہ عالم ہے کہ آپ کی بتائی ہوئی یہ دوا وہ ڈاکٹر کیپسول میں بھر کر مریضوں کو دیتا ہے اور بہت زیادہ رقم بھی لیتا ہے۔ جب مجھے اس بات کا علم ہوا تو میں نے اس ڈاکٹر کو سختی سے منع کر دیا کہ آئندہ جو بھی مریض آئے اسے یہ دوا مفت دیں۔ آپ کی یہ دوائی پتھری‘ بخار‘ ہیپاٹائٹس‘ طاقت خاص‘ جوڑوں کا درد‘ دمہ حتیٰ کہ ہر قسم کے مریض کو دیتا ہوں اور اللہ کے فضل و کرم اور آپ کی دعاؤں سے مریض بالکل ٹھیک ہو جاتا ہے۔ نسخہ مندرجہ ذیل ہے۔

ھوالشافی: تمہ خشک‘ کلونجی‘ گوند کیکر‘ تخم سرس‘ گھٹلی جامن تمام چیزیں 50 گرام لینی ہیں۔

طاقت خاص میں کمزوری والے مریضوں کو قسط شیریں 25 گرام اس دوا میں شامل کر دیتا ہوں۔ معدے کے مریض بھی اس دوا سے شفایاب ہو رہے ہیں۔ آپ کا یہ نسخہ شفاء کی پڑیا ہے۔ میں یہ دوائی ہر ماہ تقریباً 20 کلو بنا کر مریضوں میں مفت تقسیم کر رہا ہوں اور لوگوں کی لاتعداد بیماریاں ختم ہو رہی ہیں۔

جوہر شفاء مدینہ کا انوکھا کمال

(ذکیہ اقتدار‘ بہاولنگر)

فروری کی رات تھی اب لوگ رات کے فنکشن کو ترجیح دیتے ہیں‘ قریبی عزیزوں کی تقریب تھی‘ راقمہ نے بھی دعوت نامہ وصول کیا تو دعوت میں شرکت ضروری تھی‘ میرے پیارے نبی ﷺ کی سنت ہے۔ مغرب کی نماز اطمینان سے ادا کی لیکن عشاء کی نماز جلد ہی ادا کر لی‘ انبیاء علیہ السلام کی بتائی ہوئی دعائیں مانگیں‘ آسانی اور خیریت سے گھر واپسی ہو جائے تو آٹھ بجے جانا ہوا‘ جہاں یہ تقریب ایک وسیع گراؤنڈ میں تھی‘ شامیانے لگائے گئے تھے‘ راقمہ جہاں پر تھی اس طرف کافی سرد ہوائیں تھیں ناک اور منہ کے ذریعے حلق میں ٹھنڈی ہوا یوں داخل ہو رہی تھی جیسے تیروں کی بارش۔ اپنے منہ اور ناک کو ہوا سے محفوظ کرتے ہوئے یہ تقریب ختم ہوئی۔ اب واپسی کا مسئلہ تھا گھر پہنچنا تھا تب بارہ بجے سردی پورے عروج پر تھی‘ جونہی شامیانے سے باہر آئے مزید برفانی ہوا پوری قوت کے ساتھ ناک اور منہ میں داخل ہو گئی۔ جونہی گھر میں قدم رکھا سکون کا احساس ہوا۔ عشاء کی نماز پڑھ گئی تھی چائے کی طلب تھی لیکن بنانے کی ہمت نہیں تھی گرم لحاف لیا اور دعائیں پڑھتے‘ اپنے رب سے راز و نیاز کرتے سکون کی وادی میں کھو گئی۔ جلدی ہی دوبارہ آنکھ کھلی تو حلق میں شدید خراشیں تھیں‘ شدید دکھن تھی‘ حلق سے نیچے پانی کی بوند بھی جانے کو تیار نہیں تھی‘ بس جی راقمہ تو یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ یَاوَدُوْدُ پڑھتی ہوئی باورچی خانے کی طرف دوڑی‘ دو چمچ جوہر شفاء مدینہ لی‘ بارش کا پانی ہمیشہ محفوظ رکھتی ہوں ایک کپ پانی لیا‘ ایک چمچ بارش کا پانی لیا اور چولہے پر سوس پین رکھا اور آب بارش پانی میں ملایا اور ابلنے رکھ دیا اس میں جوہر شفاء مدینہ شامل کیا پھر گرم گرم گھونٹ گھونٹ کر کے پیا‘ جونہی یہ چائے پیتی گئی حلق یوں صاف ہوتا گیا جیسے کسی نے اس کی صفائی ہاتھ سے کی ہو۔ جیسے ہی آخری گھونٹ ختم ہوا تو گلے کی خراشیں یوں غائب ہوئیں جیسے کبھی یہ تکلیف ہوئی نہ تھی۔ چائے پیتے ہوئے یَاسَلَامُ کا ورد جاری رکھا۔ پھر گردن کی اچھی طرح مالش کی گرم پٹی لی اور اچھی طرح گردن پر لپیٹ لیا۔ لیجئے جی علاج مکمل ہوا۔ ساتھ ہی فجر کی اذان ہو گئی بہت سکون سے نماز ادا کی‘ تسبیحات مکمل کیں‘ آخر میں دعا مانگی فجر کی نماز کے بعد دعاؤں کا مزہ ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ لذت اور سکون ملتا ہے۔ میں اور میرے ہمسفر فجر کی نماز کے بعد چائے اکٹھے پیتے ہیں۔ میرے ہمسفر کہتے ہیں کہ فجر کی نماز کا مزہ اور اس کے بعد چائے پینے کا مزہ سارا دن مسرور رکھتا ہے۔ چائے کے ساتھ میں نے اپنے ہمسفر کو جوہر شفاء مدینہ کا کمال بتایا اگر جوہر شفاء مدینہ استعمال نہ کرتی تو ہفتوں کیلئے بستر ہوتا۔ یہ گلے کی خراشیں شدید نزلے کی شکل اختیار کر کے ایک بہت بڑا وبال بن جاتیں۔

عبقری کا قرض: میری عبقری کی قاری بہنوں سے گزارش ہے کہ آپ پر عبقری کا قرض ہے۔ اس پرچے کو شوق سے استعمال کریں۔ یہ واحد پرچہ ہے جو بغیر اشتہار اور بہت ہی کم قیمت میں دستیاب ہے۔ عبقری خود اپنی مثال ہے۔ لیکن قارئین پر یہ قرض ہے وہ اس کا قرض لوٹائیں تمام قارئین خاص طور پر خواتین بے حد نسخے جانتی ہیں براہ مہربانی وہ نسخے عبقری کو ارسال کریں یہ ان پر قرض ہے اور قرض کی ادائیگی میں عجلت کرنی چاہیے۔ قارئین سے گزارش ہے وہ عبقری غور سے پڑھا کریں۔ تمام نسخہ جات اس میں ہوتے ہیں۔

روحانی غسل اور ٹینشن سے چھٹکارا

میں کافی عرصہ سے ٹینشن کی مریضہ تھی اور گولیاں کھا کھا کر تنگ آ گئی تھی۔ درس میں روحانی غسل کا پڑھا اور تقریباً تین ماہ سے کر رہی ہوں الحمدللہ تمام گولیاں چھوٹ گئی ہیں‘ جسم بھی ہلکا پھلکا ہو گیا ہے‘ ماہواری نظام بھی کافی بہتر ہو گیا ہے۔ **عبقری تیرا شکریہ!!** (ر۔ب)

طریقہ روحانی غسل: روحانی غسل کا طریقہ یہ ہے کہ آخری چھ سورتیں مع تسمیہ اول و آخر 3 دفعہ درود شریف کے ساتھ تین مرتبہ پڑھیں اور اسکے بعد بیت الخلاء کی دعا: بِسْمِ اللّٰہِ اَللّٰھُمَّ اِنِّیْٓ اَعُوْذُ بِکَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَآئِثِ پڑھ کر بایاں پاؤں غسل خانے میں رکھ کر اندر چلے جائیں‘ سنت کے مطابق غسل کریں‘ نہاتے وقت مسلسل دعا دل ہی دل میں پڑھتے رہیں‘ زبان سے بالکل نہ پڑھیں اور اپنی ہر بیماری اور پریشانی کا تصور کرتے رہیں کہ وہ بھی اس پانی کے ساتھ ڈھل رہی ہیں اور اس کے بعد جب باہر آئیں تو سیدھا پاؤں باہر رکھیں اور پھر اسی ترتیب سے آخری چھ سورتیں پڑھیں جیسے پہلے پڑھیں تھیں۔ **آخری چھ سورتیں:** (1) سورہ کافرون (2) سورہ نصر (3) سورہ لھب (4) سورہ اخلاص (5) سورہ فلق (6) سورہ ناس۔ **نوٹ:** غسل جنابت کی صورت میں نہانے سے پہلے چھ سورتیں نہ پڑھیں بلکہ نہانے کے بعد جب باہر آ جائیں تو بعد میں چھ مرتبہ پڑھ لیں۔

فسچولہ یا بھگندر کا نبوی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم علاج

مسلسل بیٹھنا یا نہایت نرم کرسی کا استعمال چاہے وہ گاڑی کی شکل میں ہو یا فوم کے نرم گدے کی شکل میں ہو بیماری کیلئے ان چیزوں کا ہونا کافی ہے۔ایسے لوگ جو مصالحہ دار چٹنی گرم اور فاسٹ فوڈ زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ان کیلئے بھی یہی غذائیں اس بیماری کو لانے کیلئے کافی ہونگی

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

کیا سنہرا دور تھا کہ انسان متحرک تھا' ہر کام چل کر کرنا پڑتا تھا یا پھر اس کے کرنے کیلئے جسم کی طاقت اور اعضاء کو متحرک رکھنا پڑتا تھا۔ بیماریاں کم تھیں' اعضاء بالکل چست تھے' عمریں دراز تھیں' ہسپتال بالکل نہیں تھے' کہیں کسی بستی یا شہر میں کوئی طبیب اپنی مختصر دواؤں سے مریضوں کا علاج کرتا۔ یقین جانیے مریض تندرست بھی ہوجاتے تھے۔

خطرناک پیچیدہ اور الجھی ہوئی بیماریوں کا نام کبھی کسی نے سنا ہی نہ تھا تو پھر کیا خیال ہے کہ ایسے معاشرے میں امن چین اور سکون نہ ہوگا۔ یاد رکھیے! جس معاشرے میں ہر شخص کسی نہ کسی بیماری میں مبتلا ہوگا یہ بیمار معاشرہ کبھی بھی صحت مند رائے نہیں رکھے گا اور ہمیشہ مریض ہی رہیں گے اور مریض ہی پیدا ہونگے۔ایک بادشاہ نہایت خوبصورت اور صحت مند رہتا تھا کسی نے اس کی صحت کا راز پوچھا تو کہنے لگا دو شاہی طبیب ہر وقت میرا علاج کرتے ہیں۔ پوچھا وہ کیسے تو کہنے لگا وہ میری دونوں ٹانگیں ہیں میں انہیں ہر وقت متحرک رکھتا ہوں یعنی خوب چلتا ہوں۔

مسلسل بیٹھنا یا نہایت نرم کرسی کا استعمال چاہے وہ گاڑی کی شکل میں ہو یا فوم کے نرم گدے کی شکل میں ہو بیماری کیلئے ان چیزوں کا ہونا کافی ہے۔ایسے لوگ جو مصالحہ دار چٹنی گرم اور فاسٹ فوڈ زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ان کیلئے بھی یہی غذائیں اس بیماری کو لانے کیلئے کافی ہونگی آخر وہ بیمار کیا ہے۔اسے بھگندر یا ناسور یا پھر انگلش میں فسچولہ کہتے ہیں۔ پاخانے کی جگہ کے قریب اندر ہی اندر ہی ایک زخم بن جاتا ہے جس سے پیپ رستی رہتی ہے۔ ایک دربار کے بڑے متولی تین بار سرجری کرا چکے تھے خود ہی کہنے لگے کہ پہلے تو میں نے اس بیماری کی طرف کوئی خاص خیال نہیں کیا لیکن جب مرض بڑھ گیا تو ڈاکٹروں نے آپریشن کا مشورہ دیا آخر مجبور ہوکر میوہسپتال لاہور میں آپریشن کرایا کہنے لگے اس سے اتنی پیپ نکلی کہ جب آپریشن تھیٹر سے میں وارڈ منتقل ہوا تو نہایت سخت بدبو تھی لوگوں کو میری وجہ سے شدید پریشانی ہوئی کیا کرتا مجبور تھا' کچھ دنوں کے بعد گھر واپس آیا طبیعت بہتر ہوگئی زخم مندمل ہوگیا لیکن چند ماہ کے بعد ہلکی ٹیس اور درد محسوس کیا' معالج سے معائنہ کرایا تو پتہ چلا کہ آہستہ آہستہ پیپ بڑھ رہی ہے پھر آپریشن کرایا اس طرح دوبارہ آپریشن ہوگیا۔ میں نے انہیں یہ نبوی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نسخہ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے کا مشورہ دیا چند ماہ کے استعمال سے آج سات سال سے زیادہ عرصہ ہوگیا ہے موصوف بالکل تندرست ہیں۔ ایک بابا جی عرصہ دراز سے اس خبیث مرض میں مبتلا تھے وہ دوا کھانے کو تیار نہیں تھے۔غصہ بھی بہت زیادہ تھا۔ انہیں یہی دوا صرف لگانے کیلئے استعمال کرائی گئی تو مریض بالکل تندرست ہوگیا۔ ویسے بھی میں عمومی طور پر مریضوں کو یہ لگانے کیلئے ضرور استعمال کراتا ہوں اور بہت فائدہ ہوتا ہے۔ میرے پاس اب تک جتنے بھی مریض فسچولہ آئے میں نے ان سب کو یہی نبوی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نسخہ کچھ عرصہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا مجھے اب تک مایوسی نہیں ہوئی۔

ھوالشافی: برگ مہندی 20 گرام' کلونجی 20 گرام' روغن زیتون 100 گرام' تینوں اجزاء آپس میں ملا کر کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں۔ جب تمام چیزیں جل جائیں تو اتار کر چھان لیں یہی تیل ایک چمچ بڑا صبح وشام نیم گرم دودھ کے ہمراہ پئیں اور یہ تیل متاثرہ حصے پر لگائیں۔بس یہی نبوی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نسخہ ہے جس نے آج تک مجھے کبھی بھی کسی مریض پر مایوس نہیں کیا۔جس کسی نے بھی نہایت مستقل مزاجی توجہ اور دھیان سے اسے استعمال کیا بہت بہترین نتائج سامنے آئے۔

کم کھا کر خدا کا قرب حاصل کریں

عبدالغفور نقشبندی' بنوں

گناہ بھی زیادہ تر پیٹ بھر جانے سے ہوتے ہیں' اس لیے اس کو بھوکا رہنے کی عادت ڈالنا نیکیوں کی جڑ ہے

انسان کو کئی بیماریاں لگ جاتی ہیں کچھ روحانی ہوتی ہیں اور کچھ بدنی......روحانی بیماری کا علاج تو روحانی طبیب اولیاء کرام اور بزرگان دین کی مجلس اور صحبت میں جانے اور ان کے وعظ وغیرہ سننے اور ان کی نصیحت آموز باتوں پر عمل کرنے سے ہوجاتا ہے اور بدنی بیماری لگ جائے تو ڈاکٹر صاحبان کے پاس جانے کے ساتھ ساتھ خود بھی اپنا علاج کرسکتا ہے۔ انسانوں کو اکثر بیماریاں خوش خوراکی اور بدپرہیزی کی وجہ سے لگتی ہیں' معدہ بدن کا حوض ہے اور رگیں نہروں کا کام کرتی ہیں۔معدہ تمام شہوتوں کا مرکز ہے' آدمی کا معدہ بھرا ہو تو سب سے زیادہ شہوت ہی غالب آتی ہے۔حقیقت یہ ہے کہ جب پیٹ بھرجاتا ہے تو شادی کا خیال آتا ہے۔

آدمی پیٹ اور شرمگاہ کے تقاضے مال کے بغیر پورے نہیں کرسکتا اسی وجہ سے لوگوں میں جھگڑے' حسد' عداوت' تکبر اور کینہ پیدا ہوجاتا ہے۔اس سے ثابت ہوتا ہے کہ روحانی اور اکثر بدنی بیماریاں شکم سیری ہی سے پیدا ہوتی ہیں۔

گناہ بھی زیادہ تر پیٹ بھر جانے سے ہوتے ہیں' اس لیے اس کو بھوکا رہنے کی عادت ڈالنا نیکیوں کی جڑ ہے۔کم کھانا بزرگان دین اور خاص کر حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا طریقہ ہے۔حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا کہ مومن ایک آنت سے کھاتا ہے اور منافق سات سے۔ لہٰذا کم کھانے سے حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی سنت بھی پوری ہوجاتی ہے اور انسان طرح طرح کے شیطانی وسوسوں اور بدنی بیماریوں سے بچ جاتا ہے۔حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا فرمان ہے کہ کم کھا کر دل کو زندہ اور پاک رکھو۔ حضرت شبلی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ کوئی دن ایسا نہیں گزرا کہ میں نے خدا کیلئے بھوک برداشت نہ کی ہو' سیر ہوکر کھانے سے دل کی معرفت فنا ہوجاتی ہے۔کم کھانے سے جسم چست، مزاج میں نرمی اور تقریباً ایک سو ایک بدنی بیماریوں سے بچا رہتا ہے اور کم کھانے کی سب سے بڑی سعادت نفس کو قابو رکھتا ہے۔نفس کو قابو کرنے سے اس جہان اور اس جہان کی تمام راحتیں میسر ہوتی ہیں حضرت ذوالنون مصری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں شکم سیری کے بعد گناہ یا اس کا ارادہ ضرور ہوجاتا ہے۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ لوگوں نے گھر والوں سے چھپ کر نکاح کر کے بہت بڑی غلطی کی اگر نکاح کر لیا تھا تو اپنے گھروں کو نہیں جانا چاہیے تھا' کیونکہ پھر ایک نیا گھر آباد کرنے کا وقت تھا۔ بہرحال ایک غلطی اور ہوئی کہ لڑکی اپنے گھر چلی گئی اور آپ اپنے گھر۔ پھر ایک اور غلطی آپ نے طلاق دیکر کی

عجیب عجیب شکلیں

میں عجیب طرح کے اندیشوں اور خوف میں گھرا ہوا ہوں۔ جنازے کو کاندھا دینے سے ڈر لگتا ہے۔ نیند میں ڈراؤنے خواب آتے ہیں۔ عجیب عجیب شکلیں نظر آتی ہیں۔ اخبار پڑھنے سے گھبراتا ہوں۔ کہیں کوئی بری خبر نہ ہو۔ اچانک کسی چیز کے ٹوٹنے کی آواز پر چونک اٹھتا ہوں۔ اب تو ہر چیز سے ہی ڈر لگتا ہے۔ یوں لگتا ہے جیسے مکمل طور پر نفسیاتی مریض ہو چکا ہوں۔ **(محمد اختر' ملتان)**

مشورہ: جنازے کو دیکھنے یا کاندھا دینے پر تھوڑا بہت خوف تو عام سی بات ہے لیکن یہ خوف اتنا شدید ہو کہ انسان اس جگہ نہ جائے جہاں کوئی شخص فوت ہوا ہو یا اس ڈر سے جنازے کو نہ دیکھے تو یہ غیر معمولی خوف ہوگا۔ نیند میں خوابوں کا سلسلہ بھی فطری کیفیت ہے اور ڈراؤنے خواب بھی عام ہیں۔ کبھی نہ کبھی کوئی شخص اس طرح کے خوابوں کی شکایت کرتا ہی ہے۔ اخباروں میں بھی آج کل اس طرح کی خبریں ہوتی ہیں کہ حساس اور نرم دل کے لوگ کچھ دیر تو فکر مند اور خوفزدہ ہو ہی جاتے ہیں۔ اچانک کسی چیز کے ٹوٹنے پر چونکنا بھی کوئی غیر معمولی بات نہیں لیکن ہر چیز سے خوفزدہ رہنا نارمل رویہ نہیں۔ یہاں آپ اپنی اصلاح کریں اور ڈر یا خوف جو زبان پر بار بار آتا ہے اسے ذہن سے بھی نکال دیں۔ مختلف لوگ مختلف صورتحال یا اشیاء سے خوفزدہ رہتے ہیں مثلاً کچھ لوگوں کو اندھیرے سے' کچھ کو بلندی سے' کچھ کو تنہا رہنے سے' کسی کو آگ سے' کسی کو بند کمرے سے' کسی کو کسی جانور سے' کسی کو اپنے سے برتر انسان سے خوف محسوس ہوتا ہے۔ دراصل یہ سب فطری خوف ہوتے ہیں جن کا خاتمہ ممکن ہے لیکن کسی کو ایک ساتھ ہر چیز سے خوف محسوس نہیں ہوتا اور اگر ایسا ہے تو پھر یہ نارمل رویہ نہیں ہے۔ اس کیلئے خود کو سمجھنا' سنبھالنا اور حقیقت پسند بنانا ضروری ہے۔

اچانک ذہنی کمزوری

ایم ایس سی سال آخر کا طالب علم ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ جب پڑھتا ہوں تو کچھ سمجھ میں نہیں آتا اور جو پڑھتا ہوں وہ ذہن میں بیٹھتا نہیں۔ میرا خیال ہے کہ مجھے ذہنی کمزوری ہے۔ اس کی وجہ سے پریشانی بھی بہت ہے۔ جلد ہی امتحان شروع ہونے والے ہیں۔ فکر بڑھتی جارہی ہے۔ **(محمد علیم' سکھر)**

مشورہ: یہ اچانک آپ کو ذہنی کمزوری کا خیال کیسے آ گیا؟ ذہنی کمزور لوگ تو ابتدائی جماعتیں بھی بمشکل پڑھ پاتے ہیں آپ تو ماشاء اللہ ایم ایس سی کر رہے ہیں اور اب سال آخر ہے اس سے ظاہر ہو رہا ہے کہ آپ بہت ذہین اور لائق طالب علم ہیں۔ آج کل ذہنی انتشار کا شکار ہو سکتے ہیں یا پھر آپ نے شروع سال سے نہیں پڑھا۔ اس لیے امتحان قریب آنے پر فکر اور پریشانی بڑھ گئی۔ بہرحال اب جو بھی وقت ہے اس کا صحیح استعمال کرتے ہوئے اپنے مضامین کے مطالعے پر توجہ دیں جو کچھ پڑھنا ہو سمجھ کر پڑھیں۔ اس سلسلے میں کسی سینئر طالب علم سے مدد لے لیں یا پھر کسی ٹیچر سے پڑھ لیں۔ مضامین کو ذہن نشین کرنے کیلئے صبح کا وقت بہتر ہوتا ہے یا پھر جب آپ خود کو تازہ دم محسوس کریں' اس وقت پڑھیں۔ تب ہی کارکردگی سے بہتر نتائج حاصل ہوں گے اس کے علاوہ مطالعہ کرنے کی جگہ پر بھی ادھر ادھر کا شوروغل نہ آتا ہو...... روشنی مناسب ہو اور نشست بھی موزوں ہو۔ مطالعہ کرتے ہوئے ذہنی یکسوئی بھی ضروری ہے۔

شوہر کیسے ہونگے؟

میں بچپن میں اپنے والدین کی بہت لاڈلی تھی' یہ بات رشتہ دار کہتے ہیں لیکن جب سے میں نے ہوش سنبھالا ہے ان کا رویہ بہت سخت دیکھا ہے۔ میں ان سے بہت ڈرتی تھی مجھے کوئی پیار نہیں کرتا تھا۔ نہ ہی میری ضرورتوں کا خیال رکھا جاتا۔ مجھ پر سختی بھی کی جاتی۔ جب اور بڑی ہوئی تو میرا دل بھی اور بہت سی لڑکیوں کی طرح بیوٹی پارلر جانے کو چاہا لپ سٹک لگانے کی شوقین تھی۔ مگر میرے والدین دنیا والوں سے بہت ڈرتے تھے کہتے ہیں صبر کرلو وقت آنے پر سارے شوق پورے کر لینا۔ آج سے چند سال پہلے ایک گرلز سکول میں ملازمت اختیار کر لی تھی وہاں کی میڈم نے بہت عزت دی ان کی توجہ حاصل کرنے کے بعد مجھے اعتماد اور تحفظ کا احساس ہوا اب گھر کے ماحول میں بھی بہتری آ گئی ہے مگر میں اندر سے خوش نہیں رہتی۔ ہر وقت روتی ہوں خود بخود آنکھوں سے آنسو نکلتے ہیں۔ خیال آتا ہے کہ شوہر کیسے ہونگے؟ کیا سلوک کرینگے؟ پتہ نہیں وہ میری خوشیوں کا خیال رکھنے والے ہوں گے یا نہیں الجھی رہتی ہوں۔ **(س ش۔ اسلام آباد)**

جواب: اکثر بچوں کو یہ شکایت ہوتی ہے کہ انہیں والدین کی توجہ' محبت اور ہمدردی حاصل نہیں رہی۔ وجہ کوئی جاننے کی کوشش نہیں کرتا۔ خود کو تقریباً سب ہی بے قصور سمجھتے ہیں۔ والدین بچوں کی اصلاح چاہتے ہیں۔ اگر ان کے ساتھ رویہ دوستانہ ہو تو یہ اپنے مقصد میں زیادہ کامیاب ہو جائیں مگر غصہ' سزا' سختی بچوں کو مایوس کر دیتی ہے۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ کے گھر کے معاملات میں اب بہتری آ چکی ہے۔ اب ہر وقت رونا' آنسو بہانا' مایوس رہنا نارمل نہیں۔ آپ کے موجودہ رویے سے ذہنی مرض ''ڈیپریشن'' کی علامات کا اظہار ہو رہا ہے۔ اس سے قبل کہ یہ کیفیت بڑھے آپ خود کو سنبھالیں۔ عقل و ذہانت سے کام لے کر اپنی زندگی کو بدلیں۔ مستقبل کے معاملات پر سوچنا ٹھیک نہیں کیونکہ اس طرح مایوسی بڑھ رہی ہے۔ آنے والے ہر لمحے سے اچھی امید وابستہ کریں۔ فرصت کے اوقات میں ایسی کتابیں پڑھیں جو شخصیت کی تعمیر اور ترقی میں مددگار ہوں۔

خوبصورتی میں کمی

چہرے کی خوبصورتی جلد سے ہے' ہر بات کتنی صحیح ہے' مجھے نہیں معلوم تھا مگر اب میرے چہرے پر جگہ جگہ نشان پڑ جاتے ہیں۔ رات کو ٹھیک طرح سوتی ہوں صبح اٹھ کر منہ دھو کر کالج جاتی ہوں تو لگتا ہے چہرے پر سرخ سرخ نشان ہیں جیسے کہ منہ پر تھپڑ مارنے سے ہو جاتے ہیں اس لیے پروا نہیں کی مگر اب میری دوست کہتی ہیں کہ تمہارے چہرے پر کیا ہوا۔ (سیماب' لاہور)

مشورہ: آپ کی عمر کی لڑکیاں چہرے کی خوبصورتی پر زیادہ توجہ دیتی ہیں۔ اسی لیے آپ کے چہرے کو دیکھ کر دوسرے مختلف سوال کرتی ہیں۔ رات میں ٹھیک سونا اور صبح چہرے پر نشان ہونا یہ ظاہر کر رہے ہیں کہ آپ کو الرجی ہے۔ مثلاً جراثیم' گرد و غبار' کسی بھی طرح کی آلودگی' کمبل اوڑھنا وغیرہ۔ الرجی کا سبب ہو سکتا ہے۔ فرش پر بچھے قالین وغیرہ بھی الرجی کی وجہ بن سکتے ہیں اور وجہ سمجھ جانے کے بعد الرجی سے چھٹکارا حاصل کرنا آسان ہوتا ہے۔ چہرے کا معاملہ ہے اس لیے جلد کے ڈاکٹر سے مشورہ کرنا ضروری ہے۔

صہیب ہاشمی ایڈووکیٹ‘ گوجرانوالہ

سریع اور عجیب عمل برائے سانپ‘ بچھو‘ بھڑ

میری نانی اماں رحمۃ اللہ علیہ اکثر بیمار رہتی تھیں بہت زیادہ ادویات کھانے کی وجہ سے جسم میں زہریلے مادے بکثرت پیدا ہوگئے تھے۔ میں نے یہ زہریلے مادوں کا سوچا کہ یہ بھی تو زہر ہی ہے یہ جراثیم اور بیماری بھی زہر ہی ہے میں نے ان پر بھی یہ دم کیا

کلر ایک انتہائی زہریلا سانپ ہوتا ہے جو اگر خشک جھاڑیوں پر پھونک بھی مار دے تو وہ جلنے لگ جائیں۔ ایک آدمی کو اس سانپ نے کاٹا اور اتفاقاً میرے استاد محترم قریب ایک ڈیرہ پر موجود تھے اٹھا کر ان کے پاس لے آئے قریب المرگ تھا کہ انہوں نے اس پر یہ دم کیا‘ عمل کرنے کی دیر تھی کہ نہ صرف وہ آدمی ہوش میں آگیا بلکہ اٹھ کر کھڑا ہوگیا اور کہنے لگا کہ سب درد جاتا رہا ہے یہ عمل کرنے کا ایک خاص طریقہ ہوتا ہے جس کو عامل اکثر چھپا جاتے ہیں بلکہ بالکل نہیں بتایا کرتے اب اس آدمی کو روزانہ تین پاؤ مکھن کھلایا جاتا جو مقعد سے سیاہ راکھ کی صورت میں باہر آتا اور ایسا سات آٹھ دن تک ہوتا رہا‘ زخم کے چھالے پر جو سانپ کے کاٹنے کی صورت میں پیدا ہوگئے تھے جو چاول اور مکھن والی ٹکیاں رکھی جاتیں وہ روٹی کی طرح پک پک کر اتر جاتی تھیں چند ہی دنوں میں اللہ نے اس عمل کی برکت سے اسے زندگی دی۔

میرے علاقے کے ایک آدمی کا پنڈی میں کاروبار تھا وہاں ایک مانڈری اس کا دوست بن گیا اور اصرار کر کے جلیبی سانپ کی ایک زہریلی قسم کو اس کی ہتھیلی پر رکھ دیا‘ عام طور پر مانڈری سانپ کا زہر نکال کر بیچ دیتے ہیں مگر پھر بھی اس سانپ نے اس کی کلائی پر پھونک ماردی۔ وہ واپس گوجرانوالہ آیا تو کلائی سے درد شروع ہوا اور پورے جسم میں پھیل گیا اور جسم پھوڑے کی طرح دکھنے لگا‘ بہت علاج کے بعد بھی افاقہ نہ ہوا ان صاحب کو یہ شک گزرا کہ کہیں اس سانپ کا کمال نہ ہو‘ میں نے کہا آپ کو ابھی دم کرتا ہوں اور شفاء اللہ کے پاس ہے۔ یقین جانیے کہ ایک دفعہ عمل کرنے کے بعد وہ صاحب تو جیسے مردہ سے زندہ ہوگئے اور ہشاش بشاش سارا درد جاتا رہا۔ کئی دفعہ آدمی گھاس سے گزر رہا ہو تو سانپ پھونک مار دیتا ہے اور آدمی کو پتہ بھی نہیں چلتا اور جسم میں درد شروع ہوجاتا ہے اور اعصاب جکڑے جاتے ہیں کسی دوائی سے افاقہ نہیں ہوتا ان کیلئے بھی یہ عمل اکسیر ہے۔

مجھے روزانہ پنجاب یونیورسٹی گوجرانوالہ کیمپس موٹرسائیکل پر جانا پڑتا تھا اکثر گرمیوں میں ڈیمو وغیرہ کاٹ لیتے ہیں بلکہ شرٹ میں بھی گھس جاتے ہیں کوئی پانچ چھ بار ایسا ہوا۔ ایک دن تجربہ کی خاطر ایک ڈیمو زندہ پکڑا اور اس پر یہ دم 121 مرتبہ پڑھ کر یہ نیت کی کہ یہ مجھے کاٹے نہ اور اس پر تھوک دیا اور کہا کہ خود بھی سمجھ لو اور اپنے ہم زادوں کو بھی سمجھا دو کہ آئندہ میرے راستے میں نہ آئیں اور اسے اڑا دیا۔ وہ دن اور آج کا دن اللہ تعالیٰ نے مجھے اس آیت کی برکت سے وہ فائدہ دیا کہ ڈیمو ہاتھ پر بیٹھ جائے تو کاٹتا نہیں۔

میری نانی اماں اکثر بیمار رہتی تھیں بہت زیادہ ادویات کھانے کی وجہ سے جسم میں زہریلے مادے بکثرت پیدا ہوگئے تھے۔ میں نے یہ زہریلے مادوں کا سوچا کہ یہ بھی تو زہر ہی ہے یہ جراثیم اور بیماری بھی زہر ہی ہے میں نے ان پر بھی یہ دم کیا اور الحمدللہ ان کے جسم کا درد اللہ تعالیٰ نے ختم فرمادیا۔ کہنے لگیں کہ میں ایک دم فریش ہوگئی ہوں۔ اللہ تمہیں حاسدوں سے بچائے۔

جس گھر میں سانپ اور زہریلے جانور ہوں تو رائی پر 121 مرتبہ پڑھ کر گھر کے تین کونوں میں بکھیر دیں اور ایک کونہ سانپوں کے فرار کیلئے چھوڑ دیں آپ خود دیکھیں گے کہ کیا ہوتا ہے انشاء اللہ۔ **عمل درج ذیل ہے:۔** دھریک کی سبز ٹہنیاں جن پر پتے ہوتے ہیں تین عدد لے کر جھاڑو سا بنا کر ہاتھ میں پکڑ لیں اور سانپ کے کاٹنے کے بعد درد کی لہر جہاں تک پہنچ چکی ہو وہاں سے زخم تک پھیرتے چلے جائیں اور آیت **وَ اِذَا بَطَشۡتُمۡ بَطَشۡتُمۡ جَبَّارِیۡنَ** (الشعراء 130) گیارہ دفعہ اس دوران پڑھیں پھر ٹہنیوں کو سائیڈ پر جھاڑ کر رخ بدلا دیں اور یہ عمل دہرائیں اس عمل کو تین دفعہ کریں یہ ٹوٹل تینتیس مرتبہ پڑھی جائے گی۔ اگر درد پورے جسم میں پھیل چکا ہو تو سر سے لے کر پاؤں کی طرف کریں اور نیت یہ ہو کہ اس درد اور زہر کو اللہ کے حکم سے باہر پھینک اور نکال رہا ہوں۔ انشاء اللہ تین دفعہ کرنے سے ہی اللہ پاک شفاء دے دیں گے۔ ٹہنی وہ لیں جو سبز ہوتی ہے اور براؤن ٹہنی سے نکلتی ہے وہاں جڑ سے اکھاڑیں اس طرح کی تین ٹہنیاں لینی ہیں۔ ضرورت پڑنے پر عمل دہرایا بھی جاسکتا ہے مگر کچھ وقفے سے کریں ایک دو منٹ ٹھہر کر۔ ڈیمو اور بچھو کے کاٹے پر نمک پر لعاب دم والا لگائیں اور زخم پر لگادیں اور برف کی ٹکور کریں۔ سانپ کے کاٹے کے عمل کے ساتھ ایک ضروری عمل یہ کریں کہ کچے چاول 15 منٹ تک پانی میں بھگو کر ان کو باہر نکال کر کوٹ کر پیسٹ بنالیں اور برابر وزن میں مکھن کیساتھ گوندھ کر ٹکیاں بنا کر چھالے یا زخم پر جو سانپ کا نشان ہو وہاں پر رکھ دیں اور اس پیسٹ پر 121 مندرجہ بالا آیت پڑھ کر دم بھی کردیں تو کیا ہی اچھا ہو جب ٹکیا خشک ہوجائے تو فوراً بدل دیں۔

بچوں کا صفحہ

اب میں سکول سے کبھی نہیں بھاگوں گا!!!

عزیز الرحمن عزیز، پشاور

ایک اور مصیبت جو کہ اس کے وہم وگمان میں بھی نہیں تھا کہ تمام گھروں کے دروازے کھلنا شروع ہوئے اور ہر ہر گیٹ پر مختلف شکل وصورت کے اصحاب انتہائی غصے کی حالت میں برآمد ہونا شروع ہوگئے دونوں طرف بلکہ تین اطراف سے مجھے گھیر لیا گیا اور لگی ہوگئی میری پٹائی شروع

اچھے اچھے پیارے بچو! آج میں آپ کو سکول سے بھاگنے والے کی ایک داستان سناتا ہوں جنہیں سکول سے بھاگ جانے کے بعد سارا دن (سکول کی چھٹی تک) نہر پر نہانے کے سوا کوئی کام نہ ہوتا تھا۔ یہ واقعہ میرے ایک دوست ضیاء الدین صاحب کا ہے جو کہ مجھ سے بہت چھوٹے تھے حالانکہ میرا کام دوسروں تک اچھائیاں پہنچانا ہے چاہے وہ چھوٹے ہوں یا بڑے۔

تو اب ضیاء الدین کی زبانی سنیے۔ ہمارا کام جو کہ روز کا معمول تھا سکول سے بھاگنا...... ہم گرمیوں میں نہر پر نہانے کیلئے صبح ہی صبح پہنچ جاتے اور دوپہر تک گھروں کو واپسی ہوتی تھی۔ ہاں تو میں کہہ رہا تھا کہ ضیاء الدین صاحب جو کہ (جاوا) کے نام سے مشہور تھے سارا سارا دن نہر پر نہانے اور دوپہر کے قریب گھر روانگی شروع کر دیتے۔ ایک دن ان کے ساتھی اسے تنہا چھوڑ کر غائب ہوگئے اب واپسی پر ضیاء صاحب کبھی اس گلی اور کبھی اس گلی میں ــــــ مگر ان کے ساتھی کہیں بھی نہیں ملے اور نہ ہی وہاں تھے۔ مایوس ہوکر نڈھال ہوکر آہستہ آہستہ چلنے لگے انہیں یکدم یہ محسوس ہوا کہ شاید اس گلی میں یہ چھپے ہوئے ہیں اور یہ بالکل دبے پاؤں اس گلی کے کونے تک پہنچے ان کا کونے تک پہنچنا ہی تھا کہ یکلخت گلی میں مڑے تو وہاں ان گنت مرغیاں تھیں اور لامحالہ ان مرغیوں کا ڈرنا' چیخنا' چلانا' پھڑ پھڑانا لازمی امر تھا مگر اس سب کچھ کے باوجود ایک اور مصیبت جو کہ اس کے وہم وگمان میں بھی نہیں تھا کہ تمام گھروں کے دروازے کھلنا شروع ہوئے اور ہر ہر گیٹ پر مختلف شکل وصورت کے اصحاب انتہائی غصے کی حالت میں برآمد ہونا شروع ہوگئے دونوں طرف بلکہ تین اطراف سے مجھے گھیر لیا گیا اور میری پٹائی شروع ہوگئی' دو چار گھونسے تھپڑ ہی پڑے ہونگے کہ میں نے پوچھا حضرات میرا قصور کیا ہے؟ کس جرم میں مجھے پیٹا جا رہا ہے۔

اتنے میں ایک باریش بزرگ ایک گیٹ سے برآمد ہوئے تو انہوں نے ہاتھ چلانا بند کروادیا۔ اس بزرگ کے استفسار پر میرا جرم مجھے معلوم ہوگیا کہ انہوں نے مرغی چور کو پکڑ رکھا ہے اب تو میرا پریشان ہونا لازمی امر تھا اب کیا کروں...... ہر ایک اپنی اپنی کہہ رہا تھا کہ روز ایک مرغی غائب ہوجاتی تھی' آج ہم نے مل کر نہ سونے کا عہد کیا تھا اور آج ہماری خوش قسمتی اور تمہاری بدقسمتی کہ تم دھر لیے گئے۔ ہم آپ کو پولیس کے حوالے کر کے چھوڑیں گے لیکن ایک آواز کے آنے سے سناٹا چھا گیا اور میرا دل اندر سے خوش ہوگیا کہ اب رہائی ہوئی کہ ہوئی اور وہ بڑے میاں بڑے پیار سے مخاطب ہوئے کہ بیٹا آئندہ ایسا کام نہیں کرنا اور پیار سے مجھے رخصت کرنے کیلئے گلے لگایا اور نصیحت کی باتیں کرتے رہے اور میرے منہ پر پیار سے آخری رخصتی پیار کیا اور میں نے پیچھے مڑ کر نہیں دیکھا اور پاؤں سر پر رکھ کر بھاگا۔ جب روڈ (چارسدہ روڈ) پر پہنچا تو جو کوئی مجھے دیکھتا تو ضرور ہنستا...... میں پتہ نہیں کیا سمجھتا رہا اور مسلسل آگے ہی آگے چلتا رہا کہ ناگہاں ایک دکان میں ایک آئینہ پر میری نظر پڑی اور میں نے بے تحاشہ رونا شروع کر دیا۔ بے گناہ' بے خطا مار بھی پڑی اور منہ بھی کالا کیا...... ہائے یہ میں نے کیا کیا...... اب میں سکول سے کبھی نہیں بھاگوں گا۔

ادھوری عقل

ایک دن ایک دانا حکمت اور دانائی کی باتیں بتا رہا تھا اور عدل و انصاف کے موضوع پر تقریر کر رہا تھا۔ داستانوں اور مثالوں سے موضوع کو سمجھا رہا تھا اور کہہ رہا تھا جس طرح اجتماعی قانون کے مطابق سب لوگ برابر اور مساوی ہیں اسی طرح طبعی قانون میں بھی سب چیزیں برابر اور مساوی ہیں اور ہر چیز کا ذاتی وزن اور قیمت دوسری چیزوں کے وزن اور قیمت کے برابر ہے۔ جیسا کہ تم دیکھتے ہو کہ سردی اور گرمی ایک اندازہ کے مطابق انسانی زندگی کے کام آتے ہیں اس لیے جب ہم ہر موسم سے ایک مقررہ اندازہ سے کام لیں گے تو ہمارے لیے سودمند ہوگا اس لیے بہتر ہوگا کہ ہر چیز کی مقدار اور اندازہ معلوم کرنا چاہیے تاکہ ہمارے کام احسن طریقے سے انجام پائیں۔

اتفاق سے سامعین میں ایک ان پڑھ باورچی بھی موجود تھا جو اسی دانا کے ہاں کھانا پکاتا تھا' جب اس نے یہ باتیں سنیں تو اپنے آپ سے کہنے لگا جیسا کہ استاد کہہ رہا ہے کہ سب چیزیں مساوی اور برابر ہیں اور ان کا اندازہ اور وزن بھی برابر ہونا چاہیے اس لیے مجھے کہا گیا ہے کہ یخنی میں زیرہ ڈالوں پس بہتر ہوگا کہ استاد کی باتوں پر عمل کروں۔ باورچی نے گوشت' زیرہ' نمک' پیاز' پانی اور دوسرے مصالحہ جات ایک ہی وزن اور اندازہ سے لیے اور انہیں دیگ میں ڈال کر پکالیا اور ایک برتن میں ڈال کر استاد کے پاس لے گیا استاد نے پوچھا آج تم نے کونسی چیز پکائی ہے؟ باورچی نے کہا: یہ زیرہ ملی ہوئی یخنی ہے! استاد نے کہا یہ کیسی یخنی ہے اس کا پانی ختم ہے' گوشت خشک ہوگیا ہے اور کڑواہٹ میں نمک کی کان کی مانند ہے۔ پیاز' زیرہ اور دوسرے مصالحہ جات کی تیزی اور تندی کی وجہ سے بدبودار' بدمزہ اور دل آزار ہے کیا تو نے ہر چیز کا اندازہ بھلا دیا ہے؟ باورچی نے کہا: نہیں! میں نے کوئی بات نہیں بھلائی' میں ہمیشہ گوشت سے تین گنا پانی ڈالا کرتا تھا' نمک پیاز اور دوسرے مصالحہ جات بھی بہت کم استعمال کرتا تھا لیکن آج آپ کے حکیمانہ قول کے مطابق حکمت اور دانائی سے کام لیا اور سب چیزیں ایک ہی وزن اور اندازہ سے استعمال کیں! استاد نے کہا اے نادان! میں نے کب کہا ہے کہ سب چیزیں ہم وزن ہوں! باورچی نے کہا تم نے آج کی تقریر میں کہا ہے کہ ہر چیز کا وزن اور قیمت دوسری چیزوں کے وزن اور قیمت کے برابر ہوتا ہے اس لیے ہر معاملہ میں عدل اور مساوات سے کام لینا چاہیے پس میں نے بھی یہی کام کیا ہے۔ استاد نے کہا' ہاں! میں نے بھی یہی کہا تھا ہر چیز کا اپنی جگہ پر درست اور صحیح استعمال ہونا چاہیے لیکن میں نے یہ نہیں کہا تھا کہ سب چیزیں ہر جگہ برابر اور ہم وزن ہوں بلکہ میرا مقصد یہ تھا کہ یخنی بنانے کیلئے ایک پیالہ پانی اور تھوڑا سا نمک برابر ہیں اگر ہر چیز اپنے اندازہ کے مطابق کام میں لائی جائے تو عدالت اور مساوات برقرار رہ سکتے ہیں۔ باورچی نے کہا ہاں! اب میں سمجھ گیا ہوں۔ میں نے تو چند کلمے' عدالت اور مساوات'' سنے تھے کہ آپ نے کہا تھا سب چیزوں کی قیمت برابر ہے۔ استاد نے کہا ہاں! تو نے مقصد کی حقیقت کو نہ سمجھا اگر تمام علوم اور ہنر محض چند کلموں کے سننے سے حاصل ہوجاتے تو سب لوگ دانا بن جاتے۔

روحانی پھکی سے رسولیاں ختم

میرے مطب پر ایک مریضہ آئی' وہ الٹرساؤنڈ رپورٹ ساتھ لائی جس میں ڈاکٹروں نے رحم میں رسولی بتائی اور انہوں نے آپریشن بتایا۔ اس نے کہا کہ میں آپریشن نہیں کرواسکتی میرے پاس اتنے پیسے نہیں ہیں۔ میں نے اس کو روحانی پھکی اور دم والا پانی دیا اور دو ماہ مسلسل استعمال کرنے کا کہا۔ چونکہ وہ مجبور تھی اس نے دو ماہ باقاعدگی کے ساتھ روحانی پھکی استعمال کی اور دو ماہ بعد ٹیسٹ کرایا تو وہ حیران رہ گئی کہ اس کی رسولی ختم ہوچکی تھی۔ وہ مریضہ جگنہ بازار گوجرانوالہ کی رہائشی تھی۔ اس کا نام شمیم تھا۔ (**حکیم عمر حبیب بلوچ' گوجرانوالہ**)

محمد ناصر، راولپنڈی

بزرگ جن نے روزہ افطار کرایا

کم وبیش 20 سال پہلے وہ اپنے نواسے کے ساتھ ہسپتال میں تھیں نواسے کا آپریشن تھا۔ رمضان تھا کوئی بزرگ ان سے ملے جن کو انہوں نے دودھ اور خربوزہ سے روزہ رکھوایا اور انہوں نے کہا کہ پہلے ہم آپ کے گھر گئے تھے وہاں تالا لگا ہوا تھا

ہم لوگ کشمیری ہیں میری والدہ صاحبہ حیات ہیں لیکن اب کچھ ایسی باتیں کرتی ہیں کہ ہمیں ایسا محسوس ہوتا ہے کہ ان کا ذہنی توازن ٹھیک نہیں یا شاید جو وہ کہتی ہیں اس کی کوئی حقیقت ہے یہ اللہ تعالیٰ بہتر جانتا ہے۔

بقول میری والدہ صاحبہ میری نانی صاحبہ کے ساتھ ایک چڑیل تھی جو آتی تھیں تو نانی صاحبہ ڈر جاتی تھیں وہ کہتی تھی کہ یہ میری بیٹی ہے۔ نانا ابو اسے جھڑکتے تھے وہ چلی جاتی تھی۔

میرے والد صاحب کی وفات کے بعد والدہ صاحبہ کئی مرتبہ دہلی گئی ہیں اور وہاں حضرت نظام الدین اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کے مزار پر بھی جاتی رہیں۔

کم وبیش 20 سال پہلے وہ اپنے نواسے کے ساتھ ہسپتال میں تھیں نواسے کا آپریشن تھا۔ رمضان تھا کوئی بزرگ ان سے ملے جن کو انہوں نے دودھ اور خربوزہ سے روزہ رکھوایا اور انہوں نے کہا کہ پہلے ہم آپ کے گھر گئے تھے وہاں تالا لگا ہوا تھا پھر ہم یہاں آئے ہیں۔ بقول ان کے اس کے بعد وہ کئی مرتبہ رات کو ان سے ملنے گھر بھی آئے ہیں اور نقاب میں ہوتے ہیں اور یہ کہتے ہیں کہ ہم آپ کو لینے آئے ہیں لیکن والدہ انکار کرتی رہیں کہ میں نے آپ کے ساتھ نہیں جانا۔ ہم لوگ گھر پر بھی ہوں تو ہمیں تو پتہ نہیں چلنا تھا لیکن صبح کو اٹھ کر وہ ہمیں بتاتی تھیں کہ رات کو وہ آئے تھے اور پھر چلے گئے وہ سوئی ہوتی تھیں تو ان کو پتہ چل جاتا تھا کہ وہ آئے ہیں اور واللہ اعلم کہ وہ دروازہ کھولتی تھیں یا وہ خود اندر آجاتے تھے یہ ہمیں علم نہیں۔

اب پچھلے چھ‘ سات سال سے ہمیں وہ یہ کہانی سناتی ہیں بلکہ ہر آنے والے کو سناتی ہیں کہ ان کی شادی کسی خان صاحب سے ہوگئی ہے جنھوں نے انہیں اتنا زیادہ زیور ڈالا ہے جو کہ ان کی ماما کے پاس ہیں۔ یہ ماما ان کے بچپن میں کوئی کرسچین نرس تھیں جو ان سے پیار کرتی تھیں اور نانا ابو سے کہتی تھیں کہ یہ مجھے دے دو میں اسے اپنی بیٹی بنالوں گی لیکن نانا ابو نے انکار کردیا تھا۔ وہ کہتی ہے کہ میری ماما مجھ سے بہت زیادہ پیار کرتی ہیں اور میرا سارا زیور ان کے پاس محفوظ ہے اور جو وہ خان صاحب کہتی ہیں وہ کوئی نانا ابو کے دوست کا بیٹا ہے جس کا نام لیتی ہیں اور جہاں بھی وہ رہتی ہیں یہی کہتی ہے کہ میں نے اپنے گھر جانا ہے۔ باہر خان صاحب نے گاڑی بھیجی ہے اور باہر جانے کو لپکتی ہے حالانکہ ان سے چلا بھی نہیں جاتا تھا۔ لیکن نامعلوم اس وقت ان میں ایسی کون سی طاقت ہوتی ہے کہ وہ خود چلنا شروع کرتی ہیں حالانکہ باہر کوئی بھی نہیں ہوتا ان کی عمر اس وقت کم وبیش نوے سال کے قریب ہے۔

اب اللہ تعالیٰ بہتر جانتے ہیں کہ اس میں حقیقت کیا ہے لیکن وہ جس اعتماد سے بات کرتی ہیں کوئی محسوس نہیں کرسکتا کہ یہ غلط بیانی کررہی ہیں بلکہ کئی افراد گھر آئے ہیں وہ یہی سمجھتے ہیں کہ یہ حقیقت ہے۔

اور تربوز ہضم ہونا شروع ہوگیا

ایک بزرگ نے اپنا تجربہ بیان کیا کہ مجھے تربوز ہضم نہیں ہوتا تھا میں نے حضرت شیخ الحدیث رحمۃ اللہ علیہ کے معالج جو مدینہ میں مقیم تھے سے عرض کیا انہوں نے فرمایا آئندہ تربوز کے ساتھ اس کے بیج بھی چبالیا کرو میں نے ایسا ہی کیا اور آئندہ کیلئے تربوز ہضم ہونا شروع ہوگیا۔ **(محترم جناب عبدالحمید صاحب)**

شہد سے گلے کی سوزش کامیاب علاج

دن میں تین مرتبہ ایک بڑا چمچہ شہد چاٹنے سے گلے کی سوزش دور ہوجاتی ہے۔ 2 تولہ شہد ایک پاؤ گرم پانی میں حل کرکے غرغرے کریں۔ گلے کی سوزش‘ ورم اور آواز بیٹھ جانے کے لیے مفید ہے۔ گرم دودھ میں تھوڑا سا شہد اور گلیسرین ملا کر گرم گرم چائے کی طرح پیئیں گلے کی سوزش کیلئے مفید ہے۔

عدین شمسی‘ لاہور

نہ انہیں سردی لگتی تھی‘ نہ گرمی......

وہ سخت گرمی میں روئی والے جبہ اور موٹے کپڑوں میں باہر آتے ہیں اور انہیں گرمی کی کوئی پروا نہیں ہوتی

حضرت عبدالرحمن بن ابی لیلیٰ رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں حضرت علی کرم اللہ وجہہ سردیوں میں ایک لنگی اور ایک چادر اوڑھ کر باہر نکلا کرتے تھے اور یہ دونوں کپڑے پتلے ہوتے تھے اور گرمیوں میں موٹے کپڑے ایسا جبہ پہن کر نکلا کرتے تھے جس میں روئی بھری ہوتی تھی۔ لوگوں نے مجھ سے کہا آپ کے ابا جان رات کو حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے باتیں کرتے ہیں آپ اپنے ابا جان سے کہیں کہ وہ حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے اس بارے میں پوچھیں۔ میں نے اپنے والد سے کہا ’’لوگوں نے امیرالمومنین کا ایک کام دیکھا ہے جس سے وہ حیران ہیں۔‘‘ میرے والد نے کہا وہ کیا ہے؟ میں نے کہا ’’وہ سخت گرمی میں روئی والے جبہ اور موٹے کپڑوں میں باہر آتے ہیں اور انہیں گرمی کی کوئی پروا نہیں ہوتی اور سخت سردی میں پتلے کپڑوں میں باہر آتے ہیں نہ انہیں سردی کی کوئی پراہ ہوتی ہے اور نہ وہ سردی سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں تو کیا آپ نے ان سے اس بارے میں کچھ سنا ہے؟ لوگوں نے مجھے کہا ہے کہ جب آپ رات کو ان سے باتیں کریں تو یہ بات بھی ان سے پوچھ لیں۔‘‘ چنانچہ جب رات کو میرے والد حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پاس گئے تو ان سے کہا ’’اے امیرالمومنین! لوگ آپ سے ایک چیز کے بارے میں پوچھنا چاہتے ہیں۔‘‘ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے کہا وہ کیا ہے؟ میرے والد نے کہا آپ سخت گرمی میں روئی والا جبہ اور موٹے کپڑے پہن کر باہر آتے ہیں اور سخت سردی میں دو پتلے کپڑے پہن کر باہر آتے ہیں نہ آپ کو سردی کی پروا ہوتی ہے اور نہ اس سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں‘‘ حضرت علی المرتضیٰ کرم اللہ وجہہ نے فرمایا ’’اے ابولیلیٰ! کیا آپ خیبر میں ہمارے ساتھ نہیں تھے؟‘‘ میرے والد نے کہا اللہ کی قسم میں آپ لوگوں کے ساتھ تھا۔ حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا: حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے پہلے حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہٗ کو بھیجا وہ لوگوں کو لے کر قلعہ پر حملہ آور ہوئے لیکن قلعہ فتح نہ ہوسکا وہ واپس آگئے۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے پھر حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کو بھیجا وہ لوگوں کو لے کر حملہ آور ہوئے لیکن قلعہ فتح نہ ہوسکا وہ بھی واپس آگئے۔ اس پر حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا ’’اب میں جھنڈا ایسے آدمی کو دوں گا **(باقی صفحہ نمبر 33 پر)**

اولاد کی غلط تربیت کا انجام

حنا بشریٰ، لاہور

کام تو وہ پہلے بھی کرتی تھیں مگر بہو نے اب کچھ بھی کرنا چھوڑ دیا ہے۔ اس کے مطابق کہ سارا دن تو بچوں کے کاموں میں صرف ہوجاتا ہے تو قدسیہ خالہ گھریلو ملازمہ کے ساتھ دن بھر کاموں میں لگی رہتی ہیں اس پر بھی بہو بیٹے کے ماتھے کے بل کم نہیں ہوتے۔

ایک زمانہ تھا جب لوگ بیٹوں کی دعا کرتے تھے، منتیں مرادیں مانتے تھے اور بیٹوں کو بھی ان سے بے پناہ محبتوں کا احساس ہوتا تھا کہ وہ فرماں برداری اور خدمت کو اپنا مقصد حیات گردانتے تھے مگر اب بے جا لاڈ پیار، جائز ناجائز خواہشوں کو پورا کرنے والے والدین بیٹوں کی خدمت سے محروم ہوجاتے ہیں۔ اس میں کسی کا قصور نہیں صرف ان کی غلط تربیت کا قصور ہوتا ہے۔

ساتھ والے گھر سے زور شور سے چلانے کی آوازیں آرہی تھیں، صدیقی صاحب کے گھر سے اس قسم کی آوازوں کا آنا اب معمول بنتا جارہا ہے۔ محلے والوں نے اب اس صورتحال پر غور کرنا چھوڑ دیا ہے۔ مگر میں نے اپنی حساس طبیعت کی بناء پر پھر غور کرنا شروع کردیتی ہوں۔

صدیقی صاحب اور ان کی بیوی قدسیہ خالہ دونوں بہت ملنسار لوگ ہیں ہم جب شروع میں یہاں شفٹ ہوئے تو قدسیہ خالہ کی اپنائیت نے ہی ہمیں اجنبیت کا احساس نہیں ہونے دیا۔ قدسیہ خالہ کے دو بیٹے اور تین بیٹیاں تھیں۔ دونوں بیٹے بڑی دعاؤں اور مرادوں کے بعد ہوئے تھے۔ اس بات کا دونوں کو بخوبی احساس دلایا گیا۔ آخر کار یہ ہوا کہ دونوں نے اپنے آپ کو کسی ریاست کا بادشاہ سمجھنا شروع کردیا اور والدین اور بہنیں انہیں زرخرید غلام لگنے لگے۔ صدیقی صاحب نے بارہا قدسیہ خالہ کو سمجھایا کہ بیٹوں کو اس قدر لاڈ پیار نہ کرو ورنہ نقصان اٹھاؤ گی۔ بیٹیوں سے بھی پیار کیا کرو وہ خدمت کرتی ہیں۔ مگر قدسیہ خالہ نے ایک نہ سنی ہر بات پر ان کی ڈھال بن جایا کرتی تھیں۔ بیٹیوں کے ساتھ زیادتی کرکے وہ ان دونوں کی خواہشیں پوری کرتی تھیں۔ آخر صدیقی صاحب نے ہار مان کر خاموشی اختیار کرلی۔

بیٹوں کو اعلیٰ تعلیم دلوائی گئی، غرض ان کی ہر ضرورت کا خیال رکھا گیا۔ صدیقی صاحب نے ایک ایک کرکے دونوں بیٹوں کے ساتھ تینوں بیٹیوں کی بھی شادیاں کردی۔ تینوں بیٹیاں اپنے گھر کی ہوئیں تو صدیقی صاحب نے سکھ کا سانس لیا۔ انہوں نے قدسیہ خالہ کو ان کے بیٹوں کی ناز برداری اٹھانے کیلئے اکیلا چھوڑ دیا دو سال قبل ہی صدیقی صاحب وفات پاگئے۔ اب بہو بیٹوں نے پر پرزے نکالنے شروع کیے۔ بڑے بیٹے عرفان کو باہر کی ایک فرم میں ملازمت کی آفر ہوئی اور وہ بیوی سمیت لندن چلا گیا۔

قدسیہ خالہ کو دکھ تو بہت ہوا کہ ان سے اجازت کی کسی نے ضرورت بھی محسوس نہیں کی۔ انہیں تو صرف جانے کی اطلاع دی گئی تھی۔ صدیقی صاحب کے جانے کے بعد تو وہ بجھ سی گئی تھیں مگر بیٹے کی دوری نے انہیں توڑ کر رکھ دیا۔ ابھی یہی غم کیا تھے کہ چھوٹے بیٹے کامران اور اس کی بیوی نے بھی اپنی اصلیت دکھانی شروع کردی۔ پہلا حملہ قدسیہ خالہ کے کمرے پر ہوا انہیں کمرے سے بے دخل کرکے چھوٹے سٹور نما کمرے میں جانا پڑا کیونکہ ان کے کمرے کو ڈرائنگ روم کا درجہ دیا جانا تھا۔ کام تو وہ پہلے بھی کرتی تھیں مگر بہو نے اب کچھ بھی کرنا چھوڑ دیا ہے۔ اس کے مطابق کہ سارا دن تو بچوں کے کاموں میں صرف ہوجاتا ہے تو قدسیہ خالہ گھریلو ملازمہ کے ساتھ دن بھر کاموں میں لگی رہتی ہیں اس پر بھی بہو بیٹے کے ماتھے کے بل کم نہیں ہوتے۔ ان کا بس چلے تو وہ قدسیہ خالہ کو ایدھی ہوم چھوڑ آئیں۔ بیٹیاں آتی ہیں اور ماں کی حالت زار پر دکھی ہوتی ہیں مگر وہ چھوٹے بھائیوں کو کچھ کہہ نہیں سکتیں کیونکہ انہیں یہ حق کبھی دیا ہی نہیں گیا تھا تو اب وہ کیا کرسکتی تھیں......؟ ماں کی دلجوئی کرکے وہ اپنے گھروں کو روانہ ہوجاتی تھیں کیونکہ بھابی کا موڈ انہیں دیکھتے ہی خراب ہوجاتا ہے۔

بہو بیگم بس صبح وشام ساس پر حکم چلاتی ہیں ذرا سی غلطی پر برا بھلا کہا جاتا ہے۔ بڑھاپے اور کمزوری کے باعث ان سے اب گھر کے کام بھی ڈھنگ سے نہیں ہوتے۔

فرصت کے کسی لمحے میں وہ اکثر میرے پاس آکر دل کا بوجھ ہلکا کرتی ہیں۔ میں انہیں دلاسہ دیتی ہوں ہمت بڑھاتی ہوں اور میں ان کے لیے دعا کے علاوہ کر بھی کیا کرسکتی ہوں۔

آج بھی کسی معمولی غلطی پر ان کی بہو نے انہیں خوب بُرا بھلا کہا اور بیٹے نے سب سن کر بھی ماں کی حمایت میں ایک لفظ نہ کہا کہ وہ ماں جو ہماری ڈھال بن جایا کرتی تھی وہ آج ہمارے آسرے پر ہے مگر اس کی آنکھوں پر خودغرضی کی پٹی بندھی ہوئی ہے اور وہ نجانے کب کھلے۔ قدسیہ خالہ کی باتیں سن کر میں دیر تک سوچتی ہوں کہ قدسیہ خالہ نے غلط تربیت کرکے اپنے دونوں بیٹوں کو ہاتھ سے نکال دیا۔ اگر وہ بے جا لاڈ پیار کی بجائے ذرا سی سختی سے کام لیتیں تو شاید انہیں آج اپنی ذمہ داریوں کا احساس بھی ہوتا۔

قدسیہ خالہ کے حالات بیان کرنے کے بعد میں ان تمام ماؤں سے التجا کرتی ہوں کہ وہ خدارا اپنے بیٹوں کی تربیت سے غافل نہ ہوں۔ تربیت میں صرف لاڈ پیار، بے جا ضد پوری کرنا اور بے جا حمایت نہیں آتی بلکہ پیار ومحبت سے انہیں یہ بتایا جاتا ہے کہ والدین اور بہنیں بھی ان کی ذمہ داری ہے۔ انہیں اچھا اور مہذب شہری بننے کے ساتھ اچھا بیٹا اور بھائی بھی بننا ہے نہ کہ صرف اچھا شوہر............!!! غلط تربیت کے زیراثر انہوں نے بہنوں کو تو کیا ماں باپ کو بھی نظرانداز کردیا اور اپنی زندگیوں میں مگن ہوگئے مگر یہ بھول گئے کہ قدسیہ خالہ کو تو ان کی غلطی کی سزا تاعمر ملتی رہے گی مگر انہیں مکافات عمل کا سامنا جب ہوگا تو وہ کیا کریں گے۔ کیا معافی مانگنے کیلئے وہ ہستی جس کے قدموں تلے جنت رکھ دی گئی ہے وہ شاید دنیا میں نہ ہو۔

ایک غلط فہمی: ہمارے معاشرے میں کہا جاتا ہے کہ ہمارے معاشرے میں تعلیم کی کمی کے باعث لڑائی جھگڑے ہورہے ہیں لیکن یہ غلط سوچ ہے بلکہ تعلیم تو عام ہے لیکن تربیت نہیں ہے۔ دوسرا تعلیم کا لفظ آتے ہی ہمارا دھیان دنیا کی طرف جاتا ہے تو اس تعلیم سے پیسہ تو آجاتا ہے لیکن تربیت صرف اور صرف دینی تعلیم سے ہی ہوتی ہے جو کہ والدین اور معاشرے میں سکون کا باعث بنتی ہے۔

عبقری کی بددیانتی اور ادویات کا نقصان

ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ آخر آپ عبقری کو بددیانت، بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس صورت میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ **حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔** (ادارہ)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اپریل کے جوابات

1۔ بھائی آپ پریشان نہ ہوں۔ سونف ایک تولہ' مصری ایک تولہ اور بھنے ہوئے کالے چنے آدھ پاؤ۔ ان تینوں اشیاء کو پیس کر ان کا سفوف بنالیں۔ رات کو سونے سے پہلے نیم گرم دودھ کے ساتھ ایک چمچ یہ پھانک لیں اور دودھ پی لیں۔ اگر اس کے ساتھ سیاہ دیسی ہریڑ دو سے تین عدد بھی روزانہ باقاعدگی سے استعمال کریں تو بہت جلد آپ کو واضح فرق محسوس ہوگا۔ **(عائشہ حسان' گوجرانوالہ)**

2۔ ایک پاؤ سرسوں کا تیل لیکر اس میں ایک تولہ میتھرے ڈال کر تیل کی شیشی کو صبح کے وقت دھوپ میں رکھ دیں اور پھر شام کے وقت اٹھالیں ایک ہفتہ مسلسل یہ عمل کریں تیل کا رنگ سرخ ہوجائے گا۔ یہ تیل آپ باقاعدگی سے استعمال کریں۔ بہت بہترین فائدہ ہوگا۔ آزمودہ نسخہ ہے۔ **(حافظ جمشید' کراچی)**

ii۔ آپ روزانہ روغن بادام کی مالش کریں مساج کرنے سے پہلے سورۃ اللیل تین بار پڑھ کر تیل پر پھونک دیا کریں۔ انشاءاللہ بال گرنا بند بھی ہوجائیں گے اور نئے بھی اگنے لگیں گے لیکن عمل میں باقاعدگی ضروری ہے۔ **(علینہ' اسلام آباد)**

3۔ ایک دانشور کا مشہور مقولہ ہے آپ اس کو مشعل راہ بنالیں صبح کا ناشتہ بادشاہوں کی طرح کریں' دوپہر کا کھانا امراء کی طرح کھائیں اور رات کا کھانا کسی فقیر کی طرح کھائیں آپ کی صحت سدا بہار رہے گی۔ ہمیشہ بھوک رکھ کر کھانا کھائیں مرغن اور مصالحہ دار اشیاء سے پرہیز کریں۔ واک زیادہ سے زیادہ کریں۔ **(ڈاکٹر اعجاز محمود' ملتان)**

ii۔ آپ سبزیاں زیادہ استعمال کریں پانی زیادہ سے زیادہ پئیں' روزانہ یوگا اور مراقبہ کریں۔ بیماریاں آپ سے دور رہیں گی۔ صبح وشام ایک تسبیح یَاکَرِیْمُ یَاسَلَامُ کی پڑھیں تہجد کا معمول بنالیں۔ زندگی سکھی ہوجائیگی۔ **(علی' لاہور)**

4۔ پچھلے سال ہمارا پورا گھرانہ بھی ڈینگی کے مرض میں مبتلا ہوگیا تھا۔ میں نے ادارہ عبقری سے جوہر شفاء مدینہ اور اکسیر البدن منگوا کر سب گھر والوں کو استعمال کروائی الحمدللہ بہت جلد صحت یابی ہوگی اور کسی ڈاکٹر کے پاس جانے کی ضرورت نہ پڑی۔ **(مسز منظور' لاہور)**

جون کے سوالات

1۔ محترم قارئین! میرے چار بچے ہیں اور سارے جوان ہیں' میری عمر 60 سال ہے' لیکن مجھے شوگر اور بلڈ پریشر بھی ہے۔ گھٹنوں میں درد بھی رہتا ہے' میں عبقری کی تین چار سال سے قاریہ ہوں' ماشاء اللہ بہت اچھا رسالہ ہے۔ محترم قارئین سے میں پوچھنا چاہتی ہوں کہ رمضان المبارک کا مبارک مہینہ قریب آرہا ہے اور مجھے بیماری بھی ہے اور بڑھاپا بھی ہے لیکن میرا روضہ چھوڑنے کو جی نہیں چاہتا اب تک کوئی روزہ نہیں چھوڑا' کوئی دوا اور دعا کی درخواست ہے کہ یہ رمضان میرا اچھا گزر جائے' کوئی دوا تجویز کردیں کہ میری شوگر ٹھیک رہے۔ **(ز۔ د۔ ایبٹ آباد)**

2۔ **محترم قارئین!** کچھ عرصہ ہوا مجھے عبقری پڑھتے اور اس کے اندر میں نے پڑھا کہ ''رمضان کا مہینہ اللہ تعالیٰ کو منانے کا بہترین مہینہ ہے۔'' محترم قارئین! مجھے سگریٹ نوشی کی بہت پرانی عادت ہے' اس سے چھٹکارے کیلئے کوئی دوا یا وظیفہ بتائیں تاکہ رمضان المبارک کا مہینہ میں اللہ تعالیٰ سے تعلق پکا کرلوں اور اللہ کو راضی کرلوں اور بری عادات سے میری مکمل جان چھوٹ جائے۔ میری لیے دعا کریں۔

3۔ **قارئین!** میں ایک مزدور آدمی ہوں' سارا دن محنت مزدوری کرتا ہوں اور شام کو اپنے بچوں کیلئے روٹی کا بندوبست کرتا ہوں' سخت گرمی میں روزے کے ساتھ مزدوری نہیں ہوتی' براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا نسخہ بتائیں کہ مجھے سارا دن پیاس نہ لگے اور میں مزدوری بھی کروں اور ساتھ سارے روضے بھی رکھوں۔

4۔ **محترم قارئین السلام علیکم!** کے بعد عرض ہے کہ میری شادی کو عرصہ 4 سال ہوچکے ہیں لیکن میں اولاد سے محروم ہوں' مجھے طبی طور پر کوئی مسئلہ نہیں ہے' میرے شوہر کو بھی کوئی مسئلہ نہیں ہے' ہم نے تمام جگہ سے طبی و روحانی علاج کروایا ہے لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ میری عبقری کے توسط سے تمام قارئین سے گزارش ہے کہ مجھے کوئی روحانی علاج بتائیں میں آپ کو تمام عمر دعائیں دوں گی اور تمام قارئین سے گزارش ہے کہ مجھے اپنی خصوصی دعاؤں میں ضرور یاد رکھیں۔ **(د۔ ز۔ راولپنڈی)**

مناقب صحابہ واہل بیت

انتخاب: مکی احمد پوری

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما کی روایت میں ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے میری (یعنی علی رضی اللہ عنہ کی) طرف دیکھ کر فرمایا اے علی! (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) تو دنیا و آخرت میں سردار ہے۔ تیرا محبوب میرا محبوب ہے اور میرا محبوب اللہ کا محبوب ہے اور تیرا دشمن میرا دشمن ہے اور میرا دشمن اللہ کا دشمن ہے اور اس کیلئے بربادی ہے جو میرے بعد تمہارے ساتھ بغض رکھے۔'' **(امام حاکم)**

حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے عرض کیا گیا: یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے بعد کسے امیر بنایا جائے؟ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: اگر تم ابوبکر (رضی اللہ عنہ) کو امیر بناؤ گے تو تم انہیں امانت دار' دنیا سے کنارہ کشی اختیار کرنے والا اور آخرت میں رغبت رکھنے والا پاؤ گے اور اگر عمر (رضی اللہ عنہ) کو امیر بناؤ گے تو انہیں ایسا قوی اور امین پاؤ گے جسے اللہ کے معاملے میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت کا کوئی خوف نہیں ہے اور اگر تم علی (رضی اللہ عنہ) کو امیر بناؤ گے تو انہیں ہدایت یافتہ اور ہدایت دینے والا پاؤ گے جو تمہیں سیدھے راستے پر چلائے گا۔ **(احمد' حاکم)**

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: میری امت میں سب سے زیادہ رحم دل ابوبکر (رضی اللہ عنہ) ہیں اور اللہ کے دین کے معاملے میں سب سے زیادہ سخت عمر (رضی اللہ عنہ) ہیں اور سب سے زیادہ حیادار عثمان بن عفان (رضی اللہ عنہ) ہیں اور سب سے بہتر فیصلہ کرنے والے علی (رضی اللہ عنہ) ہیں۔ **(امام ابن عساکر)**

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: ہر نبی کیلئے دو وزیر آسمان والوں میں سے اور دو وزیر زمین والوں میں سے ہوتے ہیں۔ پس آسمان میں سے میرے دو وزیر جبرائیل و میکائیل علیہ السلام ہیں اور زمین والوں میں سے میرے دو وزیر ابوبکر (رضی اللہ عنہ) اور عمر (رضی اللہ عنہ) ہیں۔ **(ترمذی' حاکم)**

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے فرمایا: تجھ سے محبت کرنے والا مجھ سے محبت کرنیوالا ہے اور تجھ سے بغض رکھنے والا مجھ سے بغض رکھنے والا ہے۔ **(طبرانی)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

قاتلانہ حملے

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ میں اپنے ہمسایوں کے گھر میں ہوں۔ وہاں میرا فون آتا ہے۔ پتہ نہیں وہ کس کا فون ہے۔ کوئی لڑکی غصے میں بول رہی ہوتی ہے۔ اس کے بعد میں کہیں جارہی ہوتی ہوں اور میرے ہاتھ میں ایک گوشت کا شاپر ہے۔ میں کہتی ہوں کہ میں اسے یہیں کہیں چھپا دیتی ہوں واپسی پر لوں گی۔ اتنے میں ایک شخص ہاتھ میں چھری لیے آتا ہے اور مجھے قتل کرنے کیلئے میری طرف آتا ہے۔ میں اونچی آواز سے کہتی ہوں ''اللہ'' یہ نام سن کر وہ چھری پھینک کر چلا جاتا ہے۔ اتنے میں اس سے بھی بُرا شخص آتا ہے اور وہ بھی قتل کرنے کیلئے چھری نکالتا ہے اب میں ''محمد صلی اللہ علیہ وسلم'' کا نام بلند آواز سے لیتی ہوں وہ بھی چھری پھینک کر محمد صلی اللہ علیہ وسلم' محمد صلی اللہ علیہ وسلم کرتا بھاگ جاتا ہے۔ پھر تیسرا شخص آتا ہے اس نے کالے کپڑے پہن رکھے ہوتے ہیں اس کے ہاتھ میں بہت لمبی چھری ہوتی ہے میں اسے ''اللہ محمد صلی اللہ علیہ وسلم'' کا نام سناتی ہوں لیکن وہ میری طرف بڑھتا رہتا ہے میں اس کی چھری پکڑ لیتی ہوں چھری میرے ہاتھ میں دھاروالی طرف سے آتی ہے جس سے میرے ہاتھ کٹ جاتے ہیں۔ میں پتہ نہیں اسی چھری سے اس آدمی کو بہت کٹ لگاتی ہوں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(ر۔ب۔لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق کوئی خفیہ دشمن آپ کو سحر کے ذریعے مسلسل حملے کرکے نقصان پہنچانے کے درپے ہیں۔ گزشتہ دو حملے تو ناکام ہوگئے لیکن تیسری مرتبہ آپ کسی حد تک دشمن کی زد میں آگئیں جس سے آپ کو کچھ نقصان بھی ہوا لیکن انشاء اللہ آپ پھر بھی بچ جائیں گی اور آپ کے دشمن ناکام ہوں گے۔ آپ 313 بار معوذتین روزانہ 41 دن تک پڑھ کر پانی میں دم کرکے پی لیا کریں اور اپنے اوپر بھی دم کرلیا کریں۔

تلاش

خواب: میں نے دیکھا کہ میں کہیں گئی ہوئی ہوں اور وہاں میں (س) کو تلاش کرتی ہوں لیکن وہ وہاں مجھے نظر نہیں آتا۔ اس وقت میرے ساتھ میری قریبی دوست بھی ہے ہم دونوں (س) کو تلاش کرتے ہیں پھر میرے ذہن میں خیال آتا ہے کہ یہی تو اس کی دکان ہے۔ دکان پر جاتی ہوں تو وہاں ایک عورت بیٹھی ہوتی ہے اس سے پوچھتی ہوں تو وہ مجھے اپنے گھر بھیج دیتی ہے جو دکان کے سامنے ہے۔ میں اس کے گھر جاتی ہوں تو ادھر ایک لڑکا ہوتا ہے میں اسے سلام کہہ کر اس کے اندر چلی جاتی ہوں اندر ایک لڑکی کو سلام کرتی ہوں اس سے پوچھتی ہوں تو وہ کہتے ہیں بھائی تو گھر گئے ہیں وہ جمعہ کے جمعہ گھر جاتے ہیں۔ واضح رہے کہ یہ لڑکی اور یہ گھر والے اس کے اپنے نہیں تھے۔ وہ ان کے پاس کام کرتا ہے' پھر میں اس لڑکی سے اس کا نمبر پوچھتی ہوں تو وہ نمبر بتاتی ہے تو مجھے بھول جاتا ہے حالانکہ میرے ذہن میں یہ بات ہے کہ اس (س) نے مجھے نمبر تو دیا ہے اس دکان کا پھر بھی میں نمبر پوچھتی ہوں۔ پھر دیکھتی ہوں کہ میں دلہن بنی ہوئی اور جو باجی ہمیں مسجد میں پڑھاتی تھیں ان کے گھر میں ہوں' وہ باجی مجھے دولہا کے گھر چھوڑ آتی ہیں۔ دولہا کے گھر بارات تیار ہورہی ہوتی ہے۔ چلو تم اپنی پھپھو کے گھر' تو میں ان کے گھر چلی جاتی ہوں۔ پھپھو مجھ سے پوچھتی ہیں کہ آج واقعی تیری شادی ہے کیا؟ تو میں چپ ہوجاتی ہوں اور پھر تھوڑی دیر کے بعد میرے ابو بھی آجاتے ہیں۔ میں دکھی ہوتی ہوں لیکن میرے ابو مسکراتے ہیں اور میرا حال پوچھتے ہیں۔ پھپھو میرے ابو سے پوچھتی ہیں کہ واقعی اسکی شادی ہے آج تو میری پھپھو کہتی ہیں کہ یہ تو دلہن بنی ہوئی ہے حالانکہ وہ جو بارات تیار ہورہی ہوتی ہے وہ میری ہی بارات ہوتی ہے اور خواب کے پہلے حصے میں' میں بتانا بھول گئی کہ اس دکان سے جس پر عورت بیٹھی ہوتی تھی وہاں سے میرے ساتھ جو دوست تھی اس نے اس کو فون کیا جس سے وہ پیار کرتی ہے اور فون کرکے وہ بہت ہی زیادہ اور اونچی آواز میں روتی ہے۔ **(ا۔س۔ملتان)**

تعبیر: آپ کا خواب واضح ہے اور آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ کو اپنا طرز عمل تبدیل کرنا ہوگا اور جسے آپ پسند کرتی ہیں وہ کبھی آپ کو اپنی زندگی میں داخل نہ کرے گا۔ جذباتی فیصلے کا خمیازہ پوری زندگی بھگتنا پڑتا ہے۔ انشاء اللہ آپ کی شادی والدین اور بڑوں کے توسط سے ہوگی اور آپ کو آئندہ زندگی میں خوشیاں ملیں گی۔

مبارک خواب

میں کسی سے کچھ مانگتا ہوں اور پھر میں ایک سنسان علاقہ میں جاتا ہوں اور آسمان کی طرف منہ کرکے کہتا ہوں یا اللہ مجھے ساری زمین دے دے تو ایک عورت آتی ہے اور کہتی ہے تم نے مولیٰ کو (اللہ کو) دیکھا ہے۔ آؤ میرے ساتھ اور ہم پہاڑ کی طرف چلے جاتے ہیں۔ (میں اکثر حقیقت میں دعا کرتا ہوں کہ مجھے سب کچھ دے دے)۔ دوسرے خواب میں دیکھا کہ میرے کمرے میں خانہ کعبہ کی ایک تصویر لگی ہے جسے میں دیکھ رہا ہوتا ہوں۔ ایک دم اس فریم میں سے خانہ کعبہ کی تصویر نیچے گرتی ہے اور میں اسے نیچے گرنے سے پہلے پکڑ لیتا ہوں اور اب اس فریم میں (یعنی خانہ کعبہ کی تصویر گرنے کے بعد) خوبصورت پھولوں کی تصویر لگ جاتی ہے۔ **(فرحان' کراچی)**

تعبیر: فجر کے وقت دیکھے جانے والے خواب کی تعبیر عموماً جلد واقع ہوتی ہے۔ آپ کے دونوں خواب ماشاء اللہ بہت مبارک ہیں اور دینی اور دنیاوی ترقی کا اشارہ ہے' نیز خوشی اور خوشحال زندگی نصیب ہوگی۔ اگر آپ کسی صاحب نسبت بزرگ سے اصلاحی تعلق قائم کرلیں تو آپ کیلئے بہت بہتر ہوگا کیونکہ نسبت سے بندے کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔

قلعہ نما گھر

میں کسی قلعہ نما گھر کی چھت میں موجود ہوں کہ اچانک اس کی دیواریں گرنا شروع ہوجاتی ہیں۔ میرے ساتھ میرے سکول کے دنوں کے دوست ہوتے ہیں وہ بھی اور میں بھی ان دیواروں کو کھڑا کرنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن کھڑی نہیں ہوتیں۔ اگلے خواب میں پھر یہی ہوتا ہے کہ دیواریں کھڑی ہیں اور پھر گرنا شروع ہوجاتی ہیں۔ **(زینب' فیصل آباد)**

تعبیر: اس خواب کے مطابق آپ کو مالی طور پر شدید نقصان کا سامنا ہوسکتا ہے بالخصوص کاروبار یا نوکری کے حوالے سے خطرات کا اشارہ ہے۔ آپ فوری طور پر مالی صدقہ دیں اور یَاحَفِیظُ یَاوَکِیْلُ کثرت سے پڑھا کریں۔

نظر بد کی ایک دردناک روداد

محمد فاران ارشد بھٹی' مظفر گڑھ

ہ گول مٹول بچی ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گئی' پھر وہ پھوڑا اپھٹ گیا اس سے گندہ بدبودار مواد اور پیپ نکلتی۔ چلنے پھرنے والی بچی لاغر ہوکر چارپائی کی ہورہی۔ ماں ہروقت اس کا منہ صاف کرتی دوسرا کوئی بدبو کی وجہ سے اس کے نزدیک بھی نہیں آنے آتا تھا

ایک گاؤں میں ترکھان قوم آباد تھی ان کی نظر مشہور تھی' ان ترکھان بھائیوں میں سے ایک کا واقعہ ہے وہ ایک زمیندار عیسیٰ خان کے گھر ان کا کوئی لکڑی کا کام کرنے گیا' گھروں سے دور ہٹ کے ان کے ڈیرے پر کام کررہا تھا' عیسیٰ خان ان کیلئے گھر سے کھانا لینے گیا تو ان کی دوسال کی بیٹی فضیلت گول گپی' گوری چٹی خوبصورت سی تھی اس کی ماں نے نہلا دھلا کر کنگھی کی' سرمہ ڈالا' اچھے کپڑے پہنا رکھے تھے' جیسے ہی اس نے اپنے والد کو دیکھا تو اس کی گود میں آگئی وہ اسے اٹھائے اٹھائے باہر ڈیرے پر آگئے جہاں ترکھان لکڑی کا کام کررہا تھا وہ بچی دل چسپی سے دیکھنے لگ گئی جوں ہی وہ لکڑی کو ٹھک ٹھک کرتا بچی کھل کھلا کر ہنس پڑتی' ترکھان نے بچی کو دیکھا اور کہا جُٹ بی بی! کیا بات ہے میرا کام آپ کو بڑا پسند آرہا ہے' بچی قہقہے لگا کر ہنسنے لگی' تھوڑی دیر کے بعد عیسیٰ خان بچی کو واپس گھر لے آیا۔

جیسے ہی بچی گھر میں داخل ہوئی تو سست سست سی تھی' آنکھیں لال سرخ ہونا شروع ہوگئیں' آکر خاموشی سی لیٹ گئی' شام تک اسے تیز بخار نے آلیا' تین دن بخار میں پڑی رہی کھانا پینا چھوٹ گیا۔ تین دن کے بعد دیکھا تو اس کے منہ میں مسوڑھوں کی جگہ ایک پھوڑا اپھوٹ رہا ہے۔

اس زمانے میں ڈاکٹر تو نہیں تھے دیہاتی پنساری وغیرہ کوئی ٹونہ ٹوٹکا کرتے تھے حتیٰ المقدور علاج معالجہ کروایا گیا۔ نظر کا بھی خیال آیا وہ دم درود کروائے گئے لیکن بچی کو کہیں سے شفاء نہ ہوئی' منہ میں پھوڑا ہونے کی وجہ سے کھانا پینا ویسے چھٹ چکا تھا' وہ گول مٹول بچی ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گئی' پھر وہ پھوڑا اپھٹ گیا اس سے گندہ بدبودار مواد اور پیپ نکلتی۔ چلنے پھرنے والی بچی لاغر ہوکر چارپائی کی ہورہی۔ ماں ہروقت اس کا منہ صاف کرتی دوسرا کوئی بدبو کی وجہ سے اس کے نزدیک بھی نہیں آنے آتا تھا۔ سب کو یہی خیال تھا کہ یہ بچے گی نہیں......بس یونہی بچاری تکلیفیں دیکھ رہی ہے۔ پھوڑے کی وجہ سے دانت اکھڑنے شروع ہوگئے' بچی خود اپنا دانت نکال کر ماں کے حوالے کرتی اوپر والے چاروں دانت ختم ہوگئے حتیٰ کہ مسوڑھے تک بھی پھوڑے نے کھالیے بچی کمزور تو تھی لیکن عمر تو بڑھ رہی تھی ماں زبردستی چمچ کے ساتھ تھوڑا بہت دودھ اس کو پلا دیتی اسی تکلیف میں بچی تقریباً چار سال کی ہوگئی۔ منہ میں تکلیف ہونے کی وجہ سے وہ بول نہ سکتی تھی جس کی وجہ سے سارے بچے اسے گونگی کہتے۔

خدا کا کرنا کیا ہوا ان ہی دنوں اس گاؤں میں ایک اللہ والے آئے جو ان کے پیر تھے۔ ان پیرصاحب نے جب بچی کو دیکھا تو کہا کہ اس بچی کو بہت زبردست نظر لگی ہوئی ہے میں حیران ہوں کہ یہ بچی زندہ کیسے ہے؟ انہوں نے بچی پر دم کیا ایک تعویذ بنا کر دیا کہ اس تعویذ کو پانی میں ڈال کر بچی کو نہلائیں کچھ تعویذ پینے کیلئے بھی دیئے' گلے میں ڈالنے کا تعویذ بھی دیا۔ پیرصاحب کی ہدایت کے مطابق بچی کو تعویذ استعمال کروائے گئے تعویذوں کے اثر اور اللہ تعالیٰ کے حکم سے سب سے پہلے پھوڑے کی پیپ خشک ہونی شروع ہوگئی' آہستہ آہستہ پھوڑا بالکل ختم ہوگیا' بچی کھانے پینے کے قابل ہوگئی تو اس کی صحت بھی بحال ہونے لگی' منہ کا درد ختم ہوگیا تو جھجک کر بچی بولنے بھی لگی تو آخر کار مکمل باتیں کرنے لگی' بس وہ پھوڑا بچی کے دانت لے گیا۔ بچی جب جوان ہوئی تو اس کے مصنوعی دانت لگوائے گئے۔ یہ تھی نظر لگنے کی ایک دردناک روداد۔

رمضان کے مقدس لمحات حضرت حکیم صاحب کیساتھ

صحابہ کرام واہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین' اولیاء کرام اور بزرگان دین رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ رمضان المبارک کی آمد سے پہلے ہی خود کو اور اپنے اوقات کو رمضان کے قیمتی لمحات کیلئے فارغ کرلیتے تھے۔ ان قیمتی گھڑیوں' بابرکت لمحات' اصلاح نفس' تزکیہ باطن' اور اپنی زندگی سنوارنے والوں کیلئے حضرت حکیم صاحب کی صحبت اور زیرنگرانی تسبیح خانہ میں وقت گزارنے کا نادر موقع۔ پورا مہینہ' چند دن یا آخری عشرہ بھی قیام کی اجازت ہے۔ خواہش مند حضرات دفتر ماہنامہ عبقری میں رابطہ فرمائیں۔ **نوٹ:** حسب موسم بستر ہمراہ لائیں' سحری اور افطاری کا مکمل انتظام ہوگا۔ (ادارہ)

عبقری میں جان ہے

شازیہ نورین' پشاور

عبقری نے ہماری زندگیوں میں سکون بھر دیا ہے۔ جیسے عبقری میں جان ہے ویسے اس کی دوائیوں میں بھی جان ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کا رسالہ 2009ء ستمبر سے پڑھ رہی ہوں' میں روحانی رسائل بہت پڑھتی ہوں' لیکن دل کو تسلی نہیں ہوتی تھی جب سے عبقری رسالہ پڑھ رہی ہوں' سارے رسائل چھوڑ کر صرف یہی پڑھ رہی ہوں' میں 2010ء رمضان میں آپ کا بتایا ہوا ایک عمل 10 فائدے جو رمضان میں آیا تھا۔ پڑھا تھا' رمضان اور رمضان کے علاوہ اب تک......میرے بھائی کا سعودیہ میں اقامہ نہیں بن رہا تھا وہ عمل کیا تو فوری اقامہ بن گیا۔ پھر ان کی تنخواہ میں اضافہ کیلئے پڑھا تو تنخواہ میں اضافہ ہوگیا۔ پھر امی کی بیماری کیلئے پڑھا تو ان کی طبیعت سنبھل گئی' میری امی کے تین وال بند ہیں' ہائی بلڈ پریشر ہے' ایک گردہ ناکارہ ہے اور شوگر شکری اور خون دونوں کی ہے اور ساتھ میں دانتوں کا مسئلہ اور پھر کالے جادو کا مزید اضافہ......تو میں ان سب چیزوں کیلئے پڑھ رہی ہوں اللہ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ میری والدہ کی تکلیفیں پہلے سے اب آدھی رہ گئی ہیں اور میری والدہ اب سکون سے سوتی ہیں۔ وہ وظیفہ درج ذیل ہے۔ اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ وَلِوَالِدَیَّ وَلِلْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِیْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْاَحْیَاءِ مِنْھُمْ وَالْاَمْوَاتِ ہر پل ہر سانس کھلی تعداد میں دن رات نہایت کثرت سے اس کو پڑھیں کوشش ہو کہ رمضان المبارک میں ایک سوا لاکھ، دوسوا لاکھ، تین سوا لاکھ ورنہ ایک سوا لاکھ ہوجائے اگر مجبوری کیوجہ سے کچھ تعداد رہ جائے تو رمضان کے بعد پورا کرسکتے ہیں گھر کا ہر فرد پڑھے ورنہ گھر کے جتنے افراد زیادہ سے زیادہ پڑھ سکتے ہیں پڑھیں ہر بندہ اپنی تعداد پوری کرے' جتنا زیادہ سے زیادہ ان باسعادت راتوں میں پڑھیں گے اتنا کمال ملے گا۔

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

محمد احمد' گجرات۔ شیزا ماہین' جیزان رحمان' حافظ عباس' محمد ظہیر خان' لاہور۔ صوفی محمد رضا قادری' رانا محمد اقبال' جہانیاں۔ حکیم عاشق حسین فاروقی' کراچی۔ قاری ندیم احمد نقشبندی' عظمیٰ عبدالستار میمن' روزینہ۔ فاطمہ زیب' فیصل آباد۔ احتشام حسن ابدال' محمد حبیب بلوچ' گوجرانوالہ۔ فیاض حسین' جہلم۔ فرحت' لاہور۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

سٹرابری سے کیا بن سکتا ہے؟

میرے پاس ایک قیمتی دری ہے جس پر ڈیزائن بنے ہوئے ہیں' لیکن سرسوں کا تیل گرنے سے اس پر دھبے پڑ گئے ہیں جن سے دری خراب ہوگئی ہے۔ پانی سے دھبے صاف نہیں کرسکتے کیونکہ پھولوں کے رنگ اڑنے کا اندیشہ ہے۔ کوئی ٹوٹکہ بتائیے نیز یہ بھی بتائیے کہ اسٹابری پھل سے کیا کچھ بن سکتا ہے؟ **(شیزا' لاہور)**

مشورہ: شیزا! جب کبھی قالین پر دودھ' چائے یا سالن وغیرہ گرجائے تو اس پر ٹالکم پاؤڈر یا بورک پاؤڈر جو بھی میسر ہو چھڑک دیجئے اور بعد میں اُسے صاف کرلیجئے۔ اب آپ کی قیمتی دری کا مسئلہ یہ ہے کہ اس کے رنگ کچے ہیں' آپ بازار سے بلاٹنگ کاغذ لائیے اور دھبے کے اوپر اور نیچے یہ کاغذ رکھئے' استری گرم کرکے بلاٹنگ کاغذ پر رکھئے' تیل کے داغ کم ہوجائیں گے۔ اب اس پر آپ تھوڑا سا سٹارچ (کلف) چھڑک دیجئے' ایک دو گھنٹہ بعد برش سے صاف کرلیجئے' کچھ فرق ضرور پڑے گا۔

اسٹرابری آپ فریزر میں محفوظ کرسکتے ہیں۔ اس کا جیم بنتا ہے تاہم مربہ وغیرہ نہیں بنتا۔ اس کا جوس بھی بنتا ہے۔ تھوڑا سا پانی ملا کر جوس بن سکتا ہے۔ بازار والے بھی اسٹرابری فریز کرلیتے ہیں اور حسب فرمائش جوس بنا لیتے ہیں۔

حمل ضائع

میرا مسئلہ یہ ہے کہ تین سال میں میرے دو حمل ضائع ہوچکے ہیں۔ ایک بچی پیدا ہوئی تھی وہ بھی ایک مہینے بعد فوت ہوگئی' ہم سخت پریشان ہیں۔ **(فوزیہ شاکر' ساہیوال)**

مشورہ: فوزیہ بی بی! آپ جوابی لفافہ پتہ لکھا ہوا بھیجئے اور اس میں سارا حال لکھ دیجئے' اوپر تلے حمل ضائع ہونے سے جسم میں خون کی کمی اور اندرونی کمزوری ہوجاتی ہے۔ اپنا مکمل چیک کروائیں اور رپورٹیں ہمیں بھی بھیجیں۔ انشاء اللہ رپورٹیں دیکھ کر آپ کیلئے ادویات ترتیب کردی جائیں گی۔

گرتے بال

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے اور میرے شوہر کے بال بہت تیزی سے گر رہے ہیں۔ مسئلے کے حل کیلئے میں کیا استعمال کروں؟ ڈاکٹر کو ملٹی نیشنل کمپنی کا شیمپو تجویز کرتے ہیں' لیکن اس سے ہمیں کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ **(سویرا' کراچی)**

مشورہ: بالوں کا مسئلہ یہ ہے کہ ایک بار گرنے لگیں تو پھر انہیں سنبھالنا مشکل ہوتا ہے۔ بہرحال آپ اپنی غذا میں روزانہ بند گوبھی بطور سلاد استعمال کیجئے اور بادام کی سات آٹھ گریاں روزانہ صبح کھالیا کریں۔ عبقری دواخانہ کا طب نبوی ہیئر آئل مستقل مزاجی سے استعمال کریں انشاء اللہ آپ کا مسئلہ جلد حل ہوجائے گا۔ نماز اور قرآن کی پابندی لازمی کریں۔ اس سے انشاء اللہ آپ کی تمام پریشانیاں ختم ہوجائیں گی۔

دانتوں کا رنگ

میرے دانت پیلے ہوگئے ہیں جو بہت برے لگتے ہیں۔ اس کے علاوہ میرے دانتوں میں کیڑا لگا ہوا ہے' جس کی وجہ سے جب بھی کچھ بھی کھالوں دانتوں میں جلن اور دکھن شروع ہوجاتی ہے' میں نے بہت سے ٹوتھ پیسٹ استعمال کیے لیکن فرق نہیں پڑا' میرے مسوڑھوں میں بھی سوجن ہے۔ **(فاطمہ' راولپنڈی)**

مشورہ: فاطمہ بی بی! بعض لوگوں کے دانتوں کا رنگ فطرتاً پیلا ہوتا ہے۔ بہرحال آپ عبقری دواخانہ کا تیار کردہ سچا منجن صبح و شام استعمال کریں۔ آپ ہفتے میں دو بار میٹھے سوڈے کو انگلی پر لگا کر دانت صاف کیجئے' فرق پڑ جائے گا۔ روزانہ ایک لیموں کا رس پانی میں ملا کر پی لیا کیجئے۔ وٹامن سی کی گولیاں مل جائیں تو وہ کھالیا کیجئے۔ دانتوں کی صحت کیلئے اچھی ہیں۔ نماز کی پابندی کریں اور وضو کرنے سے پہلے مسواک لازمی استعمال کریں۔ مسواک کے بے شمار فوائد ہیں اور یہ سنت بھی ہے۔ میں نے بہت سے ایسے مریض دیکھے ہیں جنہوں نے مسواک کو صرف سنت سمجھ کر استعمال کیا اور ان کی بہت سی بیماریاں دور ہوگئیں۔

رات بھر بے چینی

میں پیدل بہت چلتی ہوں' پہاڑوں پر روزانہ چڑھنا اور اترنا پڑتا ہے' رات کو میرے پاؤں بہت دکھنے لگتے ہیں' خصوصاً دو ماہ سے سخت تکلیف ہے' ایسی دوا بتائیے جو میں آسانی سے کھاسکوں اور کوئی تکلیف نہ ہو۔ میں رات بھر بے چینی سے پاؤں پٹختی رہتی ہوں لیکن پیدل چلے بغیر گزارا نہیں کیونکہ ہم نے کھانا پکانے کیلئے لکڑیاں' پانی اور سبزیاں وغیرہ لانے کیلئے پہاڑ سے نیچے آنا ہمارا معمول ہے اور اس کے بغیر ہمارا گزارا نہیں۔ آرام کرنے کے باوجود درد کم نہیں ہوتا' پوری رات تکلیف میں گزرتی ہے' صبح اٹھ کر پھر اپنے کام پر لگ جاتا ہوں' پاؤں میں چنڈی بھی ہوگئی ہے اس میں بھی درد ہوتا ہے۔

مشورہ: جو لوگ محنت مشقت کرتے ہیں اور میلوں پیدل چلتے ہیں' ان کے پاؤں تھکن سے چور ہوجاتے ہیں۔ پاؤں ہمارے جسم کا سارا بوجھ اٹھاتے ہیں ان پر زیادہ بوجھ پڑ جائے تو بیچارے درد کے مارے بے حال ہوجاتے ہیں۔ آپ کے پاؤں بھی تھک گئے ہیں۔ بہرحال آپ پریشان نہ ہوں' شام کو گھر آکر ایک تسلے میں نیم گرم پانی ڈال کر اس میں پاؤں بھگوئیے' ٹھنڈا ہوجائے تو تھوڑا سا گرم پانی اور ڈالیے۔ آپ کو دس منٹ کیلئے پاؤں بھگونے ہیں۔ اس کے بعد آپ ایک لیموں کاٹیے۔ آدھا لیموں پاؤں کے تلوے اور ایڑھی پر اچھی طرح رگڑیئے' سارا رس جب نکل جائے۔ اسی طرح لیموں کا دوسرا کٹا ہوا حصہ دوسرے پاؤں پر رگڑیئے۔ گرم پانی سے پاؤں کے مسام کھل جائیں گے اور لیموں کا رس ان کو ٹھنڈک دے گا۔ امید ہے آپ کا سارا درد دور ہوجائے گا اور آپ کو گہری نیند آئے گی۔

صبح آپ ایک بڑا چمچ شہد کا ایک گلاس پانی میں ملائیے' اس میں ایک لیموں نچوڑیے اور پی لیجئے۔ ایک ہفتہ پی کر چھوڑ دیجئے۔ پاؤں کی چنڈی پر رات آپ آدھا لیموں کاٹ کر کپڑے کی پٹی باندھ دیجئے' صبح کھول دیجئے' پانچ دن لیموں کا تازہ ٹکڑا باندھنے سے چنڈی کا درد دور ہوجائے گا اور وہ تحلیل ہوجائے گی۔ لیموں ایسی چیز ہے جو ہر جگہ دستیاب ہے اور آپ اسے ایک دو ہفتے محفوظ بھی کرسکتے ہیں۔ شہد اور لیموں پینے سے آپ کے جسم میں توانائی آئے گی اور آپ نئے سرے سے کام کرسکیں گے۔ لیموں میں بہت سے غذائی اجزا شامل ہوتے ہیں جن سے انسانی صحت پر خوشگوار اثر پڑتا ہے۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ' کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ **(ادارہ)**

موسم گرما کی مفید و مزیدار سبزیاں

محمد سردار، سیالکوٹ

گرم مزاج والے اشخاص کیلئے اور پیچش اور سوزاک میں اس کا لعاب نکال کر پلانا بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ نرم و نازک بھنڈی جس میں ابھی بیج نہ پڑے ہوں سفوف کر کے کھلانا جریان، رقت منی کیلئے بہت مفید ہے

توری: اسے تنہا یا گوشت میں پکا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ دو قسم کی ہوتی ہے۔ ایک تو وہ توری جس کی لمبائی میں ابھری ہوئی لکیریں ہوتی ہے۔ دوسری گھیا توری جس کا بیرونی پوست چکنا اور ہموار ہوتا ہے۔ اس سبزی کا مزاج سرد تر ہوتا ہے۔ گرم مزاج اشخاص اور گرم امراض میں بہترین ترکاری ہے۔ زود ہضم ہے، سوزاک، بول الدم، بواسیر اور گرم بخاروں میں توری کو تنہا پکا کر کھانا چاہیے۔ سرد مزاج والے اصحاب کیلئے مضر ہے لیکن اگر اس میں پکاتے وقت گرم مصالحہ ڈال دیا جائے تو یہ مضر نہیں رہے گی موسم گرما کی نفیس ترین اور زود ہضم سبزیوں میں شمار ہوتی ہے۔

بھنڈی: یہ موسم گرما میں جب جسم سے مسلسل پانی بہہ رہا ہوتا ہے تو لعاب دار مشروبات اور سبزیاں جسم میں پانی کو ذخیرہ کرنے کا کام انجام دیتی ہیں جن میں سے ایک سبزی بھنڈی ہے اس کی بھجیا بنا کر روٹی کے ساتھ بڑی رغبت سے کھائی جاتی ہے۔ گرم مزاج والے اشخاص کیلئے اور پیچش اور سوزاک میں اس کا لعاب نکال کر پلانا بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ نرم و نازک بھنڈی جس میں ابھی بیج نہ پڑے ہوں سفوف کر کے کھلانا جریان، رقت منی کیلئے بہت مفید ہے۔ مادہ منویہ کو گاڑھا کرتی اور پیچش جیسے موذی مرض کو رفع کرتی ہے۔ وزن بڑھاتی ہے، خصوصاً بھنڈی اور اروی کھانے کے بعد پانی نہیں پینا چاہیے۔

ککڑی: اس کے بیج بھی دوا کے طور پر استعمال ہوتے ہیں۔ اسے زیادہ تر خام حالت میں کھایا جاتا ہے۔ گرم مزاج والے اصحاب کیلئے بہت سودمند ہے۔ صفرا اور خون کو تسکین دیتی ہے اور پیاس بجھاتی ہے۔ پیشاب آور ہے، اس کا چھلکا رکھنے یا اسے پیس کر ضماد کرنے سے گرمی کی وجہ سے سر کا درد رک جاتا ہے۔ گرمی کی وجہ سے اگر آنکھوں میں ورم آجائے تو ککڑی کو گول گول ٹکڑے کاٹ کر آنکھوں پر رکھ کر تھوڑی دیر لیٹ جائیں، ورم جاتا رہتا ہے۔ اسے نمک اور کالی مرچ لگا کر کھانا چاہیے۔ اس کے بیج پیشاب آور ہونے کی وجہ سے مرض سوزاک اور پیشاب رکنے میں بہت مفید ہوتے ہیں۔ اس کے بیجوں کو پیس کر سردائی کی شکل میں پلانے سے جگر و معدہ کی حرارت کم ہوتی ہے اور گردہ مثانہ کی پتھری کو خارج کرنے میں مدد دیتی ہے۔ بیجوں کو پیس کر چہرے پر ضماد کرنے سے چہرہ صاف ہوجاتا ہے۔ چہرے کے داغ اور پھنسیاں ختم ہوجاتی ہے۔

کھیرا: سرد مزاج رکھنے والا مشہور پھل بھی ککڑی کی طرح نمک اور کالی مرچ لگا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ خون اور صفرا کی حدت کو کم کرتا ہے۔ پیاس کو زائل کرتا ہے اور پیشاب بکثرت لاتا ہے۔ خونی بخاروں، سوزش بول اور یرقان میں بہت مفید ہے۔ کھیرا خفقان حار کیلئے بھی بہت مفید ہے۔ بے خوابی کیلئے بہت کارآمد ہے۔ اس کے مغز کا لیپ (ماسک) جلد کو صاف کرتا اور رنگ نکھارتا ہے۔ جوانی کی وجہ سے چہرے پر دانے پھنسیاں چھائیاں صاف کرتا ہے۔

کدوئے دراز: اسے تنہا یا گوشت یا چنے کی دال میں پکا کر کھایا جاتا ہے۔ صفراوی، دموی اور خونی مزاج اشخاص کیلئے بہترین خوراک ہے اور گرم امراض مثلاً صفراوی اور خونی بخاروں، گرم کھانسی، سل ودق، جنون و مالیخولیا میں بہت مفید ہے۔ اس کے تازہ چھلکے یا اس کا گودا مرض سرسام، درد سر اور جنون و مالیخولیا میں پیشانی پر پیس کر ضماد کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ سل کے مرض میں کدو کا پانی نکال کر پلانا مفید ہے اور بڑھی ہوئی حرارت اور پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ کدو کو گل حکمت کر کے بھاڑ یا تندور میں رکھ دیا جاتا ہے۔ جب مٹی سرخ ہوجائے تو نکال کر گل حکمت دور کر کے کدو سے پانی نچوڑ لیتے ہیں اور مصری یا شربت نیلوفر سے شیریں کر کے پلاتے ہیں، آپ ﷺ نے کدو کی بہت تعریف فرمائی ہے۔

(بقیہ: نہ انہیں سردی لگتی تھی نہ گرمی......)

جسے اللہ اور اس کے رسول ﷺ سے بہت محبت ہے اللہ اس کے ہاتھوں فتح نصیب فرمائے گا اور وہ بھگوڑا بھی نہیں ہے۔" چنانچہ حضور ﷺ نے آدمی بھیج کر مجھے بلایا اور آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا میری آنکھ دکھ رہی تھی مجھے کچھ نظر نہیں آرہا تھا۔ حضور ﷺ نے میری آنکھوں پر لعاب لگایا اور یہ دعا کی اے اللہ! گرمی اور سردی سے اس کی حفاظت فرما! اس کے بعد مجھے نہ کبھی گرمی لگی اور نہ کبھی سردی۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

اس ماہ کا حلقہ کشف المحجوب 24 جون بروز اتوار کو ہوگا

آج ہمارا جو باب ہے اس میں پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے ان لوگوں کا تذکرہ کیا ہے جنہوں نے دین کے نام پر نئی چیزیں ایجاد کیں۔ اس کو انہوں نے فسطائیہ کا مذہب یا فرقہ کہا ہے اس کو فسطائی بھی کہتے ہیں۔ آج سے گیارہ سو سال پہلے کم وبیش لکھی جانے والی کتاب میں شیخ نے اللہ کی محبت اور معرفت وقرب اور سالکین کیلئے اسرار و رموز بیان کیے ہیں لیکن اس کے ساتھ یہ بھی بیان کیا ہے کہ ان راہوں پر چلنے والا کن وساوس یا خطرات سے گزرتا ہے کہیں وہ راہ معرفت پر چلتے چلتے گمراہی میں نہ چلا جائے اور اسی کو صحیح دین نہ سمجھتا رہے جس طرح معالج دوا کے ساتھ پرہیز بھی بتاتا ہے۔ شیخ لکھتے ہیں ملحدوں کا ایک گروہ تو فسطائیہ آگے وضاحت لکھتے ہیں کہ یعنی ہر بات میں شک کرنے والے پھر فرماتے ہیں کہ ملحدوں کا ایک اور گروہ ہے جو طریقت یعنی تصوف سے تعلق رکھتا ہے وہ کہتے ہیں کہ کسی چیز کا علم بھی صحیح نہیں ہوسکتا اس لیے اس علم کا ہمارے لیے ترک کردینا اس کے ثابت کرنے سے زیادہ اچھا ہے لیکن یہ بات ان کی حماقت اور لاعلمی کی وجہ سے ہے کیونکہ علم کا ترک کرنا دو حال سے خالی نہیں یا تو علم کی وجہ سے ہی علم کو ترک کیا جائے یا لاعلمی کی وجہ سے ہوگا اگر علم کی وجہ سے ہو تو علم علم کی نفی نہیں کرتا۔ اب رہی جہالت۔۔۔۔ چونکہ یہ بات صحیح ہے کہ علم کی نفی جہالت ہے تو جاہل ہر صورت قابل ملامت ہوگا۔ جہالت اور ترک علم مشائخ صوفیاء کے عقیدے کے خلاف ہے۔ آج کے دور میں بھی فسطائی موجود ہیں جو ماڈرن ازم کے نام پر ہوں یا سیکولر ازم کے نام پر۔ جو دین کے ہر حکم کو اپنی عقل کی کسوٹی پر پرکھتے ہیں اگر ان کی عقل میں آجائے تو شریعت کے اس حکم کو مان لیتے ہیں ورنہ ہر بات کی لوجک، وضاحت اور سائنس کے لحاظ سے اس کی دلیل مانگتے ہیں اور اس حکم کی نفی کردیتے ہیں۔ حالانکہ انسان اپنی ذات کے متعلق بھی کامل علم نہیں رکھتا اور اپنے افعال وخواص سے مکمل واقف نہیں لیکن اپنی ذات سے انکار نہیں کرتا اور جو شریعت اور احکامات حضور اکرم ﷺ کے ذریعے ہم تک آئے ان کو اپنی ناقص عقل کی بنا پر قابل تقلید نہیں سمجھتا۔ کشف المحجوب کو پڑھا جائے اور اس کی باریکیوں میں اترا جائے تو یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے شیخ ہمارے دور کے فتنوں پر ہی بات کی ہے اور ان کی حقیقت سامنے لائے ہیں۔

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میرے تجربات آزمودہ — میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

گردے کی پتھری کا لاجواب نسخہ

(حکیم مہتاب حسین دہلوی' نوشہرہ)

قارئین کرام السلام علیکم! نہایت آداب کے بعد گزارش ہے کہ گردے کی پتھری کا ایک لاجواب نسخہ حاضر خدمت ہے امید ہے آپ اسے پسند فرمائیں گے اور مستفید بھی ہوں گے۔ نسخہ حاضر خدمت ہے:۔ **ھوالشافی:** نمک پوست خربوزہ 5 تولہ' نمک حنظل (تمہ) 5 تولہ' نمک مولی 5 تولہ' جوکھار 5 تولہ' قلمی شورہ 5 تولہ' نوشادر 5 تولہ' ریوند چینی 5 تولہ' سنگ سر ماہی 5 تولہ' دال کلتھی 5 تولہ' تمام کو تنے پیسنے والی ادویہ کو کوٹ کر کپڑ چھان کرلیں اور خوب اچھی طرح ملالیں اور شیشے کے جار میں بند کرکے محفوظ کرلیں کہ ہوا کی نمی جار میں داخل نہ ہو۔ **طریقہ استعمال:** تین ماشے دوا 2 تولہ جوارش زرعونی میں لپیٹ کر کھالیں۔ اوپر سے کچی لسی تقریباً تین پاؤ پی لیں یہ عمل آپ صبح ناشتے کے ایک گھنٹہ بعد اور شام 4 بجے کریں۔ پیشاب کھل کر سفید رنگ کا تیزی سے آئے گا اور اس میں پتھری کے ذرات بھی نکلنے شروع ہوجائیں گے۔

نمک پوست خربوزہ: خربوزے کے دس کلو سوکھے ہوئے چھلکوں کو جلالیں کہ سفید راکھ بن جائے اس راکھ کو 10 کلو پانی ایک ٹین میں ڈال کر راکھ ڈال دیں اور دن میں تین چار بار پانی کو ہلا دیا کریں چوتھے دن صاف نتھرے ہوئے پانی کو ایک برتن میں ڈال کر آگ پر خشک کرلیں نیچے نمک برآمد ہوگا اسے کھرچ کر محفوظ کرلیں اور استعمال میں لائیں۔

نمک حنظل: تازہ تموں کو لے کر سیب کا جوس نکالنے والی جوسر میں سے تموں کا پانی نکالیں یہ تقریباً دس کلو کے قریب ہو۔ یہ پانی ایک برتن میں ڈال کر آگ پر رکھیں جب تمام پانی خشک ہوجائے تو نیچے نمک حنظل برآمد ہوگا اسے کسی تیز دھار آلے سے کھرچ لیں یہی نمک حنظل ہے۔

نمک مولی: نمک مولی بھی نمک حنظل کی طرح حاصل کریں۔

یہ تقریباً ایک مریض کو 21 دن تک کروائیں سات دن کے بعد پیشاب سفید شیشے کی بوتل میں کریں اور ایک گھنٹے کے بعد ملاحظہ کریں اسی طرح یہ عمل دن میں تین دفعہ کریں آپ کو پتھری کے ذرات نظر آنا شروع ہوجائیں گے۔

میرے آزمودہ نسخے

(صوبیدار (ر) اللہ بخش' جھنگ)

پاؤں کے تلوے میں موہری کا شرطیہ علاج

میری پوتی کے پاؤں کے تلوے میں انگوٹھے کے نیچے موہری نکل آئی وہ چلنے پھرنے سے رہ گئی کیونکہ موہری کے باعث درد ہوتا تھا' ڈاکٹروں سے رجوع کیا تو انہوں نے "دل روز" لگانے کیلئے دی مگر فائدہ نہ ہوا پھر ہم نے ڈاکٹر سرجن سے رجوع کیا تو سرجن نے ڈوفلم (DUO FILM) دوائی دی کہ اس کو پاؤں کے متاثرہ حصہ پر صبح وشام لگاؤ اور ساتھ یہ بھی کہا کہ اگر اس سے ٹھیک نہ ہوا تو پھر آپریشن کرنا پڑیگا۔ بہرحال ہم نے میڈیکل سٹور سے دوائی لی جو کہ آئرلینڈ کی بنی ہوئی تھی۔ الحمدللہ! ایک ہفتہ لگانے سے اس کے پاؤں کی موہری ختم ہوگئی تقریباً چار ماہ گزرنے کے بعد میرے اپنے دائیں پاؤں کے پنجے میں انگلیوں کے قریب نکل آئی مجھے چلتے وقت درد ہوتا اور اگر نماز پڑھتے ہوئے پنجوں کے بل جب کھڑا ہوتا تو سخت درد ہوتا میں نے یہی دوائی استعمال کرنا شروع کردی اور ساتھ ہی دو موکے گردن پر تھے ان پر بھی لگاتا رہا کسی نے کہا کہ موکے پر گھوڑی کے بال سے گانٹھ دو تو کٹ جائیگی مگر میں نے موہری پر اور ان دو موکوں پر بھی صبح وشام لگانا شروع کردیا الحمدللہ! موہری بھی ختم ہوگئی اور موکے بھی ختم ہوگئے اور ان کا نشان تک نہ رہا' دوائی کا نام ہے ڈوفلم (DUO FILM) میڈیکل سٹور سے مل جاتی ہے۔

چہرہ یا جسم کے کسی حصہ پر پھنسی دانوں کا نکلنا: ناریل کا تیل 50 گرام' سٹیپٹو مائی سین پاؤڈر کی شیشی 6 عدد۔ مندرجہ بالا دونوں چیزوں کو ملا کر اچھی طرح مکس کرکے شیشی کو دھوپ میں رکھیں سارا دن شیشی دھوپ میں پڑی رہے سایہ نہ آنے پائے ایسی جگہ رکھیں جہاں سارا دن دھوپ لگے' عصر کے وقت اٹھا کر رکھ لیں دوائی تیار ہے کوئی پھنسی نکلنے لگے یہ تیل لگاتے رہیں وہ وہیں ختم ہوجائے گی حتیٰ کہ اگر گڑھ نکل آئے جسکو پنجابی میں وال تروڑ کہتے ہیں اس پر لگانے سے اس کی ٹکیہ تحلیل ہوجاتی ہے یہ مجرب آزمودہ ذاتی عمل ہے۔

پاؤں کی ایڑی کا پھٹ جانا

ویزلین سفید بڑی شیشی ایک عدد' ایوی آن کیپسول دس عدد' ڈسپرین سادہ دو گولی۔ ڈسپرین کو پیس کر سفوف بنالیں اس کے بعد ویزلین میں ڈسپرین کا سفوف اور کیپسول 10 عدد ڈال کر اچھی طرح مکس کریں' لیجئے دوائی تیار ہے۔ **ترکیب استعمال:** رات کو سوتے وقت پاؤں کو گرم پانی سے دھو کر تولیہ وغیرہ سے خشک کرلیں اب متاثرہ جگہ پر ویزلین لگائیں اور جراب پہن لیں تاکہ کپڑے خراب نہ ہوں چند دن لگانے سے آپ کے پاؤں صاف ستھرے ہوجائیں گے اور ایڑی پھٹ جانے کے باعث جو خون نکلتا تھا وہ نہیں نکلے گا پاؤں صاف اور ملائم ہوجائیں گے۔

میرا ذاتی آزمودہ دانتوں کا منجن

اگر آپ کے دانتوں سے خون آتا ہے' مسوڑھے سوج گئے ہوں' دانت ہلتے ہوں تو آپ مندرجہ ذیل نسخہ تیار کرکے صبح وشام دانتوں پر انگلی یا برش سے لگائیں انشاءاللہ تعالیٰ دانتوں سے خون آنا بند ہوجائیگا اور مسوڑھوں کو فائدہ ہوگا اور ہلتے دانت مضبوط ہوں گے۔ یہ میرا ذاتی آزمودہ ہے اور عرصہ پندرہ سال سے استعمال کررہا ہوں اور کئی لوگوں کو بتلایا جنہوں نے اس سے فائدہ حاصل کیا۔

پھٹکڑی سفید 100 گرام' سمندر جھاگ 100 گرام پھٹکڑی کو توے پر کھل کرلیں اور سمندر جھاگ سے سخت تہہ کو چاقو سے کھرچ کر سفید مادہ اکٹھا کرکے دونوں کو الگ الگ پیس کر سفوف بنائیں پھر دونوں کو ملائیں منجن تیار ہے۔ حسب ضرورت استعمال کریں اگر زیادہ تکلیف ہو تو ہر نماز کے وقت وضو کرتے وقت منجن استعمال کریں جب سکون ملنے لگے تو جب چاہیں دن میں صبح کو استعمال کریں سستا اور لاجواب منجن ہے۔

ننانوے نام پڑھنے سے دیدار رسول ﷺ

(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ)

میں 1963ء سے اللہ تعالیٰ اور حضور نبی کریم ﷺ کے ننانوے نام روزانہ پڑھ رہا ہوں اور آج تک کبھی ناغہ نہیں ہوا ہے اور ساتھ یہ پڑھا تھا کہ جو کوئی رسول کریم ﷺ کے

ننانوے نام روزانہ پڑھے گا تو اس کو زیارت رسول ﷺ ہوگی تو یہ بھی کئی مرتبہ ہو چکا ہے۔

ایک واقعہ لکھتا ہوں میں ان دنوں گورنمنٹ کالج سمندری میں اسلامیات کا لیکچرار تھا میں اور میرے ایک ساتھی پروفیسر نذر حسین صبح کالج شروع ہونے سے پہلے درس قرآن دیتے تھے ایک دن میری باری تھی میں ڈاڑھی کے عنوان پر بولا' درس کے بعد ایک پروفیسر مجھے لیبارٹری میں لے گیا اور میری بہت بے عزتی کی' کہنے لگا کہ ڈاڑھی رکھنا ثواب ہے اور نہ رکھنا کوئی گناہ نہیں' تم نے ایسی باتیں کیوں کیں؟ میں بار بار کہتا رہا کہ میں نے اپنے پاس سے کچھ نہیں کہا جو کچھ بڑوں' بزرگوں سے سنا تھا وہی بیان کیا ہے۔ وہ میری بات نہ مانے اور بہت بے عزتی کی۔ میں وہاں سے بوجھل کیفیت کے ساتھ ہوسٹل چلا آیا۔ میں بار بار کہنے لگا کہ اے اللہ میں نے بات تو سچی کہی ہے میری بے عزتی کیوں کی گئی' ایک عجیب سی کیفیت طاری ہو گئی' پہلی رات' دوسری رات اور پھر تیسری رات بھی یہی کیفیت تھی کہ خواب میں دیکھتا ہوں رسول کریم ﷺ نے مجھے سینہ مبارک سے لگایا ہوا ہے اور میرے آنسو جاری ہیں اور دل میں یہ بات ہے کہ جس ہستی کیلئے یہ کائنات بنائی گئی ہے انہوں نے مجھے سینے سے لگایا ہوا ہے اس سے بڑھ کر میری خوش قسمتی اور کیا ہو سکتی ہے پھر میرے دل میں یہ بات آئی کہ جن لوگوں نے اللہ کی راہ میں جانیں قربان کی ہیں ان کا مقام کتنا اونچا ہوگا میرے تو صرف اتنا کرنے پر اتنا بڑا انعام تو جنہوں نے اپنا گھر بار چھوڑا بال بچے اور ہجرت کی ہے ان کا مقام کیا ہوگا؟

میں فیصل آباد میں لیکچرار تھا چھٹی پر گھر گیا تو اپنے حجام کے گھر گیا' اس کا بیٹا دوسری جماعت میں پڑھتا تھا۔ مجھے کہنے لگا کہ دیکھیں تو میرا بیٹا پڑھائی میں کیسا ہے؟ میں نے کہا کتاب لے آؤ' وہ کتاب لایا تو اس میں حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے دور میں دودھ میں پانی ملانے والا قصہ لکھا تھا اور ساتھ صحابیات رضی اللہ عنہم اجمعین کی فرضی تصاویر بنی ہوئی تھیں۔ میرے ذہن میں یہ بات آئی کہ قیامت کے روز حضرت عمر رضی اللہ عنہ سوال کریں گے کہ تم لوگوں نے میری بہو کی فرضی تصویر کیوں بنائی؟ جواب دینے والوں میں میں بھی شامل ہوں کیونکہ مجھے پتہ تو چل گیا ہے یہ فکر مجھے لگ گئی' مختلف جگہوں پر خط لکھتا رہا کبھی پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ کو کبھی ریڈیو پاکستان پر ان دنوں نظام دین کا پروگرام آتا تھا۔ کبھی کہیں' کبھی کہیں...... خط لکھتا رہا لیکن مسئلہ حل نہ ہوا۔ ایک رات میں سویا تو میں نے خواب میں دیکھا کہ مجھے مدینہ منورہ لیجایا گیا' پھر روضہ رسول ﷺ پر حاضری ہوئی' پھر میرے لیے دروازہ کھلا اور اندر جانے کا موقع ملا' میں نے دیکھا کہ اندر تین قبریں ہیں۔ پھر رسول کریم ﷺ کی قبر مبارک کھلی میں چہرہ مبارک نہ دیکھ پایا مجھ پر بہت زیادہ ہیبت طاری تھی۔

حضور ﷺ نے اپنے ساتھ والی قبر والوں سے اسی موضوع پر کچھ فرمایا میں سمجھ نہیں سکا۔ البتہ دل میں یہ بات بٹھا دی گئی کہ اس کا ذکر ایک دیندار ایم پی اے سے کرو۔ میں نے ان کو خط لکھا۔ میری ان سے واقفیت نہیں تھی اس لیے پہلے قسم کھائی کہ یہ آپ کے نام پیغام ہے اور بالکل سچ ہے۔ اب آگے جیسا مناسب سمجھیں وہ کریں۔ چند دن بعد میں ان کے پاس بھی گیا' انہوں نے اسمبلی میں یہ مسئلہ اٹھایا اور سیکرٹری تعلیم یا چیئرمین ٹیکسٹ بک بورڈ کو بلایا گیا' انہوں نے دیکھا اور معذرت کی اور کہا کہ اگلے سال سے یہ تصویر نہیں چھپے گی اور واقعی ہی اگلے سال اس جگہ روضہ رسول ﷺ کی تصویر تھی۔

ایک دفعہ ان دیندار ایم پی اے سے میری ملاقات ہوئی میں نے انہیں بتایا کہ میں وہی ہوں جس نے آپ کو خط لکھا تھا' انہوں نے مجھے سینے سے لگایا اور ماتھا چوما مجھے اپنے پاس آنے کی دعوت دی۔ میں اس وقت تو نہ جاسکا ان کی وفات کے بعد گیا' فاتحہ پڑھی۔ کچی قبر تھی ان کی ایک عام سے قبرستان میں۔ مجھے یقین ہے کہ مجھے یہ سعادت صرف اسمائے حسنہ اور اسمائے محمد ﷺ پڑھنے کی برکت کی وجہ سے نصیب ہوئی ہے۔

استقبال رمضان المبارک

(مولانا حسین احمد اعوان)

رمضان نہایت عظمت اور برکت والا مہینہ ہے۔ یہ مہینہ اپنے جلو میں رحمتیں اور مغفرتیں لیے نازل ہوتا ہے۔ اس انتیس یا تیس دن کے مہمان کی مہمان نوازی سے اللہ تبارک وتعالیٰ کی رضا نصیب ہوتی ہے۔ اپنے بندوں کو رزق دینے والا رب العلمین اپنے بندوں سے یہ امتحان لینا چاہتا ہے کہ سارا سال میری نعمتیں کھانے والے کیا صرف تیس دن میرے لیے ان کو چھوڑ بھی سکتے ہیں یا نہیں؟ چونکہ اس کا تعلق براہ راست اللہ تعالیٰ سے ہوتا ہے اس لیے امتحان لینے والا ہی جانتا ہے کہ وہ امتحان میں کامیاب ہوا ہے یا نہیں۔ اس لیے اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں کہ روزہ میرے لیے ہے اور اس کی جزا میں خود دیتا ہوں۔ قرآن مجید میں مختلف مقامات پر ارشاد ہے کہ جو بھی میری رضا کیلئے اچھے کام کرے گا اسے جنت ملے گی مگر روزہ وہ عبادت ہے کہ جس کے کرنے سے جنت والا ملتا ہے۔ پہلی امتوں میں سے بھی روزے ہر امت پر فرض کیے گئے تھے مگر اس کی صورت ہمارے روزوں سے مختلف تھی۔ کتابوں میں آتا ہے کہ حضرت آدم علیہ السلام ہمیشہ روزہ دار رہتے تھے اور حضرت داؤد علیہ السلام ایک دن چھوڑ کر دوسرے دن روزہ رکھتے تھے۔

روزہ کی قسمیں 1: عوام کا روزہ۔ 2۔ خواص کا روزہ۔ 3۔ اخص الخواص کا روزہ۔ عوام کا روزہ یہ ہے کہ صبح پو پھٹنے سے لیکر سورج کے غروب ہونے تک کھانے پینے سے پرہیز کریں۔ خواص کا روزہ یہ ہے کہ تمام دن یاد الٰہی میں ان کی زبان مشغول رہے اور اخص الخواص کا روزہ یہ ہے کہ روزے کی حالت میں غیر خدا کا خیال بھی نہ آئے۔ حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ روزہ دار کو دو خوشیاں نصیب ہوتی ہیں۔ ایک اپنے رب سے ملاقات کے وقت اور دوسری افطار کے وقت..... حضور سرور کائنات ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ رمضان المبارک وہ عظمت والا مہینہ ہے کہ جس کی ابتدا میں رحمت' درمیان میں مغفرت اور آخری عشرہ میں دوزخ سے نجات ہے۔ احادیث کی کتابوں بخاری' مسلم' ترمذی اور ابن ماجہ میں ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ **جو شخص بغیر شرعی عذر رمضان المبارک کا ایک روزہ بھی ترک کرے گا تو ساری عمر کا روزہ رکھنا بھی اس کا متبادل نہیں بن سکتا۔**

حضرت سلمان رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے شعبان کی آخری تاریخ میں ہم لوگوں کو وعظ فرمایا کہ تمہارے پاس ایک مہینہ آ رہا ہے جو بہت بڑا اور مبارک مہینہ ہے۔ اس میں ایک رات ہے شب قدر جو ہزار مہینوں سے بہتر ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اس کے روزہ کو فرض فرمایا اور اس رات کے قیام یعنی تراویح کو ثواب کی چیز بنایا۔ جو شخص اس مہینہ میں کسی نیکی کے ساتھ اللہ تعالیٰ کا قرب حاصل کرے۔ ایسا ہے جیسا کہ غیر رمضان میں اس نے فرض ادا کیا ہو۔ یہ مہینہ صبر کا ہے اور صبر کا بدلہ جنت ہے۔ اس مہینہ میں مومن کا رزق بڑھا دیا جاتا ہے جو شخص کسی روزہ دار کا روزہ افطار کرائے' یہ اس کیلئے گناہوں کی معافی اور آگ سے خلاصی کا باعث ہوگا مگر اس روزہ دار کے ثواب سے کچھ کم نہیں کیا جائے گا۔

رمضان المبارک کا مہینہ ہر سال ہمیں دعوت اصلاح بھی دیتا ہے کہ ہم اپنی زندگیوں کو قرآن وسنت کے مطابق ڈھالنے کیلئے اپنی تربیت پر خصوصی توجہ دیں۔ افسوس کہ ہمارے ملک میں بعض مفاد پرست' ذخیرہ اندوز اور لالچی عناصر رمضان المبارک میں عوام کو دونوں ہاتھوں سے لوٹنے کیلئے مصنوعی مہنگائی پیدا کردیتے ہیں اور روزہ داروں کو ناقص اشیاء مہنگے داموں فروخت کرتے ہیں کیا ان لوگوں نے یہ نہیں سوچا کہ یہ دنیا صرف چند روزہ ہے اصل زندگی آخرت کی باقی رہ جانے والی زندگی ہے۔ دنیا کی دولت اور سرمایہ یہیں رہ جائے گا جبکہ نیک اعمال' خدمت دین کیلئے کوششیں اور انسانیت کی خدمت کا صلہ ہی ساتھ جائے گا۔

یادداشت اور دماغی کمزوری کیلئے لاجواب بوٹی

محمد زبیر، پشاور

بعض امراض کے جراثیم اور اندرونی رسولیوں کو ختم کرتا ہے۔سورج کی روشنی برداشت نہ ہونا' موٹاپا' زائد چربی' انتڑیوں کے اورام' پھوڑے پھنسی' ٹھیک نہ ہونے والی کھانسی' حیض کے نظام کی تمام خرابیاں' ان سب امراض میں ان کے استعمال سے فائدہ ہوگا

کچھ عرصہ قبل یہ عاجز حضرت مولانا حافظ محمد ناصر الدین خان کی خدمت اقدس میں بیٹھا ہوا تھا ایک میرے پیر بھائی حضرت کی خدمت اقدس میں یوں گویا ہوئے کہ حضرت چند ماہ قبل میرا ایکسیڈنٹ ہوا تھا سر میں کافی چوٹیں آئی تھیں کئی روز ہسپتال داخل رہا' اللہ رب العزت نے عافیت عطا فرمائی' دماغی چوٹ کی وجہ سے یادداشت بالکل ختم ہوگئی' صبح کا کھایا پیا' کام کاج' دوپہر تک بالکل بھول جاتا ہوں اور وہ دوپہر شام کو بھول جاتا ہوں۔گھر والے مجھے کچھ خریداری کیلئے بازار بھیجتے ہیں مگر بھول کی وجہ سے واپس گھر لوٹ جاتا ہوں اب دماغ کی کمزوری بہت زیادہ ہوگئی ہے۔حضرت نے اس کی یہ ساری کہانی سن کر پیر بھائی کے سر پر ہاتھ رکھ کر دم فرمایا۔پانی پر بھی دم کیا۔میرے پیر محترم یکدم اس عاجز کی طرف مخاطب ہوئے اور فرمانے لگے بیٹا اس بچے کو ''قرص برہمی بوٹی'' تیار کر کے دیں اس عاجز نے فوراً حضرت والد کی خدمت میں عرض کیا جناب کا حکم سر آنکھوں پر دوبارہ حضرت والد نے ہمارے اس پیر بھائی کو تاکید فرمائی بیٹا آپ قرص برہمی بوٹی استعمال کریں۔دوسرے دن ہمارے پیر بھائی مطب پر تشریف لائے اور قرص برہمی بوٹی کے متعلق دریافت کیا بندہ نے کہا دو تین روز تک لے لیجئے گا' تین روز بعد قرص برہمی بوٹی تیار کر کے اس بھائی کو دے دی۔ترکیب استعمال بھی بتادی۔دو ہفتہ بعد وہ بھائی پھر مطب پر تشریف لائے فرمانے لگے حضرت کے فرمان کے مطابق قرص برہمی بوٹی استعمال کر رہا ہوں۔اللہ رب العزت نے اتنا فضل فرمایا ہے کہ اب میری یادداشت بالکل ٹھیک ہوگئی ہے۔دماغی کمزوری بالکل ٹھیک ہوگئی ہے۔جسمانی کمزوری کو بھی بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔بندہ نے کہا یہ دوا دو ماہ تک استعمال میں رکھیں۔کافی عرصہ سے میں سوچ رہا تھا کہ ہمارے پاس جو صدری نسخہ جات ہیں ان کا فیض ہمارے علاقے میں نہیں بلکہ تمام دکھی انسانیت کو ہونا چاہیے۔

دوائی کی ترکیب: برہمی بوٹی 100 گرام' ورچ 20 گرام' گل منڈی 20 گرام' مصری 50 گرام' فلفل دراز 5 گرام' مرچ سیاہ 5 دانے' مغز بادام شیریں 20 عدد' باریک کوٹ چھان کر اصل شہد کے ہمراہ گولیاں بقدر دانہ مٹر تیار کرلیں۔

ان گولیوں کے استعمال سے دماغ اور یادداشت بے حد مضبوط ہوتی ہے۔حافظہ ایسا تیز ہوجاتا ہے کہ بہت سا مضمون ایک دفعہ پڑھ لینے سے زبانی یاد ہوجاتا ہے۔علماء حضرات اور طلباء کیلئے انتہائی مفید ثابت ہوا ہے۔موسم سرما میں گرم دودھ سے' گرما میں تازہ دودھ سے دو عدد قرص صبح نہار منہ اور رات سوتے وقت لیں۔

قیمت میں کمتر' فائدہ میں بدرجہا بہتر: جو خاندان ابھی تک تہذیب مشرق سے وابستہ ہیں ان کو اللہ تعالیٰ نے کئی خطرناک امراض سے بچایا ہوا ہے۔آج میں آپ کو اپنے آزمائے ہوئے السی کے فوائد بتا رہا ہوں ان فوائد کیلئے شرط یہ ہے کہ موجودہ طرز پر عیش پرستی اور خورد و نوش کو ترک کردیں۔ انشاءاللہ دور جدید کے تمام امراض سے بچ جائیں گے۔

السی کو باریک کر کے سفوف بنالیں لیکن ایک ہفتے سے زیادہ نہ رکھیں۔اس سے غذا جزو بدن بنتی ہے' بعض امراض کے جراثیم اور اندرونی رسولیوں کو ختم کرتا ہے۔سورج کی روشنی برداشت نہ ہونا' موٹاپا' زائد چربی' انتڑیوں کے اورام' پھوڑے پھنسی' ٹھیک نہ ہونے والی کھانسی' حیض کے نظام کی تمام خرابیاں' ان سب امراض میں ان کے استعمال سے فائدہ ہوگا۔ چھاتی کا سرطان تین ماہ میں ختم' اعلیٰ پروٹین اور مچھلی کا بدل اور مانع سرطان ہے۔تقریباً دو چھوٹے چمچ کھانے کے بعد روزانہ کھائیں۔شوگر میں خاصی کمی ہوگی۔اس سے بلغمی امراض کا بالکل خاتمہ ہوجاتا ہے۔مگر پرہیز شرط اول ہے۔اس کا تیل بھی استعمال ہوتا ہے مگر تیل سے کھانا نہ پکائیں اس کا تیل بچوں کیلئے ٹانک ہے۔ بچوں کو اس سے پانچ قطرے پلانے ہیں۔آلو' گوبھی' دال ماش' چاول' پراٹھا' موجودہ دور کے تمام مشروبات سے قطعی پرہیز کریں۔بہت سے خطرناک امراض سے بچ جائیں گے۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

ایجنسی ہولڈر کیخلاف شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آرہی ہیں' ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔اگر کہیں ایسا ہو رہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

محبت آمیز گفتگو سے احساس دلایئے

ڈاکٹر محمد وسیم اکبر شیخ

معلم کو کبھی بھی طنزیہ اور ملامت بھری گفتگو نہیں کرنی چاہیے اور صورت حال کا تحمل مزاجی کے ساتھ جائزہ لینا چاہیے۔ مثلاً کسی طالب علم کو نالائق اور کند ذہن قرار دینے سے پہلے اس کی نفسیات سمجھنے کی کوشش کی جائے۔

ایک عام آدمی سے لیکر ایک وکیل' ڈاکٹر' پولیس افسر' عالم دین اور سیاستدان تک سبھی یہی چاہتے ہیں کہ لوگ ان کے بارے میں اچھی رائے رکھیں' انہیں اچھی نظر سے دیکھا جائے اور ان کی بات غور اور توجہ سے سنی جائے' لیکن ایک استاد کیلئے یہ بات بڑی اہمیت کی حامل ہے کہ طلبہ اس کی باتوں کو غور اور دلچسپی سے سنیں چنانچہ ضروری ہے کہ استاد کے اندر خوش اخلاقی اور تحمل مزاجی بدرجہ اتم موجود ہو۔ طلبہ زندگی کے سفر کے نئے مسافر ہوتے ہیں۔ وہ نئی نئی باتیں سیکھتے ہیں۔ اکثر طلبہ لااُبالی طبیعت رکھتے ہیں اور عام طور پر ذمہ داری کا مظاہرہ نہیں کرتے ہیں استاد کو چاہیے کہ وہ نرمی اور محبت سے انہیں سمجھائے۔ سخت گیری' گالی گلوچ' مار پٹائی' درشت خوئی اور طنزیہ گفتگو سے طلبہ بددل اور متنفر ہوجاتے ہیں۔ استاد کی کامیابی یہ نہیں کہ اس نے طالبعلم کی معمولی غلطی پر سخت سزا دی' کسی کا دماغ درست کیا' کسی کو ذلیل وخوار کیا کسی کی عزت نفس مجروح کی بلکہ استاد کی کامیابی اور عظمت یہ ہے کہ اس نے کسی کو راہ راست پر لگایا' کسی کی رہنمائی کی' کسی کا نفسیاتی مسئلہ حل کیا اور کسی کو قرآن و سنت کی طرف بلایا اور اپنے لیے بہشت کی راہ آسان کی۔

کتنے ہی طلبہ ایسے ہیں جو اساتذہ کی تنک مزاجی' غصہ ور طبیعت' طعن وتشنیع بھری باتوں اور ناروا مار پیٹ کی وجہ سے پڑھائی ہمیشہ کیلئے خیر باد کہہ دیتے ہیں۔

معلم کیلئے یہ بات بہت اہم ہے کہ وہ طلبہ کی فطری صلاحیتوں اور نفسیاتی رجحانات کو سمجھے کیونکہ تدریس اور افہام وتفہیم کا عمل اس وقت تک مؤثر نہیں ہوتا جب تک معلم کو ان کے خیالات اور عادات کا علم نہ ہو جن پر طلبہ کی شخصیت کا دارومدار ہے۔ طلبہ کے مزاج' رویے اور احساسات کو سمجھنا تعلیمی نفسیات کا لازمی حصہ ہے۔ ولیم جیمز کی مشہور کتاب ''اصول نفسیات'' ہے جس میں یہ سوال اٹھایا گیا ہے: ''دوران تدریس یہ خیال رکھا جائے کہ جس انسان کو پڑھایا جارہا ہے وہ ایک زندہ حقیقت ہے۔ وہ جذبات اور احساسات کا حامل اور اپنے ماحول کے خلاف یا حق میں اپنے ردعمل کے اظہار پر قادر رہے''

تعلیمی اداروں میں طلبہ روزانہ کئی غلطیاں کرتے ہیں۔ اس لیے کہ یہ عمر لاپرواہی' غفلت اور غیر ذمہ داری کی ہوتی ہے۔ طلبہ کی یہ غلطیاں ان کی ناتجربہ کاری اور نادانی کی وجہ سے ہیں۔ ایک اچھے معلم کو چاہیے کہ اگر اسے کسی طالب علم کی غلطی کا پتہ چلے تو اسے شرمندہ نہ کرے بلکہ مناسب طریقے سے سمجھائے۔ طالب علم کے کسی عیب' غلطی یا کوتاہی کو ہدف بنا کر اسے شرمندہ اور ذلیل کرنا اچھے معلم کا شیوہ نہیں۔ اس طرح اس کی عزت نفس مجروح ہوتی ہے اور وہ ضد اور ہٹ دھرمی پر اتر آتا ہے۔ مثلاً اگر آپ کسی طالب علم کو سگریٹ پیتے دیکھتے ہیں تو اسے اس وقت مت ٹوکیے' بعد میں اسے علیحدہ بلا کر اگر آپ سگریٹ نوشی کے نقصانات بتائیں گے تو وہ آپ کی نصیحت پر ضرور عمل کرے گا۔ اسی طرح کسی طالب علم کے موبائل فون کی گھنٹی بج اٹھے تو بھی نرمی سے سمجھانا چاہیے' بعض اوقات طلبہ کی ہنسی نکل جاتی ہے بہت کم اساتذہ ایسے ہوتے ہیں جو طلبہ کے خیالات اور جذبات کی قدر کرتے ہیں اور ان کی غلطیوں اور کوتاہیوں پر بڑے خلوص' حکمت اور درد دل سے ان کی صحیح رہنمائی کرتے ہیں اور ذرا نہیں سوچتے کہ ان کے طنزیہ جملوں اور تحقیر آمیز رویے سے طلبہ کی عزت نفس کو کتنی ٹھیس پہنچتی ہے۔

حالانکہ تھوڑی سی محتاط اور محبت آمیز گفتگو سے طلبہ کو ان کی غلطیوں کا احساس دلایا جاسکتا ہے۔ معلم کو یہ حقیقت جاننی چاہیے کہ اگر وہ طلبہ کو کچھ سکھانا چاہتا ہے' تو وہ محبت' شفقت' حکمت اور نرمی ہی سے سمجھا سکتا ہے' سختی اور درشت خوئی سیکھنے کے عمل میں بڑی رکاوٹ پیدا کرتی ہے ایسا بھی ممکن ہے کہ طالب علم سراسر غلطی پر ہو' لیکن وہ اپنی غلطی کا احساس یا اعتراف نہ کرے۔ معلم کو کبھی بھی طنزیہ اور ملامت بھری گفتگو نہیں کرنی چاہیے اور صورت حال کا تحمل مزاجی کے ساتھ جائزہ لینا چاہیے۔ مثلاً کسی طالب علم کو نالائق اور کند ذہن قرار دینے سے پہلے اس کی نفسیات سمجھنے کی کوشش کی جائے۔ اساتذہ کو طلبہ کے تعلیمی مسائل کے علاوہ دیگر نفسیاتی واخلاقی مسائل میں بھی دلچسپی لینی چاہیے۔ جہاں تک طلبہ سے سرزد ہونے والی غلطیوں' شرارتوں حماقتوں اور گستاخیوں کا تعلق ہے' اس کیلئے بہتر یہی ہے کہ غلطی کرنے والے طالب علم کو علیحدہ بلا کر تنہائی میں سمجھانا چاہیے۔ یقین کیجئے علیحدہ میں نرمی وخلوص سے سمجھانا شرافت کی دلیل ہے۔

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

وبائی امراض اور ڈینگی کا بہترین علاج

کہنے لگے میرے گھر میں دوائیاں' گولیاں' سیرپ اور کیپسول کبھی داخل نہیں ہوئے میں حیران ہوا پانچ بچے اور گھر میں ڈاکٹر اور ڈاکٹر کی ادویات نہ آئیں آخر کیسے ممکن ہے؟ بڑے اعتماد سے کہنے لگے ہاں ایسا ہی ہے کیونکہ میرے پاس بیماریوں سے بچاؤ کا ایک ویکسین ہے جو ہر بیماری کیلئے انوکھا اور لاجواب ہے' بس یوں کہا اور بیماریاں ختم کیونکہ بیماری کا میں پہلے ہی حل کر چکا ہوتا ہوں وہ حل یہ خاص عمل ہے پھر یہ خاص عمل میں نے کئی لوگوں کو بتایا جس جس کو بھی بتایا اس کو فائدہ ہوا کوئی ایک شخص ایسا نہیں جس کو بتایا ہو اور اسے فائدہ نہ ہوا ہو ورنہ ہر فرد اس کے فائدہ سے مستفید ہوتا ہے۔ میں اپنے سسرال جب بھی جاتا ہوں لوگ اپنے بچوں کو لے کر آجاتے ہیں آپ دم کردیں کیونکہ آپ کے دم سے بیماریاں ختم اور بچے تندرست ہوجاتے ہیں حالانکہ میں نہ کوئی عامل کامل ہوں اور نہ ولی...... ایک دفعہ میں اچانک اپنے سسرال گیا ایک بچہ سخت بیمار تھا میں نے درج ذیل اعمال پڑھ کر اسے دم کیا' وہ تندرست ہوگیا۔ یہ اعمال میں بھی پڑھتا ہوں اور میری بیوی بھی پڑھتی ہے' ایک بوتل پانی کی رکھی ہوئی ہے سب گھر والے اسی میں پڑھ کر دم کردیتے ہیں اور اسی میں سے پانی پیتے رہتے ہیں بس یہی اصل نسخہ ہے' قارئین! آپ کی خدمت میں پیش ہے۔

اول و آخر درود شریف ابراہیمی 3 بار' 7 بار سورۂ فاتحہ مع تسمیہ (بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ) ایک بار آیۃ الکرسی 3-3 بار آخری چاروں قل 3 بار۔ بِسۡمِ اللّٰہِ الَّذِیۡ لَا یَضُرُّ مَعَ اِسۡمِہٖ شَیۡءٌ فِی الۡاَرۡضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَھُوَ السَّمِیۡعُ الۡعَلِیۡمُ بار اَعُوۡذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّآمَّاتِ مِنۡ شَرِّ مَا خَلَقَ 7 بار وَاِلٰھُکُمۡ اِلٰہٌ وَّاحِدٌ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الرَّحۡمٰنُ الرَّحِیۡمُ ...... 7 بار...... 7 بار آیۃ الکرسی مکمل۔ مَا شَآءَ اللّٰہُ لَا حَوۡلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ ایک بار یہ عمل ہر نماز کے بعد صبح وشام مستقل کریں زندگی کا معمول بنالیں تو کمال ہوگا۔

سابقہ حال دل عبقری قارئین کی تصدیقات کے بعد دوبارہ شائع کیا جارہا ہے۔

بیس سالہ تجربہ قارئین کی نذر!

محمد عاشق، گجرات

ان ماہرین کا اصرار ہے کہ کہنے کو چلنا محض ایک سیدھی سادھی ورزش ہے لیکن ذہن وجسم کو اس سے جو فوائد حاصل ہوتے ہیں ان کا اندازہ وہی لوگ لگا سکتے ہیں کہ جو اسے اختیار کرتے ہیں۔ انسانی مزاج و کیفیات پر اس کے بڑے اہم اور حیرت انگیز مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

لاکھوں سال پہلے انسان نے چوپایوں کا انداز چھوڑ کر کھڑا ہونا اور اپنی دو ٹانگوں پر چلنا سیکھا۔ اس عمل نے اس کی زندگی میں زبردست تبدیلی کو متعارف کرایا۔ معلومات اور شعور وآگہی میں اضافے کے سفر میں بھی اس کی ٹانگوں نے اس کی بڑی مدد کی۔ کوہ ودشت میں گھومنا پھرنا' صحرانوردی' نئی منزلوں اور مقامات کی تلاش میں ان ٹانگوں نے اس کا بڑا ساتھ دیا۔ ان کے استعمال میں کمی کے ساتھ اس کی صحت وراحت کی دولت بھی کم ہوتی گئی اور آج ہر باشعور ماہر صحت کا یہی مشورہ ہے کہ انسان چلے اور خوب چلے۔ چلنا جنہیں دوبھر لگتا ہے' صحت کی منزل سے وہ بہت دور رہتے ہیں۔ آپ کی ٹانگیں' نعمت ہیں انہیں صحت کی منزل تک پہنچنے کیلئے خوب استعمال کیجئے۔

مسلمانوں کی دن میں پانچ مرتبہ نماز کی طرف آنے کی دعوت دی جاتی ہے۔ مسجد کی طرف چل کر آنے کے اس عمل کو صحت میں بہتری کی طرف پیش قدمی بھی قرار دیا جاسکتا ہے۔ اسی طرح حج وعمرے میں طواف اور صفا مروہ کی سعی بھی ہمارے لیے جسمانی وروحانی راحت وسکون کا سامان کرتی ہے۔ اسلام کے فطری وفلاحی مذہب ہونے کا یہ ایک کھلا ثبوت ہے۔ ادا کی جانے والی نمازوں پر بھی غور کیجئے تو اندازہ ہوگا کہ قیام' رکوع و سجود میں جسم کے تمام جوڑ متحرک رہتے ہیں۔ اعتدال سے پاکیزہ غذائیں کھانے اور توجہ سے نماز ادا کرنے والے جوڑوں کی تکلیف سے محفوظ رہتے ہیں جس دباؤ اور اعصابی کشیدگی کا آج پوری مہذب دنیا رونا رو رہی ہے' اس کا علاج یہی ہے کہ انسان چلے اور خوب چلے۔

ذہن وقلب کی راحت وصحت کیلئے چلنے کی افادیت کے بارے میں ثبوت اور شہادتوں کا ڈھیر لگ گیا ہے۔ چلنے کے عمل کی افادیت سے آج کوئی انکار نہیں کرسکتا لیکن اس کے باوجود بہت کم معالجین اپنے مریضوں کیلئے صدیوں کا آزمودہ یہ طریق علاج تجویز کرتے ہیں۔ وہ یا تو ان شہادتوں کو نظرانداز کرنے کا عہد کیے ہوئے ہیں یا پھر دانستہ اسے اپنے مریضوں کیلئے تجویز کرنے سے گریز کرتے ہیں۔ ہر دیانتدار معالج جانتا ہے کہ پیدل چل کر بے شمار افراد کئی جسمانی اور ذہنی امراض سے محفوظ رہ سکتے ہیں بلکہ جو بیمار ہیں وہ بھی اپنے معالج کے مشورے اور رہنمائی سے پیدل چل کر اپنے امراض سے نجات پاسکتے ہیں۔

باشعور اور بامقصد انداز میں چلنے والے سکون کیلئے کھائی جانے والی دواؤں سے بھی چھٹکارا پاسکتے ہیں۔

علم وتحقیق کرنے والوں کی طرف آیئے تو ایک دو نہیں کئی ماہرین نفسیات بتاتے ہیں کہ وہ خود یہ ورزش 15-20 سال سے کررہے ہیں۔ ان کے مطابق یہ ایک بہترین علاج ہے جسے وہ واکنگ تھراپی کا نام دیتے ہیں اور طریق علاج سے حسب ذیل ذہنی اور دماغی فوائد حاصل ہوتے ہیں:

ڈیپریشن سے نجات ملتی ہے۔

کشیدگی یعنی ٹینشن کم ہوجاتی ہے۔

ذہنی انتشار دور ہوتا ہے۔

امید اور حوصلہ بڑھتا ہے۔

خوداعتمادی اور عزت نفس میں اضافہ ہوتا ہے۔

توانائی بڑھتی ہے۔

ان ماہرین کا اصرار ہے کہ کہنے کو چلنا محض ایک سیدھی سادھی ورزش ہے لیکن ذہن وجسم کو اس سے جو فوائد حاصل ہوتے ہیں ان کا اندازہ وہی لوگ لگا سکتے ہیں کہ جو اسے اختیار کرتے ہیں۔ انسانی مزاج و کیفیات پر اس کے بڑے اہم اور حیرت انگیز مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

ڈیوک یونیورسٹی کے پروفیسر تیس سالہ ایک ایسی خاتون کے بارے میں بتاتے ہیں کہ جو بہت موٹی تھی اور ذہنی پستی اور دباؤ نے اسے چرمرا کرکے رکھ دیا تھا۔ وہ ہر معالج کی دہلیز چھو آئی تھی لیکن نجات کسی کے علاج سے نہ مل سکی تھی یہاں تک کہ ایک معالج نے اسے سمجھایا کہ دواؤں سے اس کا علاج ممکن نہیں ہے۔ اسے صحت صرف اس صورت میں مل سکتی ہے کہ اس کا وزن کم ہو جس کا علاج صرف پیدل چلنا اور اعتدال کے ساتھ وزن برداری ہے۔ سخت مایوسی کی شکار اس خاتون نے اس مشورے پر عمل کرکے اپنے وزن میں سو پونڈ کمی کرلی جس سے اس کا ذہنی دباؤ اور بوجھ بھی رخصت ہوگیا اور زندگی اس کیلئے ایک بار پھر خوشگوار ہوگئی۔

ایک اور ماہر کا دعویٰ ہے کہ ان کی تحقیق نے ثابت کردیا ہے کہ ورزش اور خاص طور پر باقاعدہ چلنے سے پستی (ڈیپریشن) کے شکار صحت مند افراد بھی اس تکلیف سے نجات پاکر اپنی زندگی میں ایک نیا حوصلہ اور رنگ بھر لیتے ہیں۔ ان کے مطابق یہ ورزش تیز دواؤں سے زیادہ مؤثر اور شفابخش ثابت ہوتی ہے۔

پروفیسر رابرٹ کے مطابق تیراکی' دوڑنے اور چلنے کی ورزشوں میں شفابخشی کی بڑی صلاحیت ہوتی ہے۔ ان میں سے ہر ورزش جسم وذہن کی منتشر صلاحیتوں اور توانائیوں کو بحال کرنے کی طاقت وتاثیر رکھتی ہے۔ اس سے بڑے اہم مجموعی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ورزش سے جسم کی تمام صلاحیتیں چمک اٹھتی ہیں۔ استحالہ (میٹابولزم) بڑھ جاتا ہے۔ قلب کی سستی دور ہوکر اس کی رفتار مستحکم اور توانا ہوجاتی ہے' سانس میں اضافہ ہوتا ہے' آکسیجن خوب جذب ہوتی ہے جس سے دماغ روشن ہوجاتا ہے۔ عضلات کی کشیدگی دور ہوجاتی ہے۔ جسم میں اہم ہارمونی رطوبتوں کی تیاری پر مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ دماغ اور اعصاب میں توانائی اور چونچالی کی لہریں دوڑنے لگتی ہیں۔ سوچ اور طرز عمل میں بہتر اور خوش گوار تبدیلی آجاتی ہے اور یوں انسان ایک مرتبہ پھر توانا' صحت منداور آسودہ ہوجاتا ہے۔

پروفیسر تھیئر کا تعلق کیلیفورنیا اسٹیٹ یونیورسٹی سے ہے۔ ان کا اصرار ہے کہ ہر مخلص معالج کا یہ فرض ہے کہ وہ ڈیپریشن کے شکار افراد کیلئے سب سے پہلے ورزش کا پروگرام تجویز کرے۔ ورزش ہر صحت مند انسان کیلئے بھی بہترین اور مفید ہوتی ہے اور پیدل چلنا سب سے آسان' سستی اور بہترین ورزش ہے۔

ایک معالج آسٹن گون تانگ انکشاف کرتے ہیں کہ اپنی بیس سالہ پیشہ ورانہ زندگی میں انہوں نے ڈیپریشن کے بیسیوں مریضوں کو اپنی صبح کی واک میں شامل کرکے صحت یاب کردیا ہے۔ وہ ایسے مریضوں کے قدم سے قدم ملا کر چلتے بھی ہیں اور انہیں آمادہ گفتگو کرکے احساس دلائے بغیر ان کے ذہن سے منفی اور لاحاصل خیالات بھی دھوتے جاتے ہیں۔

اکثر مریض ذہنی طور پر ماضی میں رہتے ہیں یا پھر انہیں مستقبل کی فکر ستاتی رہتی ہے۔ ان کا صحیح اور درست علاج یہ ہے کہ وہ ماضی کی یاد اور مستقبل کی فکر سے ہٹ کر حال سے تعلق جوڑ لیں اور ماضی و مستقبل کی لاحاصل فکر سے کٹ کر حال سے اپنا رشتہ جوڑنے کی بہترین صورت یہ ہے کہ باقاعدگی سے پیدل چلنے کی ورزش کی جائے۔ اس ورزش میں انسان کا اپنے اطراف کے ماحول سے رابطہ قائم ہوجاتا ہے اور وہ حقائق کی دنیا میں لوٹ آتا ہے۔

حاصل گفتگو یہ کہ چلئے اور امراض سے بچئے۔ باقاعدگی سے دس منٹ کی چہل قدمی (واک) بھی اپنا اثر ضرور دکھاتی ہے اور جو آپ روزانہ آدھا گھنٹہ چلیں تو پھر فائدہ ہی فائدہ ہے۔ آپ جسمانی' ذہنی اور جذباتی بلکہ روحانی اعتبار سے بھی آسودہ اور صحت مند ہوتے جائیں گے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

جب سے میں نے اپنے مشاہدات عبقری میں دینا شروع کیے ہیں جہاں صالح اور سخی جنات میں خوشی ہوئی کہ ہمارے ذریعے سے انسانی دنیا کو خیر و برکت‘ راحت اور مشکلات کا حل مل رہا ہے وہاں شریر جنات کو بہت تکلیف پہنچی خاص طور پر یَاقَھَّارُ کے تجربات نے اور یَاقَھَّارُ کے نقش نے شریر دنیا کو بہت زیادہ پریشان کیا۔ لاکھوں سے زیادہ متجاوز لوگوں نے عبقری کے اس عمل کو آزمایا بھی اور کیا بھی اور واقعی عجیب و غریب کمالات ملے اور عجیب و غریب ان کے مسائل حل ہوئے۔ کتنے بے گھروں کو گھر ملا‘ کتنے جادو اور جادو کے ڈسے ہوؤں کو زندگی کا چین اور سکون ملا‘ کتنے ایسے تھے جن کے ساتھ جنات بدکاری پر تلے ہوئے تھے اور سال ہا سال سے یہ سلسلہ تھا جنات کا اس گھر اور جسم میں داخلہ بند ہو گیا۔ ایسے لوگ جن کا رزق بندھا ہوا تھا جن کے روزگار میں قید لگائی ہوئیں تھیں اللہ نے ان کا رزق کھولا یہ مشاہدات تو ان لوگوں سے پوچھیں جو یَاقَھَّارُ کے تجربات کر چکے ہیں اور یَاقَھَّارُ کے کمالات سے استفادہ کر چکے ہیں۔ میں آپ کو کتنا بتا سکتا ہوں۔۔۔۔ لیکن جو سب سے زیادہ پریشان کرنے کی ترتیب بنائی وہ شریر جنات نے بنائی اور ایسے بنائی کہ میں بیٹھا ہوا تھا ایک آگ کا بہت بڑا شعلہ میری طرف آیا چونکہ میں ہر وقت اعمال کے حصار میں رہتا ہوں‘ میں نے وہ حصار پڑھنا شروع کر دیا جو قرآنی الفاظ سے مزین ہے۔ پڑھتا رہا‘ لیکن وہ بہت بڑا شعلہ میری طرف مسلسل آ رہا تھا میں مطمئن بیٹھا ہوا تھا قریب ہی آ کر وہ شعلہ پھٹا اور اس میں سے اٹھارہ جنات خطرناک حالت میں ظاہر ہوئے جن کے جسم سے شعلے نکل رہے تھے بدبو کے بھبھکے نکل رہے تھے اور جب وہ بولتے تو ان کے منہ سے دھواں نکلتا ہیبت ناک جسم جس میں ایک ایک بازو کئی گز لمبا تھا اور جسم آسمان کو چھو رہا تھا کوئی ان سے چھوٹے کوئی ان سے بڑے...... سب کہنے لگے ہم آپ کے پاس آئے ہیں افسوس! ہم آپ کا کچھ کر نہیں سکتے لیکن آخر کیوں آپ قوم جنات کو مروانے اور برباد کرنے کے پیچھے پڑے ہوئے ہیں۔ ہم نے آخر آپ کا کیا بگاڑا ہے آپ عبقری رسالے کے ذریعے لوگوں کو عمل بتاتے ہیں لوگ والہانہ اور عاشقانہ انداز میں یقین سے کرتے ہیں‘ ہمارا گھر‘ ہماری محفلیں‘ ہماری زندگی برباد ہو چکی ہیں۔

ہمارے بچے ختم ہو گئے ہیں‘ ہمارے گھر جل گئے ہیں‘ ہمارے کھانے ختم ہو گئے ہیں‘ ہمارا پینا ختم ہو گیا ہے‘ جن گھروں میں ہم صدیوں سے رہ رہے تھے‘ نسل در نسل آباد تھے ان گھروں سے ہمارے ٹھکانے ختم ہو گئے ہیں۔ ہم اب کسی گھر میں کھا نہیں سکتے‘ پی نہیں سکتے‘ ہم لوگوں سے کھیلتے تھے (یعنی انہیں تکلیف دیتے پریشان کرتے) ہمارا کھیلنا بند ہو گیا ہے‘ ہم آزادانہ پھرتے تھے‘ آزادانہ پھرنا بند ہو گیا۔ یَاقَھَّارُ کی طاقت ایسی ہے کہ ہم اس سے لڑ نہیں سکتے۔ آپ سے لڑنے آئے ہیں ہم آپ کو نہیں چھوڑیں گے آپ کے گرد بہت طاقتور حصار ہے اگر ہم اس حصار کے اندر آتے ہیں تو جل جاتے ہیں یا ہم آپ سے لڑیں یا آپ کی منت کریں۔۔۔۔ آپ ہمارا پیچھا کیوں نہیں چھوڑتے؟ عبقری کے اس سلسلے کو بند کیوں نہیں کرتے؟ آپ نے ساری زندگی جنات کے ساتھ وقت گزارا ہے اور جنات نے آپ کی خدمت کی ہے کیا اس خدمت کا یہی صلہ ہے کہ آپ جنات کی آبادیوں کی آبادیاں برباد کر دیں؟ کیا اس خدمت کا یہی صلہ ہے کہ آپ جنات کے گھروں اور محلوں کو ویران کر دیں۔ دھماکہ دار اور شعلہ دار گفتگو جو عام آدمی اگر تھوڑی سی بھی سن لے دل و دماغ پھٹ جائے‘ منہ ناک سے خون بہنے لگے اور زندگی کی بازی ہار جائے۔ میں مسلسل سن رہا تھا اور وہ چیخ چیخ کر کہہ رہے تھے۔ کہنے لگے ہم تمام جنات کی طرف سے آپ کے پاس قاصد بن کر آئے ہیں آج کچھ فیصلہ کر کے ہی جائیں گے۔ ورنہ ہمارا کچھ نہیں بچتا۔ میں تحمل اور بردباری سے ان کی باتیں سنتا رہا۔ جب ان کی بات ختم ہوئی تو میں نے ان سے عرض کیا آپ مسلمان ہیں؟ کہنے لگے نہیں۔ ہم عیسائی ہیں۔ میں نے کہا کہ عیسیٰ علیہ السلام کی تعلیمات میں امن ہے‘ عیسیٰ علیہ السلام کی تعلیمات میں تو یہ ہے کہ کوئی ایک تھپڑ مارے تو اس کیلئے دوسرے رخسار کو پیش کر دو‘ نہ لڑو‘ نہ مقابلہ کرو‘ بلکہ درگزر کرو‘ معاف کرو‘ بائبل کی ساری تعلیمات امن کی تعلیمات ہیں‘ رواداری کی تعلیمات ہیں‘ درگزر کی تعلیمات ہیں‘ اس موضوع پر میں نے ان سے تقریباً آدھا گھنٹہ بات کی۔ میں بات کر رہا تھا ان کے جسم اور چہرے کی کیفیات بدل رہی تھیں۔ ان کے شعلے کم ہو رہے تھے‘ ان کا دھواں کم ہو رہا تھا‘ ان کی سختی نرمی میں بدل رہی تھی‘ ان کے جسم کی جنبش‘ دھماکے‘ تھرتھراہٹ میں کمی ہو رہی تھی۔ دل کی دنیا بدل رہی تھی‘ میری بات کو سننے سے پہلے میرے کہنے پر نہیں بیٹھ رہے تھے ان میں سے ایک بیٹھ گیا‘ پھر دوسرا بیٹھ گیا پھر تمام بیٹھ گئے۔ میں نے اپنی گفتگو جاری رکھی‘ پھر میں نے ان کیلئے کھانے پینے کی چیزیں منگوائیں‘ پھر میں نے ان سے کہا آپ جانتے ہو کہ حکیم صاحب کا تسبیح خانہ چرچ کے بالکل قریب ہے اور دیوار کے ساتھ دیوار ہے۔ میں نے حکیم صاحب کو دیکھا ہے کہ وہ غیر مسلموں کیلئے بلکہ دنیا کے ہر مذہب کیلئے خیر خواہی کا جذبہ رکھتے ہیں آخر آپ کے اندر خیر خواہی کا جذبہ کیوں نہیں ہے؟ آپ کیوں لوگوں کے دلوں میں اپنی ذات کیلئے نفرتیں ڈالتے ہیں؟ لوگوں کو کیوں تنگ کرتے ہو؟ کیا یسوع مسیح کا یہی مذہب تھا؟ ہرگز نہیں! پھر قیامت کے دن کیا جواب دو گے۔ ٹھیک ہے تمہاری عمر صدیوں ہوتی ہے لیکن موت تو ہے نا موت کو منہ سے لگانا تو پڑے گا۔ میری باتیں سنتے ہوئے ایک جن ان میں سے بیہوش ہو کر گر پڑا۔ دوسرے پریشان ہو کر اس کو اٹھانے لگے‘ میں نے انگلی سے اشارہ کیا کہ اس کو پڑا رہنے دو‘ باقی تمام زار و قطار رو رہے تھے آخر میں نے کہا اب تمہاری خیر اسی میں ہے کہ تم توبہ کرو سوچو! جب تم توبہ کر لو گے اور تم انسان کو تکلیف نہیں دو گے‘ ان کی عزتوں اور جان مال کے لٹیرے نہیں بنو گے‘ چوری اور ڈاکہ زنی چھوڑ دو گے‘ تو کیا پھر تمہیں یہ لفظ یَاقَھَّارُ تکلیف دے گا؟ کہنے لگے نہیں۔ (جاری ہے)

نماز کیا کہتی ہے؟؟؟

کل فرصت نہ ملی تو کیا کرو گے‘ اتنی مہلت نہ ملی تو کیا کرو گے‘ روز کہتے ہو کل پڑھو گے نماز کل اگر سانس نہ رہی تو کیا کرو گے؟ رسموں سے سنت اچھی‘ نیند سے نماز اچھی‘ گناہ سے نیکی اچھی‘ بازار سے مسجد اچھی‘ فضول باتوں سے قرآن کی تلاوت اچھی‘ غیبت سے ذکر اچھا۔

نہ درود‘ نہ قرآن یہ کیسا ہے مسلمان؟ پھر کہتے ہو کیوں نہیں ہے اللہ ہم پر مہربان؟ نماز پڑھو اس سے پہلے کہ تمہاری نماز پڑھی جائے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا: ”صرف دو لوگ مقدر والے ہوتے ہیں ایک وہ جنہیں وفادار دوست ملتا ہے اور دوسرا وہ جس کے ساتھ ماں کی دعائیں ہوتی ہیں۔ (شہناز‘ گوجرانوالہ)

بشریٰ جمیل، اسلام آباد

پرندوں کا راستہ معلوم کرنا انسانیت کیلئے معمہ

پرندوں کی راستہ معلوم کرنے کی صلاحیت انسان کیلئے ابھی تک معمہ بنی ہوئی ہے۔ وہ کس طرح اپنی منزل کا تعین کرتے ہیں اور پھر کس طرح اس منزل تک پہنچنے کیلئے راستہ طے کرکے اس پر قائم رہتے ہیں

برسات کے موسم میں جب اُودے اُودے بادل آسمان پر چھائے ہوئے ہوتے ہیں تو اچانک کہیں دور سے کوئل کی رسیلی آواز کانوں میں رس گھولنے لگتی ہے۔ برسات اور کوئل کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ ہمارے ملک سے برسات رخصت ہوتا ہے تو کوئل بھی غائب ہوجاتی ہے مگر ہم میں سے شاید ہی کبھی کسی نے غور کیا ہو کہ کوئل کہاں سے آتی ہے اور برسات گزر جانے کے بعد آخر کہاں چلی جاتی ہے۔ پرندوں کی عادات واطوار کا جائزہ لیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ انہیں آسانی سے مختلف قسموں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔ ایک قسم کے وہ پرندے ہیں جو مستقل طور پر کسی ایک جگہ قیام کرتے ہیں۔ دوسرے وہ جو کسی ایک موسم میں آتے ہیں اور موسم بدلتے ہی رخصت ہوجاتے ہیں۔ اس کے علاوہ پرندوں کی ایک ایسی قسم بھی ہوتی ہے جو پرواز کی صلاحیت سے محروم ہے۔ مگر نہایت تیز رفتاری سے سفر کرتے ہوئے نقل مکانی کرتے ہیں۔ جب پرندوں کے غول اپنے مقامات بدلتے ہیں تو سفر کے دوران شکاری پرندے ان پر جھپٹ پڑتے ہیں اور ان میں سے بہت سے پرندوں کو شکار کرکے اپنی غذا بناتے ہیں۔ بعض اوقات سمندروں کو عبور کرتے ہوئے بہت سے پرندے اڑتے اڑتے تھکن سے اتنے بدحال ہوجاتے ہیں کہ ان کو ہوا میں اپنے آپ کو سنبھالنا دشوار ہوجاتا ہے اور وہ سمندر میں گر کر بے رحم لہروں کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اس سلسلے میں ای سی سٹوارٹ کا کہنا ہے کہ ایک دفعہ چھوٹے چھوٹے دوسو کے لگ بھگ پرندے دوران سفر جہاز کے فرش پر گر پڑے اور وہ اس قدر تھکے ہوئے تھے کہ پکڑنے پر بھی نہ اڑ سکے۔ درجہ حرارت پر امریکی ڈاکٹر کینڈرخ نے کافی تحقیق کی ہے ان کی تحقیق کے مطابق پرندے کی ہر قسم میں ایک مخصوص حد تک درجہ حرارت کی قوت برداشت ہوتی ہے۔ اس سے آگے وہ زندگی کھو بیٹھتے ہیں۔

انسان بھی پرندوں کا کم دشمن نہیں ہے۔ سجاول اور کلری پر شکاری اس موسم کا بے چینی سے انتظار کرتے ہیں جب سرما میں سائبیریا سے پرندے ان جگہوں پر آجاتے ہیں۔ دیکھا جائے تو یہ کتنی زیادتی ہے کہ بے یارومددگار اور بے ضرر پرندے جب اپنے سفر کی کٹھن منزلیں طے کرنے کے بعد کچھ عرصے کیلئے ستانے کو کہیں ٹھہریں تو سنسناتی ہوئی گولیوں سے ان کا استقبال کیا جائے۔ پرندوں کی راستہ معلوم کرنے کی صلاحیت انسان کیلئے ابھی تک معمہ بنی ہوئی ہے۔ وہ کس طرح اپنی منزل کا تعین کرتے ہیں اور پھر کس طرح اس منزل تک پہنچنے کیلئے راستہ طے کرکے اس پر قائم رہتے ہیں یہ ایک ایسا مسئلہ ہے جو آج تک صحیح معنوں میں حل نہیں ہوسکا۔ کچھ ماہرین کا خیال ہے کہ پرانے اور بوڑھے پرندے نوعمر پرندوں کو اپنے ساتھ سفر پر لے جاتے ہیں اور انہیں راستہ دکھاتے ہیں۔ پشت در پشت یہ سلسلہ چلتا رہتا ہے۔ اس طرح پرانی نسل ہر نئی آنے والی نسل کی رہنما ثابت ہوتی ہے لیکن یہ بات بھی پایہ تصدیق کو نہیں پہنچ سکی بلکہ ایسی مثالیں بھی سامنے آئیں کہ جس میں نئی نسل پرانی نسل کی مدد کے بغیر نقل مکانی کرتی ہوئی دیکھی گئی۔ اسی طرح پرندوں کی بلندی پرواز اور رفتار کے بارے میں بھی مختلف نظریات پائے جاتے ہیں۔ قدیم نظریات کے تحت پرندے پندرہ ہزار، تیس ہزار اور چالیس ہزار فٹ کی بلندی پر پرواز کرتے تھے لیکن جدید تحقیق سے یہ بات غلط ثابت ہوئی ہے۔ دراصل مختلف پرندے نقل مکانی کے دوران مختلف بلندیوں پر پرواز کرتے ہیں۔ عام طور پر پرندوں کا غول تین ہزار فٹ کی بلندی سے زیادہ اوپر نہیں جاتا بلکہ بعض اوقات تو اس کے نصف سے بھی کم بلندی پر پرواز کرتے ہوئے دیکھے گئے ہیں۔ میدانی علاقوں کے کچھ پرندے پانچ ہزار فٹ کی بلندی تک پہنچ جاتے ہیں۔

گیز، پیلیکون اور مرغابی کو بعض اوقات آٹھ نو ہزار فٹ کی بلندی پر بھی پرواز کرتے ہوئے دیکھا گیا ہے۔ سارس کو بیس ہزار فٹ کی بلندی تک پرواز کرتے ہوئے دیکھا ہے۔ غالباً ڈاڑھی والا گدھ ایسا پرندہ ہے جو سب سے زیادہ بلندی پر پرواز کرنے کا اہل ہے۔ 1921ء میں ڈاکٹر وولاس ٹن نے ایسے ہی ایک گدھ کو چوبیس ہزار فٹ کی بلندی پر ماؤنٹ ایورسٹ پر اڑتے ہوئے دیکھا۔ میجر چیمین نے سائمن نامی دس ہزار فٹ کی پہاڑی پر پرندوں کے غول دیکھے پرندے عام طور پر بیس اور چالیس میل فی گھنٹہ کی رفتار سے تجاوز نہیں کرتے۔ لیکن بعض پرندے مثلاً مرغابی، شاہین، شکرہ اور عقاب ایسے پرندے ہیں جن کی رفتار نقل مکانی کے دوران سو میل فی گھنٹہ تک ہوتی ہے کوہی ابابیل کو سب سے تیز رفتار پرندہ شمار کیا گیا ہے اس کی رفتار دوسو میل فی گھنٹہ تک ہوتی ہے۔

ڈاکٹر سید مبین اختر

کامیاب زندگی کے اصول

زندگی کے خوشگوار لمحات کی اہمیت صرف اس وقت ہے جب دوسروں کو اس میں شریک کیا جائے

آپ کی رضا کے بغیر کوئی بھی آپ کا وقت ضائع نہیں کرسکتا۔ ☆ اکثر لوگ اتنے ہی خوش رہتے ہیں جتنا وہ خود چاہتے ہیں۔ ☆ لوگ آپ کیلئے وقتی طور پر تو رکاوٹیں پیدا کرسکتے ہیں لیکن آپ خود ان کو مستقل بنا دیتے ہیں۔

☆ آپ جتنی محنت کریں گے اتنا ہی آپ کو حاصل ہوگا۔

☆ آپ خود ہی اپنی کامیابی کے لیے رکاوٹ بنتے ہیں۔

☆ جب قسمت خود آپ پر مہربان ہو تو اس وقت آپ کی عدم توجہی نقصان دہ ہوگی۔ ☆ آپ تمام خواہشات کو ایک ساتھ حاصل نہیں کرسکتے۔ ☆ زندگی ایک سفر ہے منزل نہیں۔

☆ ہماری سب سے بڑی غلطی یہ ہے کہ جو چیزیں ہم چاہیں جب تک وہ سب ہمیں نہ ملیں تب تک ہم خوش نہیں ہوں گے۔ ☆ مسائل سے نجات اس کے حل میں مضمر ہے۔ ☆ تجربہ سکھاتا ہے کہ "لینے" والوں سے "دینے" والے زیادہ کامیاب رہتے ہیں۔ ☆ زندگی کے خوشگوار لمحات کی اہمیت صرف اس وقت ہے جب دوسروں کو اس میں شریک کیا جائے۔ ☆ کسی بھی کام کی تکمیل کے لیے اس کا آغاز ناگزیر ہے۔ ☆ جس چیز کی شدید خواہش ہوتی ہے اس کا احساس و خوف بھی زیادہ ہوتا ہے۔ ☆ مسکراتے رہو یہی کامیاب زندگی کی نشانی ہے۔ ☆ تمام شکوے گزرے ہوئے کل کی طرح چھوڑ دو۔ ☆ موقع تلاش کرو، ضمانتیں نہیں۔ ☆ گزرے ہوئے کل کو بھول جاؤ، زندگی کو آج اور آنے والے کل میں ڈھونڈو۔ ☆ ناکامی کے بعد پھر کوشش کرنا اصل کامیابی ہے۔ ☆ سب سے دلچسپ وقت، آج اور ابھی ہے۔ ☆ اگر کوئی غلطی ہوجائے تب بھی ہمت نہ ہاریں، انسان غلطی کا پتلا ہے۔

دعا کا اثر

میری اہلیہ کا نام امبرین ہے ان کو شوگر ہے جس کی وجہ سے ان کے انگوٹھے پر زخم ہوگیا تھا جس کی وجہ سے ڈاکٹروں نے انگوٹھے کو کاٹنے کا کہا، ہم نے رو رو کر اللہ سے دعا کی جس دن آپریشن تھا جب ڈاکٹروں نے آپریشن تھیٹر میں انگوٹھے کا معائنہ کیا تو وہ بالکل ٹھیک تھا اور ڈاکٹروں نے آپریشن نہ کیا۔ (سلیم احمد)

اس ماہ کا دکھی خط

کون ہے جو میری جان کا دشمن ہے؟

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ راز داری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

میری شادی سے پہلے میرے ابو کو کینسر ہوگیا اور وہ میری شادی سے پہلے ہی وفات پا گئے' جس دن میری شادی کی بات طے ہوئی اسی دن میری بکری مرگئی' شادی سے پہلے میرے پاس کافی جانور تھے' شادی سے پہلے ہمارے گھر رزق کی بہت فراوانی تھی اور نماز کے ہم پابند تھے۔ چھ ماہ بعد میری شادی ہوگئی' شادی کے پہلے دس پندرہ دن تو بہت اچھے گزرے لیکن اس کے بعد میری نند اور میری ساس نے میرے خلاف میرے شوہر کے کان بھرنے شروع کر دیئے' اسی طرح سات ماہ ہوگئے تو میرے میاں کی میرے ساتھ لڑائی ہوئی کہ تم کام نہیں کرتی اور بہت سی باتیں کیں اور کہا کہ میری بہن تمہارا بہت خیال رکھتی ہے تم ان کا خیال نہیں رکھتی' آخر میں نے تنگ آ کر خاوند سے کہا کہ تمہیں میں نے کبھی کسی شکایت نہیں لگائی میں پوری کوشش کرتی ہوں لیکن آپ میرے ساتھ اس طرح نہ کیا کرو' لیکن اسے پھر بھی پتہ نہ چلا میرا شوہر پھر خود کو ہی ٹھیک کہتا ہے۔ تین ماہ بعد میری سونے کی انگوٹھی اچانک میری انگلی سے گری اور نیچے گرتے ہی غائب ہوگئی' ہم نے بہت ڈھونڈی لیکن نہیں ملی' رو دھو کر ایک سال گزرا' بیٹا پیدا ہوا تو دن رات رو رو کر اللہ سے حالات بہتر ہونے کی دعا کرتی رہی لیکن میرے حالات دن بدن خراب ہونے لگے۔

پھر ایک اور عجیب سلسلہ شروع ہوگیا کہ میرے روپے گم ہونا شروع ہوگئے۔ میں نماز روزے کی پابند تھی' شادی کے دو سال بعد مجھے چیزیں نظر آتی' کبھی میرا نام کی آواز آتی' پہلے مجھے خواب میں آیات بتائی جاتی کبھی سورۂ یٰسین کی کوئی آیت جو کہ میں بھول جاتی کیونکہ یہ سب خواب میں ہوتا تھا' پھر ایک دن ایک عورت میرے پاس آئی سرہانے کے پاس کھڑی ہو کر پوری آیۃ الکرسی پڑھی تو میں نے سوچا کہ آج شاید میں آیۃ الکرسی پڑھنا بھول گئی ہوں اور یہ مجھے یاد کروانے آئیں ہیں پھر تین چار دنوں بعد بابا جی آئے اور آیۃ الکرسی پڑھی تو میں نے سوچا کہ آج تو میں نے آیۃ الکرسی پڑھی ہے پھر یہ مجھے کیوں سنا رہے ہیں۔

میں کھانے اور دوسرے کام بہت اچھے کرتی تھی لیکن میرے کھانے جلنے لگ گئے' ان میں سے اتنی گندی بو آتی کہ میں خود پریشان ہوجاتی' کھانا ابھی تک بہت بری طرح جلتا ہے' جس سے میری بہت بے عزتی ہوتی ہے' میرا گھر کا کمرہ اتنا گندا ہوتا ہے کہ دیکھنے والے بہت باتیں کرتے ہیں حالانکہ میں صفائی بھی کرتی ہوں۔ ان سب باتوں کا مجھے پتہ نہیں چلا لیکن اب 12 سال بعد مجھے پتہ چلا کہ یہ سب صرف میرے ساتھ کیوں؟ میں صبح چار بجے اٹھتی ہوں پھر بھی میرے کام ختم نہیں ہوتے اور بے عزتی ہر وقت ہوتی ہے۔ میرا بیٹا جب تین سال کا تھا اور کوئی بچہ نہیں تھا کہ سسرال والوں نے بہاولپور مجھے دوائی لینے بھیجا تو انہوں نے مجھے بتایا کہ اس پر جادو ہے' جواب سایہ بن گیا ہے انہوں نے مجھے کیل پڑھ کر دیئے کہ اپنی چارپائی میں لگانے ہیں میں نے چارپائی والے کیل اپنی ساس سے لگوائے اور بھی انہیں تعویذ دیئے لیکن ایک دو ہفتہ کے بعد بڑا عجب واقعہ ہوا میں رات کو سوئی ہوئی تھی کہ کسی کے قدموں کی آواز آئی' میری آنکھ کھل گئی کمرہ میں ہلکی سی روشنی ہوتی پھر فون کی دو دفعہ بیل بجی' تو میری ساس فون سننے کمرے سے باہر آئی لیکن فون پر کوئی نہیں تھا' رات کے تین بجے تھے' ایک سایہ میرے کمرہ میں آیا اور میرے بیڈ کے ساتھ والے بیڈ پر کھڑا ہوا' اس کا چہرہ میرے خاوند کا تھا' اس نے دونوں ہاتھ بغل میں دبائے ہوئے تھے ایک بدمعاش آدمی کی طرح مسکرا رہا تھا تو میں ڈر گئی میرے ذہن میں فوراً خیال آیا کہ یہ مجھے کہہ رہا ہے کہ تم نے کیل لگا لیے ہیں تو کیا ہوا؟ میں بھاگ کر جلدی سے چارپائی سے اترنے لگی تو خیال آیا کہ میں بیڈ سے نیچے اتری تو یہ مجھے پکڑ نہ لے پھر میں گھر والوں کو آواز دیتی تو میری آواز بھی نہیں نکلی' کیونکہ میں انہیں بتانا چاہتی تھی کہ میں سوئی ہوئی نہیں۔ میں جاگ رہی ہوں صبح میں نے گھر والوں کو بتایا تو انہوں نے کہہ کر ڈر گئی ہے پھر میں نے کیل نکال دیئے۔ پھر دوبارہ اس بزرگ کے پاس گئے انہوں نے مجھے پھر تعویذ دیئے لیکن اس کے تیسرے دن میرے ساتھ کیا ہوا؟ کیونکہ میں نے ان کو بتایا تھا کہ مجھے رزق اور چارپائے (جانوروں) کی بہت پریشانی ہے کیونکہ میرے جانور یا تو کیڑے پڑ کر مرجاتے ہیں یا پھر ان کی آگے نسل ہی نہیں بڑھتی' اس وقت میرے پاس ایک بڑی اچھی نسل کی بکری تھی' میری امی کہنے لگی کہ اسے بیچ دو میں نے کہا نہیں میں نے اسے اپنے سسرال ملتان لے کر جانا ہے' نوکروں کو کہیں کہ اسے سنبھال کر رکھیں پرسوں تک میں لے جاؤنگی' ظہر کی نماز کے بعد میں نے سوچا کہ بکری کو پانی پلالوں اور دیکھوں کہ دھوپ تو نہیں آئی میں پانی لے کر گئی تو اس نے پانی نہیں پیا' اچانک اسے کھانسی آئی اور وہ گر کر تڑپنے لگی اور وہیں دم توڑ دیا' میں اتنا روئی کیونکہ یہ بڑی نسل کی بکری تھی اس کی ماں کو پیپ پڑی تھی تو وہ بھی مرگئی تھی۔

میں چیخی کہ میرے ساتھ کیوں ہو رہا ہے؟ بھینس کا بچہ مرگیا' پھر آٹھ ماہ بعد بھینس مرگئی' روپے پیسے زیور گم ہوجاتا ہے' سسرال میں میرا جینا حرام ہے' بچہ میرا بیمار ہے' سب بکریاں ختم ہوگئیں۔ میں جو چیز ملتان لے جانے کا سوچتی ہوں وہی ختم ہوجاتی ہے۔ اسی طرح رات ہوئی اور پھر فجر کی اذان ہوئی تو آنکھ کھل گئی' فجر کی نماز کیلئے اٹھنے لگی تو شیطان ذہن نے کہا کہ کونسی اللہ تعالیٰ نے سنی ہے ہر طرف پریشانیاں ہی ملتی ہیں' خاوند روز گھر سے نکالتا ہے' روپیہ پیسہ میرے پاس نہیں' میں نے نماز نہیں پڑھنی' لیکن پھر خیال آیا کہ جمعہ کی نماز ہے پڑھ لو' پھر سوجانا' اللہ تعالیٰ کو اب تجھ پر ترس آجائے' وضو کیلئے باتھ میں گئی باتھ میں صابن اٹھانے کیلئے مڑی تو مجھے کسی نے گردن سے پکڑ کر دیوار کے ساتھ اتنی زور سے مارا کہ میں دیوار کے ساتھ لگ کر گری کہ میرا منہ سارا زخمی ہوگیا' بازو بھی زخمی ہوگئے' میری بہن جو سو رہی تھی کہتی ہے کہ مجھے ایسے آواز آئی جیسے بہت بھاری چیز چھت سے گری ہے' اس نے مجھے آ کر اٹھایا اور چارپائی پر ڈالا' پھر مجھے کسی کے پاس لے گئے اس کے عمل سے مجھے تھوڑا بہت فرق پڑا' مجھے علاج کراتے سات سال ہوگئے ہیں لیکن آرام نہیں آیا۔ ان سب سے زیادہ مجھے روپیہ پیسے کی پریشانی ہے' میں اپنی ضرورت کبھی اپنے آپ سے پوری نہیں کرسکتی' اگر جمع ہوں گے تو وہ یا تو گم ہوجائیں گے یا پھر وہ بیماری پر خرچ ہوجائیں گے۔ میرے خاوند ہمیشہ لڑائی جھگڑا کرتے رہتے ہیں' میرے اب پانچ بچے ہیں سارے ہی بہت زیادہ ضدی اور بیمار ہیں' الٹی سیدھی حرکتیں کرتے ہیں' ایک صحیح ہوتا ہے تو دوسرا سخت بیمار ہوجاتا ہے' یا کسی کا ایکسیڈنٹ ہوجاتا ہے یا کوئی چھت سے گرجاتا ہے' مجھے سمجھ نہیں آرہی یہ سب کیا ہو رہا ہے' کون ہے جو میری جان کا دشمن ہے؟ میری یادداشت ختم ہوگئی ہے' میں نیند کی دوائی کھا کر سوتی ہوں' مجھے لگتا ہے میں پاگل ہوگئی ہوں۔

(قارئین! ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَارَزَّاقُ یَارَحِیْمُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں آپ کا ماہنامہ عبقری پچھلے تین سال سے پڑھ رہی ہوں اور پچھلے تقریباً ایک سال سے مراقبے کا عمل کر رہی ہوں میں نے مراقبے سے بہت کچھ پایا ہے۔ مراقبے کی وجہ سے میری زندگی میں سکون آ گیا ہے۔ میری ہر پریشانی کا حل مجھے مراقبے میں ملتا ہے۔ ابھی پچھلے ماہ میں نے مراقبہ کیا تو دیکھا کہ ہلکا نیلا آسمان ہے جس پر کہیں کہیں بادل ہیں۔ ان نیلے آسمان کی بہت سی تہیں ہیں جیسے سات آسمان ہوں اور بہت بڑا تختہ نما سی چیز ہے جہاں سے سنہری نور نکل رہا ہے اور زمین کی طرف آہستہ آہستہ بڑھ رہا ہے۔ یہ نور روضہ اقدس ﷺ پر پڑ رہا ہے وہاں سے سنہری نور نکل رہا ہے اور وہ نکل کر لوگوں پر پڑ رہا ہے ان میں سے ایک سنہری نور کی روشنی میرے دل پر پڑتی ہے جس سے میرا پورا جسم سنہری نور سے روشن ہو جاتا ہے پھر یہ روشنی مجھے اوپر کی طرف اٹھاتی ہے اور کہیں دور لے جا رہی ہوتی ہے۔

اچانک میں دیکھتی ہوں کہ بہت بڑے دروازے کے آگے کھڑی ہوں۔ میرا دل بہت خوش ہوتا ہے یہ حرم ہے کعبہ ہے' اللہ کا گھر ہے' میں آگے جاتی ہوں تو بہت لوگ ہوتے ہیں۔ بڑے بڑے برآمدے بنے ہیں' کوئی قرآن پڑھ رہا ہے' کوئی نماز پڑھ رہا ہے میں اور آگے بڑھتی ہوں سیڑھیاں بنی ہوتی ہیں ان سے نیچے اتر کر سامنے دیکھتی ہوں تو کعبہ پر نظر پڑتی ہے میں اور قریب جاتی ہوں حجر اسود کے قریب اس کا بوسہ لیتی ہوں اور مجھے واقعی میں ایسا لگا کہ میں حجر اسود کا بوسہ لے رہی ہوں۔ پھر میں طواف کرنا شروع کر دیتی ہوں' پورے سات چکر لگاتی ہوں' پھر کعبہ شریف کے دروازے پر ہاتھ رکھ کر بہت دعائیں مانگتی ہوں' معافی مانگتی ہوں' اپنے دل کی ساری حاجات مانگتی ہوں' ان سب میں وہ سنہری رنگ کا نور میرے دائیں بائیں' اوپر نیچے ہر طرف ہوتا ہے۔ پھر وہ نور مجھے لے کر جاتا ہے۔ پھر میں دیکھتی ہوں کہ مسجد نبوی ﷺ کے باہر دروازے پر کھڑی ہوں۔ میں اندر جاتی ہوں بہت بڑا صحن ہے' لوگوں کا بہت رش لگا ہوا ہے۔ میں اور آگے بڑھتی ہوں وہاں بھی دروازے سے گزرتی ہوں اس دروازے پر باب جبرائیل علیہ السلام لکھا ہوتا ہے۔ میں اور آگے بڑھتی ہوں سامنے دیکھتی ہوں تو آپ ﷺ کے روضہ مبارک کی جالیاں مبارک نظر آتی ہیں میں بہت ادب کے ساتھ دو زانو ہو کر بیٹھ جاتی ہوں۔ ایک بہت بڑا ہال ہے' وہ بڑے قالین بچھے ہیں ان پر جالیوں کے بہت قریب میں جا کر بیٹھ جاتی ہوں اور سلام عرض کرتی ہوں۔

اپنے دل کی تمام حاجات دعائیں' مشکلات سب اپنے نبی پاک ﷺ کو بتاتی ہوں اور مدینے آنے کی اجازت مانگتی ہوں۔ پھر میں تھوڑا دائیں طرف ہوتی ہوں اور وہاں حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ خدمت میں سلام عرض کرتی ہوں۔ پھر میں تھوڑا اور بائیں طرف ہوتی ہوں وہاں حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کا روضہ مبارک پر جالیوں کے قریب سلام عرض کرتی ہوں۔ پھر میں وہاں سے اٹھ کر آپ ﷺ کی جالیوں کے قریب آتی ہوں اور رو رو کر آپ ﷺ سے دعا کی درخواست کرتی ہوں اپنی مشکلات پریشانیوں کے لیے آپ ﷺ سے دعا کرواتی ہوں اور پھر مدینے آنے یہاں پر ہمیشہ رہنے کی درخواست کرتی ہوں میں رو رو کر دعا کرتی ہوں' آپ ﷺ کی جالیوں کے ساتھ میں اپنا سر رکھ کر روتی ہوں تو اچانک جالیوں کا دروازہ کھلتا ہے جب کھلتا ہے تو ٹھنڈی ہوائیں آتی ہیں اور گلاب کی پتیاں بھی اس ہوا میں شامل ہوتی ہیں جو مجھ پر پڑتی ہیں اور گلاب کی بہت زیادہ خوشبو ہوتی ہے مجھے قبر مبارک کی زیارت ہوتی ہے۔ پھر میرا رابطہ منقطع ہوا اور مراقبہ ختم ہو گیا۔ (ص۔ ر)

میں شکر گزار ہوں!

اعتماد سے عبقری ٹرسٹ کی معاونت کریں آپ کے عطیات صحیح حقداروں تک پہنچیں گے

میں عبدالحکیم ضلع مظفر گڑھ کے نواحی علاقے سے لکھ رہا ہوں۔ پچھلے سال آنے والے سیلاب نے ہمارے پورے علاقے میں جو تباہی مچائی وہ میڈیا والے بھی مکمل نہیں دکھا سکے لیکن اس سے بڑا دکھ اور تباہی لوٹ مار کرنے والوں نے مچائی وہ سیلاب سے کہیں بڑھ کر ہے۔

جب ہم اپنے گھر بار چھوڑ کر مال مویشی چھوڑ کر بچوں کو لے کر محفوظ مقام کی طرف منتقل ہوئے تو لوٹنے والوں نے کشتیاں لے کر ہمارے زیورات' برتن اور دوسری اشیاء لوٹ لیں لیکن ہم بے بس کیا کر سکتے تھے؟ ہمارے پاس تو کھانے کو کچھ نہیں تھا اور امداد کا انتظار کر رہے تھے لیکن امداد بھی صرف سفارشیوں کو اور زور والوں کو مل رہی تھی۔ غریب آدمی کی کون سنتا؟ بس ایک ہی سہارا تھا اور اسی رب کی طرف امیدیں لگا کر بیٹھے تھے۔ امدادی اداروں کی طرف سے ہم مایوس ہو چکے تھے۔ ایک دن ایک صاحب آئے لیکن وہ خالی ہاتھ تھے وہ ہمارے درمیان گھومتے پھرتے رہے ہم سے حال احوال پوچھتے رہے۔ ہم نے زیادہ توجہ نہیں دی کیونکہ ہماری نظریں تو امدادی سامان سے بھرے ہوئے ٹرکوں پر لگی تھیں وہ صاحب نام اور کیمپ نمبر لکھتے رہے۔

کچھ دن بعد وہ صاحب اور ان کے ساتھ چند اور صاحبان امدادی سامان راشن خیمے اور دوسری ضروریات زندگی لے کر آئے۔ وہی لوگ جو پہلے بھی تمام سامان پر ہاتھ صاف کر لیتے تھے ان کی طرف بڑھے لیکن انہوں نے سب کو ہٹا دیا اور جو نام لکھ کر لے گئے تھے یعنی جو واقعی حقدار تھے صرف ان کو دیا اور باقاعدہ ان کے کیمپوں تک خود پہنچایا۔ ہمیں ایسی امداد کی توقع ہی نہیں تھی۔ خوشی کے آنسو بہہ رہے تھے اور دل کی گہرائیوں سے دعائیں نکل رہی تھیں۔ پوچھنے پر پتا چلا کہ یہ عبقری ٹرسٹ والے ہیں جن کا نہ کوئی بینر تھا' نہ کوئی اشتہار تھا' نہ پبلسٹی تھی' نہ کوئی ویڈیو بنائی گئی۔ اسی لیے امداد صرف حقداروں تک پہنچی۔ اس کے بعد بھی گھر واپسی میں عبقری ٹرسٹ نے مدد کی اور عبقری ٹرسٹ کی معاونت سے ہم نے نئی زندگی شروع کی۔ ہمارے پاس ان لوگوں کیلئے صرف دعائیں ہی دعائیں ہیں جو ہم دن رات کرتے ہیں۔

جویریہ یاسمین، اسلام آباد

نتھنوں سے روحانی ترقی حاصل کریں

چنانچہ ایسا ہر عمل جس کا مقصد نیک ہو اس کیلئے بہترین وقت تہجد کا ہے یا پھر فجر کی نماز کے بعد کا وقت بھی افضل ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ پاک صاف لباس اچھی خوشبو صاف ستھرے کمرے قمر زائد النور یا طلوع آفتاب کو ملا کر ایک ایسی فضا تشکیل پاتی ہے جو نیک مقاصد کے حصول کیلئے بالکل قدرتی ہوتی ہے

سمندر کی طرح انسان بھی چاند کی خاص حالتوں سے متاثر ہوئے بغیر نہیں رہ سکتا اس لیے کہ انسان کے وجود کے اندر بھی تو پچاسی فیصد پانی ہے۔ روحانیت میں عملیات کے راستے پر چلنے کیلئے انسان کو چاند کی مدد کی ضرورت پڑتی ہے۔

اور یہ صرف چاند پر ہی موقوف نہیں انسان اگر اپنی ذات کو دریافت کرنا چاہے یا اس میں سے کچھ حاصل کرنا چاہے تو اس کیلئے وہ تمام چیزیں اس کی معاون ثابت ہوں گی جو اس کائنات میں بکھری ہیں اور براہ راست انسان پر اثر انداز ہو رہی ہیں۔

جیسے چاند کی خاص حالتوں میں سمندروں میں تلاطم اور ہیجان پیدا ہوتا ہے۔ بعینہ وہی کیفیت انسان کی ہوتی ہے اور تو اور چاند کی خاص حالتوں میں انسان کی ذہانت اور اس کا آئی کیو بھی معمول سے کافی مختلف ہوتا ہے۔ قمر زائد النور کے دنوں میں اچھی اور مثبت چیزوں کو حاصل کرنے کیلئے انسان کی صلاحیتیں بڑھ جاتی ہیں اور اس کے آر پار مثبت لہریں زیادہ طاقتور ہو جاتی ہیں۔ جب چاند زوال کی طرف جاتا ہے یا ناقص النور ہو جاتا ہے تو انسان کے اندر منفی قوتیں طاقت حاصل کر لیتی ہیں۔

یہ تو ابتدائی باتیں ہیں۔ میں آپ کو انسانی معبود کی دیگر پوشیدہ حقیقتوں کے اسرار و رموز سے بھی آگاہ کروں گی۔ ہمارے دو نتھنے جن کی مدد سے ہم سانس لیتے ہیں ان کے بارے میں بھی علم کی ایک شاخ موجود ہے جسے ''علم النفس'' کہا جاتا ہے۔ دایاں نتھنا سورج اور بایاں نتھنا چاند ہے۔ دایاں نتھنا جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے۔ بایاں نتھنا جسم میں ٹھنڈک پیدا کرتا ہے۔

اس کا تجربہ یوں کیا جا سکتا ہے کہ اگر آپ کو سرما کی کسی رات کو بہت زیادہ سردی لگ رہی ہو تو آپ بائیں نتھنے میں روئی دے لیں اور دائیں طرف ہو کر لیٹ جائیں تا کہ آپ کا دایاں نتھنا مسلسل چلنا شروع ہو جائے۔ ایک گھنٹے بعد آپ کو بالکل سردی نہیں لگے گی بلکہ آپ اپنی رضائی بھی اتار پھینکیں گے۔ آپ نے دیکھا یا سنا ہوگا کہ درویش اور سادھو جنگلوں، صحراؤں اور برف پوش پہاڑیوں میں اس حالت میں رہتے ہیں کہ ان کے تن پر صرف ایک کپڑا ہوتا ہے۔ ان کے پاس یہی نکتہ ہوتا ہے وہ اپنے وجود میں حرارت پیدا کر لیتے ہیں۔ یہ دونوں نتھنے ایک نظام کے تحت باری باری چلتے ہیں اور قمری کیلنڈر کے مطابق چلتے ہیں۔ چاند کی یکم کو صبح سورج نکلنے کے بعد دایاں نتھنا چل رہا ہوگا۔ اگر صبح سورج نکلنے کے بعد دایاں نتھنا نہ چل رہا ہو تو پھر چاند کی تاریخ غلط ہے۔ علم النفس کی مدد سے بڑی بڑی بیماریوں کا علاج بھی کیا جا سکتا ہے اور اس سے بیماریوں کا پتہ بھی چلایا جا سکتا ہے۔ وہی یکم کی مثال سے لیں۔ صبح سورج طلوع ہونے کے بعد دایاں نتھنا چلے گا۔ دو گھنٹے بعد بایاں نتھنا چلے گا پھر دو گھنٹے بعد دایاں نتھنا چلنا شروع ہو جائے گا اور اس طرح دونوں نتھنے باری باری دو دو گھنٹے بعد چلتے رہیں گے جہاں ان میں فرق پڑے گا انسان بیمار ہو جائیگا۔ کسی محفل میں اگر بارہ آدمی موجود ہوں اور گیارہ کے نتھنے ایک ترتیب کے مطابق چل رہے ہوں اور بارہویں کی ترتیب غلط ہو جائے تو وہ شخص یقیناً کسی بیماری کا شکار ہوگا۔ علم النفس کا یہ سلسلہ چاند کی چال کے ساتھ ساتھ چلتا ہے یعنی ہمارا اور چاند کا ہر وقت کا رابطہ ہے اور اس رابطے کے ذریعے بڑی بڑی روحانی منزلیں طے کی جاتی ہیں۔ حبس دم بھی علم النفس ہی کا ایک حصہ ہے جو ایک مربوط اور باقاعدہ روحانی نظام کے تحت کام کرتا ہے۔ جب جلالی چلہ کشی کی جاتی ہے تو عام طور پر دائیں نتھنے کو بند کر دیا جاتا ہے تا کہ سانس میں ٹھنڈک آتی رہے۔ اس کا بھی ایک طریقہ ہے جو مرشد اپنی صوابدید کے مطابق استعمال کرواتا ہے کیونکہ وہ تو محرم راز ہے اور اسے چلہ کشی کے اسرار و رموز سے واقفیت ہے۔ اسے معلوم ہے کہ چلہ کاٹنے والے سے کہاں غلطی سرزد ہو سکتی ہے۔

چلہ کشی یا روحانی منازل طے کرنے کے دوران مرشد یا استاد کا ہونا اس لیے ضروری ہے کہ مناسب رہنمائی نہ ہو تو چلہ کاٹنے والے کا تعلق رنگ و نور کی دنیا سے بگڑ سکتا ہے۔ اگر ایسا ہو جائے تو چلہ کاٹنے والے کا کائنات کے ساتھ بھی تعلق بگڑ جاتا ہے اور اس کا چلہ ہی بگڑ جاتا ہے جس کے اپنے نقصانات ہیں۔ یا یوں سمجھ لیں کہ سردیوں کے موسم میں کوئی آدمی پسینے میں بھیگ رہا ہو اور ٹھنڈے پانی کے حوض میں چھلانگ لگا دے تو سرد گرم ہو جاتا ہے۔ اسی طرح وہ چلہ کاٹنے کے دوران رنگ و نور کی دنیا اور کائنات سے تعلق منقطع کر بیٹھے تو روحانی طور پر گرم سرد ہو جاتا ہے۔ چنانچہ ایسا ہر عمل جس کا مقصد نیک ہو اس کیلئے بہترین وقت تہجد کا ہے یا پھر فجر کی نماز کے بعد کا وقت بھی افضل ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ پاک صاف لباس اچھی خوشبو صاف ستھرے کمرے قمر زائد النور یا طلوع آفتاب کو ملا کر ایک ایسی فضا تشکیل پاتی ہے جو نیک مقاصد کے حصول کیلئے بالکل قدرتی ہوتی ہے۔ اس وقت سورج بھی بہت طاقتور ہوتا ہے ان چیزوں کی وجہ سے انسان کے اندر مثبت قوتیں بیدار ہوتی ہیں۔ اسی لیے تہجد کے وقت کو قبولیت دعا کا وقت بھی کہتے ہیں۔ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ نے اسی لیے کہا تھا۔

کچھ ہاتھ نہیں آتا بے آہ سحر گاہی!

علامہ اقبال روحانی واردات سے اچھی طرح آگاہ تھے۔ وہ جانتے تھے کہ چوبیس گھنٹوں میں تہجد کا وقت سب سے زیادہ مقناطیسی قوت کا حامل ہوتا ہے کیونکہ اس وقت تمام اشیاء مردہ ہو کر نئے سرے سے زندگی حاصل کرتی ہیں۔

مسافران آخرت

ملک خلیل الرحمن صاحب کے کزن ملک ظہیر ٹیپو قضائے الٰہی سے وفات پا گئے ہیں۔ قارئین سے ایصال ثواب سے اپیل ہے۔

اپنی مرضی کی شادی کیلئے عمل

اپنی مرضی کی شادی کرنے کیلئے نماز فجر یا عشاء کے بعد پہلا کلمہ لا الہ الا اللہ محمد الرسول اللہ کو تین سو مرتبہ پڑھیں اور درمیان میں گیارہ گیارہ بار درود پاک ابراہیمی بھی پڑھا جائے۔ یہ عمل چالیس دن تک بلا ناغہ کیا جائے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے ان کی پسند کی جگہ سے درپیش رکاوٹیں ختم ہو کر ان کی مرضی کے مطابق شادی ہو جائیگی۔

بیرون ملک سفر میں کامیابی کیلئے عمل

اگر کوئی شخص بیرون ملک جانا چاہتا ہو اور وہ چاہتا ہو کہ اس کا سفر کامیابی سے ہمکنار ہو تو اس کو چاہیے کہ وہ سفر پر جانے سے قبل باوضو حالت میں فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد قبلہ رو ہو کر بیٹھے اور 125 مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے اسکے بعد ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ کلمہ طیبہ پڑھتا رہے اور کبھی ناغہ نہ کرے انشاء اللہ اسے کامیابی حاصل ہو گی اس کا سفر بخیر و عافیت گزرے گا۔ (نور بلوچ، لالہ موسیٰ)

نصیر احمد، ایبٹ آباد

گرمی کی بیماریوں کا علاج پانی سے

گرمی کا علاج ہمیشہ سردی سے کیا جائے۔ فرض کریں کہ ہمارے جسم میں پھوڑا نکل آیا ہے اس کا صاف مطلب ہے کہ اس جگہ آگ (گرمی) جمع ہوگئی ہے اب ہمیں بجائے ڈاکٹروں اور حکیموں کی ادویات کھانے کے آگ کی دشمن مٹی اور پانی سے علاج کرنا چاہیے

فرمان باری تعالیٰ ہے ہم نے ہر زندہ چیز پانی سے بنائی کیا وہ اس کا یقین نہیں کرتے (سورۂ مومنون)

انسانی جسم عناصر خمسہ سے مرتب کیا گیا ہے یعنی پانی، آگ، ہوا اور مٹی۔ ان کا مزاج الگ الگ ہے۔ پانی کا مزاج سرد تر ہے، آگ گرم خشک اور ہوا گرم تر ہے۔ پانی عناصر خمسہ میں سے ایک ہے۔ پانی کے بغیر ہمارے جسم کی نشوونما نہیں ہوسکتی اور نہ قائم رہ سکتا ہے۔ جسم انسانی کے اندر پانی پچاسی فیصد ہوتا ہے جسم میں پانی کی ایک نلی ہے جس کے چاروں طرف چھوٹے بڑے ڈرین پائپ کی طرح پانی والی اشیاء کی آمدورفت کیلئے نالیاں موجود ہیں۔ جسم کا ہر حصہ پانی کے ذریعہ دھویا جاتا ہے۔ مانجھا جاتا ہے اور قدرتی طور پر صاف ہوتا رہتا ہے۔ کافی مقدار میں پانی اگر جسم میں موجود نہ ہو تو تندرستی قائم نہیں رہ سکتی۔ جسم کی حفاظت کیلئے اسی طرح جسم کو خوراک اور پانی پہنچایا جاتا ہے جس طرح ریل گاڑی کا انجن چلانے کیلئے کوئلہ اور پانی دیا جاتا ہے جب کبھی جسم میں زیادہ گرمی محسوس ہوتی ہے تو پیاس لگتی ہے اور پانی سے پیاس بجھائی جاتی ہے۔ رات کو سونے سے قبل اور صبح اٹھنے کے بعد اجابت ضروریہ سے فارغ ہوکر ایک ایک گلاس پانی پینے سے جسم کو بہت تقویت ملتی ہے کئی بیماریوں سے چھٹکارا ملتا ہے۔ یہ ایک ٹانک کی حیثیت رکھتا ہے۔ دن کو بھی ضرورت کے وقت یعنی پیاس لگنے کے وقت پانی پینا چاہیے۔ سنت رسول صلی اللہ علیہ وسلم کے مطابق پانی بیٹھ کر تین سانسوں میں پینا چاہیے اس طرح کرنے سے پانی قدرتی طور پر جتنا جسم کی ضرورت ہوتی ہے اتنا جسم کے اندر پہنچ جاتا ہے۔ پورا گلاس ایک دم انڈیل دینے سے آنتوں کی بیماری اور سانس کی بیماریاں پیدا ہونے کا خدشہ رہتا ہے۔ مشائخ نے کھانے کے بعد پانی پینے سے منع فرمایا ہے اور اس کو بیماری بتایا ہے۔ طب جدید کے ماہرین نے بھی اس کو صحت کیلئے تباہ کن بتایا ہے۔ موجودہ دور میں ہر غذائی چیز زہریلی ہے زمین میں بوٹی تلف زہریں استعمال ہورہی ہیں بیج بونے کے بعد کھاد اور کیڑے مار دوائیں یعنی زہریں ڈالی جاتی ہیں اسی لیے ڈاکٹروں اور حکماء نے کھانے سے آدھ گھنٹہ قبل اور کھانے کے آدھ گھنٹہ بعد پانی پینے کا مشورہ دیا ہے۔ رات کو جو پانی ہم پی کر سو جاتے ہیں وہ پانی جسم میں جذب یا خشک ہوجاتا ہے۔ اس کا تھوڑا سا حصہ مثانہ میں جمع رہتا ہے۔ علی الصبح جو پانی ہم پیتے ہیں اس سے ہمارا جسم تروتازہ ہوجاتا ہے۔ بعض اوقات جی متلاتا ہے، قے ہوجاتی ہے، پیٹ بوجھل محسوس ہوتا ہے، سخت قبض ہوجاتی ہے۔ ناشتہ سے قبل تین چار بار پانی پینے سے ان علامات سے مکمل چھٹکارا مل جاتا ہے۔

پانی کا گھڑا ایسی جگہ رکھنا چاہیے، جہاں ہوا اور روشنی ہو۔ پانی بند اور اندھیری جگہ رکھنا، پلاسٹک کی بوتلوں اور کولر وغیرہ میں رکھنا صحت کیلئے انتہائی مضر ہے۔ کیونکہ ان چیزوں میں ہوا اور روشنی کا دخل نہیں ہوتا۔ پانی کو مؤثر کرنے کیلئے دو گلاس میں تھوڑا تھوڑا پانی ڈالیں اور شربت کی طرح ایک گلاس کو دوسرے گلاس میں الٹ پلٹ کرتے رہیں اس طرح ہوا اور روشنی سے پانی متاثر ہوجاتا ہے اور بہترین فائدہ مند بن جاتا ہے۔

غسل ہماری زندگی کے قیام کیلئے ضروری ہے۔ غسل کرنے سے جسم ٹھنڈا اور تروتازہ ہوجاتا ہے۔ خون رگوں میں دوڑنے لگ جاتا ہے۔ سر اور دماغ میں سکون پہنچتا ہے۔ جلد پر سے پسینہ وغیرہ و دیگر آلودگی صاف ہوجاتی ہے۔ بھوک کھل جاتی ہے، جسمانی پاکی کے ساتھ روحانی پاکی حاصل ہوتی ہے اور سکون ملتا ہے۔ جس دن غسل نہ کیا جائے تو سر میں گرانی محسوس ہوتی ہے۔ کچھ حرارت بھی محسوس ہوتی ہے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم جب میرے گھر تشریف لائے تو انہیں سخت شدید بخار تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ایسا کرو سات مشکیں پانی کی لاؤ جن کے منہ نہ کھولے گئے ہوں وہ سب مجھ پر بہاؤ شاید میرا بخار کم ہوجائے۔ ہم نے حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو حضرت حفصہ رضی اللہ عنہا کے ایک ٹب میں بٹھادیا اور اوپر سے مشکوں کا پانی ڈالنا شروع کردیا یہاں تک کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اشارہ فرمانے لگے بس کرو بس...... پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم باہر نکلے اور تندرست ہوگئے۔ (بخاری) حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بخار دوزخ کی بھاپ ہے تم اس کو پانی سے بجھاؤ۔

جسم انسانی میں گرمی یا صفرا کو اعتدال پر رکھنے کی ضرورت ہے کیونکہ اسی کے ذریعہ ہمارے جسم کی نشوونما ہوتی ہے جب کسی انسان کے جسم میں گرمی (حرارت) معمول سے زیادہ ہوتی ہے تو معلوم ہوتا ہے کہ اس کی طبیعت خراب ہے جب گرمی یا حرارت اندر سے بڑھ جاتی ہے اور جلد پر اس کا کوئی اثر معلوم نہیں ہوتا تو اکثر کہا جاتا ہے کہ اندرونی بخار ہے۔

حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے کھانا پیٹ بھر کر کھانے سے منع فرمایا ہے۔ بھوک سے زیادہ کھانے سے جسم میں حرارت یا گرمی پیدا ہوکر اندر ہی اندر جسم کو جلا کر رکھ دیتی ہے اگر اس کا مناسب علاج بروقت نہ کیا جائے تو ہمارے جسم کو ختم بھی کرسکتی ہے۔ اکثر ہم نے سنا ہے کہ کمرے میں گیس کی زیادتی سے اموات واقع ہوتی ہیں۔ گوداموں میں آتشزدگی ہوئی ہے، جسم میں گیس کے جمع ہونے سے خوفناک بیماریاں جنم لیتی ہیں جب حرارت یا گرمی سے آنتوں کے اندر فضلہ جلنے لگتا ہے تو وہ خشک سدے کی صورت اختیار کرلیتا ہے جس سے انسان کو تکلیف پہنچتی ہے۔ معدے سے جب بخارات مثانے کی طرف رخ کرتے ہیں تو پیشاب بند ہوجاتا ہے جب پھیپھڑوں کی طرف رخ کرتے ہیں تو نمونیا/ڈبل نمونیا ہوجاتا ہے۔ جب دماغ اور پھیپھڑے اس گیس سے متاثر ہوتے ہیں تو ٹائیفائیڈ اور نمونیا ہوجاتا ہے۔ اگر گلے کی طرف رخ ہو اور گلا متاثر ہو تو خناق جیسی بیماری ظاہر ہوتی ہے اسی طرح مختلف بیماریاں جنم لیتی ہیں۔

گرمی کا علاج ہمیشہ سردی سے کیا جائے اور سردی کا علاج گرمی سے اور خشک امراض کا علاج تری سے کیا جائے۔ فرض کریں کہ ہمارے جسم میں پھوڑا نکل آیا ہے اس کا صاف مطلب ہے کہ اس جگہ آگ (گرمی) جمع ہوگئی ہے اب ہمیں بجائے ڈاکٹروں اور حکیموں کی ادویات کھانے کے آگ کی دشمن مٹی اور پانی سے علاج کرنا چاہیے۔ یعنی مٹی میں پانی ڈال کر گیلی مٹی کا لیپ کردیں ہوا تیسرا عنصر خودبخود شامل ہوجاتا ہے۔ قارئین سے درخواست ہے کہ تجربہ کرکے دیکھیں سو فیصد مجرب علاج ہے۔ گیلی مٹی لگا کر جب خشک ہونے کو ہو تو روئی وغیرہ سے پانی لگا کر تر کردیا کریں۔ یقین کریں بواسیری مسے بھی اسی طریقہ علاج سے بالکل ختم ہوجاتے ہیں۔ رات کو گیلی مٹی کی ٹکیہ بنا کر کس کر روزانہ باندھ دیں تین چار دن میں مسے خودبخود ختم ہوجائیں گے۔ سخت سے سخت بخار حتیٰ کہ نمونیا کے بخار کیلئے گیلی مٹی کا لیپ مستقل کرنے سے شفاء کا ذریعہ بنتا ہے۔ قدرتی طور پر گرم امراض کا علاج سرد پانی سرد تاثیر رکھنے والے پھل، دہی اور تازہ پھلوں کا رس کا استعمال نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ بیماری کے دوران گرم اشیاء سے پرہیز لازم ہے جب جسم نارمل حالت میں آجائے تو جو چیزیں پسند ہوں گرم ہوں یا تر ہوں خوب کھائیں مگر اعتدال ضروری ہے۔ ہمیں قدرت کے دیئے ہوئے اصول کے مطابق چاہے دینی ہوں یا دنیاوی انکے مطابق زندگی گزارنی چاہیے۔

ہر قسم کی بیماری و پریشانی سے نجات

ع۔مؔ چوہدری

حضرت سائیں توکل شاہ انبالوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں اگر کسی کو مرشد کامل نہ ملے یا کسی پر اس کا عقیدہ نہ ٹھہرے تو اس کو چاہیے کہ درود شریف محبت کے ساتھ پڑھے اس کے پڑھنے سے اسے پرورش روح رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم حاصل ہوجائے گی

لاعلاج امراض کے لیے

جو کسی ایسے مرض میں مبتلا ہو جس میں ڈاکٹروں نے جواب دے دیا ہو ایسے میں ذیل کا عمل بے حد مفید اور اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ ذیل کا درود پاک کثرت سے پڑھا کرے۔ اس سے نہ صرف یہ شکایت رفع ہوجائے گی بلکہ یہ تمام لاعلاج امراض کا شافی علاج بھی ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْاَرْوَاحِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَلْبِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُلُوْبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِي الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُبُوْرِ۔

نزلہ کا علاج

جس کو بھی نزلہ ہو گیا ہو وہ روزانہ صبح کو باوضو حالت میں اکتالیس بار درود شفاء پڑھ کر دوا پر دم کرے اور وہ دوا حسب ہدایت استعمال کرے۔

علاوہ ازیں اپنے اوپر دم بھی کرے انشاء اللہ شفاء کاملہ عطا ہوگی۔ درود شفاء یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَ دَوَائِهَا وَعَافِيَةِ الْاَبْدَانِ وَشِفَائِهَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِيَائِهَا وَعَلٰى آلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ بِعَدَدِ كُلِّ ذَرَّةٍ وَّ خَلَائِقِ۔

ادائیگی قرض

جس پر قرضہ بے انتہا ہو اور اس کی ادائیگی کا کوئی بندوبست نظر نہ آتا ہو اس کیلئے لازم ہے کہ پاک وصاف ہوکر باوضو حالت میں بعد نماز عشاء کسی ایسی جگہ ننگے سر قبلہ رُو کھڑا ہو جہاں اس پر کسی شئے کا سایہ نہ پڑتا ہو۔ اول و آخر مندرجہ ذیل درود شریف ایک سو ایک مرتبہ اور درمیان میں یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ پانچ سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ پہاڑ کی مانند قرضہ بھی اکتالیس روز کے بلاناغہ عمل سے خزانہ غیب سے اتر جائے گا۔ درود پاک یہ ہے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ مَعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْكَرَمِ وَعَلٰى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِكْ وَسَلِّمْ ۔

ہر قسم کی پریشانی سے نجات

بیرون ملک جانے کے خواہش مندوں کیلئے درود پاک تنجینا کی تلاوت کرنا کامیابی کی ضمانت ہے۔ جو کوئی یہ چاہے کہ بیرون ملک جانے کیلئے اس کا سفر کامیابی سے ہمکنار ہو اور جس مقصد کیلئے یہ سفر کیا ہو اس میں کامیابی ہو۔ اسے چاہیے کہ وہ سفر پر جانے سے قبل باوضو حالت میں فجر کی نماز کے بعد قبلہ رو بیٹھ کر 125 مرتبہ درود تنجینا پڑھ کر دعا مانگے اس کے بعد ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ یہی درود شریف پڑھتا رہے اور ناغہ نہ کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کامیابی ہوگی۔

جس کو ذرا ذرا سی بات پر جھوٹ بولنے کی عادت ہو اور اسے احساس تک نہ ہوتا ہو۔ اس عادت کی وجہ سے اکثر شرمندگی اور پریشانی کا سامنا بھی کرنا پڑتا ہو اور وہ اپنی اس عادت سے تنگ ہو اور اسے چھوڑنا چاہتا ہو۔ اس مقصد کیلئے اسے چاہیے کہ ہر روز فجر کی نماز میں سنت اور فرض کے درمیان اکیس مرتبہ درود تنجینا پڑھ کر اللہ سے دعا مانگے۔ چند ہی روز میں اس کی یہ عادت چھوٹ جائے گی۔

اگر کسی لڑکے اور لڑکی کی شادی نہ ہوت ہو' منگنی ہو کر ٹوٹ جاتی ہو یا سرے سے رشتہ آتا ہی نہ ہو یا اگر رشتہ آتا ہو مگر بات طے نہ ہوتی ہو۔ یا رشتے والے ناپسند کرتے چلے جاتے ہوں تو اسے چاہیے کہ نماز فجر اور عشاء کی ادائیگی کے بعد کسی سے کلام کیے بغیر ایک سو مرتبہ درود تنجینا پڑھ کر اللہ سے دعا مانگے۔ چالیس یوم کے اندر اندر انشاء اللہ کوئی اچھا اور نیک رشتہ آجائے گا۔ جو شوگر کے مرض میں مبتلا ہو تو اس کیلئے لازم ہے کہ وہ ہر روز نماز فجر کے بعد درود شریف تنجینا اکتالیس بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کرے۔ انشاء اللہ اکتالیس یوم میں شوگر کے مرض سے آرام آجائے گا۔ درود شریف تنجینا یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰى آلِ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَلٰوةً تُنْجِيْنَا بِهَا مِنْ جَمِيْعِ الْاَهْوَالِ وَالْاٰفَاتِ وَ تَقْضِيْ لَنَا بِهَا جَمِيْعَ الْحَاجَاتِ وَتُطَهِّرُنَا بِهَا مِنْ جَمِيْعِ السَّيِّئَاتِ وَتَرْفَعُنَا بِهَا عِنْدَكَ اَعْلَى الدَّرَجَاتِ وَتُبَلِّغُنَا بِهَا اَقْصَى الْغَايَاتِ مِنْ جَمِيْعِ الْخَيْرَاتِ فِي الْحَيَاةِ وَبَعْدَ الْمَمَاتِ اِنَّكَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ۔

درود نوریہ

حضرت شیخ احمد الطیب رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ انہوں نے عبادت کی غرض سے تین دن کیلئے خلوت اختیار کی اس دوران انہیں سیدنا جبرائیل علیہ السلام کی زیارت نصیب ہوئی اور دیکھا کہ ان کے ہاتھ میں یہ درود شریف ہے جو سفید نور کی روشنائی سے لکھا ہوا ہے۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جو کوئی بھی خلوت میں ہو تو دن اور رات میں بارہ ہزار مرتبہ یہ درود شریف پڑھے تو اس پر وہ اسرار و رموز کھلیں گے جس کا وہ تصور بھی نہیں کرسکتا۔ درود پاک یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدِ النُّوْرِ وَآلِهٖ۔

مدینہ منورہ سے فیض آنے لگا

حضرت سائیں توکل شاہ انبالوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں اگر کسی کو مرشد کامل نہ ملے یا کسی پر اس کا عقیدہ نہ ٹھہرے تو اس کو چاہیے کہ درود شریف محبت کے ساتھ پڑھے۔ اس کے پڑھنے سے اسے پرورش روح رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم حاصل ہوجائے گی اور جس بزرگ سے اسے فیض دلانا مقصود ہوگا اس کی طرف خودبخود اس کی طبیعت متوجہ ہوجائے گی۔'' مزید فرمایا ہم کو بھی درود شریف کی برکت سے روح رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پرورش ہے۔ اول اول جب ہم نے درود شریف بہت پڑھا تو ہم کو ایک صورت دکھائی دینے لگی جس کا نہایت موزوں سرخ و سفید چہرہ' آنکھیں بے حد حسین اور ان میں سرخ ڈورے پڑے ہوئے تھے اس کے عمامے میں ایک شملہ پیشانی پر تھا۔ وہ صورت ہر وقت ہمارے ساتھ رہنے لگی سوتے جاگتے' ہم حیران تھے کہ یہ کون ہیں کبھی کسی سے ذکر نہ کیا کہ یہ حالت ہے۔

اور اس کا اثر یہ تھا کہ طبیعت میں ہمیشہ جوش و خروش اور سوز و درد رہتا اور پھر کچھ عرصے بعد دو صورتیں ہوگئیں۔ دوسری صورت کے عمامے میں دو شملے نظر آئے۔ ایک پیشانی پر دوسرا بائیں جانب۔ مدت تک یہ دونوں صورتیں نظر آتی رہیں پھر ہمیں معلوم ہوا کہ وہ پہلی صورت حضرت پیران پیر عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کی تھی اور دوسری صورت حضور نبی کریم رؤف الرحیم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی۔ پھر وہ صورت گم ہوگئیں اور حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زیارت بالمشافہ ہونے لگی۔ مدینہ منورہ سے جلدی جلدی فیض آنے لگا' بڑی موج ہوگئی۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

رسول اور اہل بیت رسول ﷺ کی عظمت و محبت ایک مومن کا پاور ہاؤس

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ (ایم ایس سی کیمسٹری) عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں۔ نامور مشائخ کے اجازت یافتہ ہیں۔

آپس میں کھیلتے کھیلتے حضرت حسین رضی اللہ عنہ نے حضرت عبداللہ بن عمر کو ’’میرے غلام‘‘ کہہ کر خطاب کیا‘ وہ بھی قریش مکہ‘ معزز ترین باپ اور امیرالمومنین حضرت عمر بن الخطاب کے صاحب زادے تھے‘ ان کو یہ بات حد درجہ ناگوار ہوئی‘ فوراً اپنے گھر آئے اور بہت ناگواری کے انداز میں اپنے والد ماجد حضرت عمر بن الخطاب رضی اللہ عنہ سے جو اس وقت خلیفہ اور امیرالمومنین تھے حضرت عمر رضی اللہ عنہ فرط عقیدت اور عظمت اور محبت رسول ﷺ میں بے تاب ہوگئے اور اپنے لاڈلے بیٹے سے فرمایا میرے بیٹے جاؤ‘ کاغذ قلم لے کر جاؤ‘ میرے آقا کے نواسے سے لکھوا کر دستخط کروالاؤ اگر حسین رضی اللہ عنہ تمہیں لکھ کر دے دیتے ہیں تو تمہاری اور ہماری سب کی نجات کا وسیلہ مل جائے گا اگر حسین رضی اللہ عنہ مجھے اپنا غلام کہتے تو میں ان کے پاؤں پڑ جاتا اور ان سے لکھوا کر لے لیتا‘ تو ہمارے لیے آخرت میں پیش کرنے کیلئے ایک سند بن جاتی۔

یہی امیرالمومنین عمر بن الخطاب ہیں ایک مرتبہ گھر سے مسجد نبوی ﷺ میں نماز کیلئے تشریف لے جارہے ہیں راستہ میں حضرت عباس رضی اللہ عنہ کا گھر پڑتا ہے‘ انہوں نے چھت پر مرغی کے چوزے ذبح کیے ان کا خون پرنالے سے بہہ کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے کپڑوں پر گر گیا‘ واپس گھر تشریف لائے اور دوسرے کپڑے بدل کر نماز پڑھی‘ واپس آکر یہ پرنالہ جو مسجد جانے والوں کے راستہ پر پڑتا تھا اسے ہٹوا دیا۔ حضرت عباس رضی اللہ عنہ نے امیرالمومنین کو بتایا کہ یہ پرنالہ جناب رسول کریم ﷺ نے لگوایا تھا‘ یہ سننا تھا کہ امیرالمومنین بے قرار ہوگئے۔ حضرت عباس رضی اللہ عنہ کی خوشامد کی اور ان کو اللہ کی قسم دی اور فرمایا کہ خدا کے لیے آپ میرے کاندھے پر چڑھ کر اس پرنالے کو لگادیں‘ امیرالمومنین اس پرنالے کے نیچے کھڑے ہوگئے اور حضرت عباس رضی اللہ عنہ نے امیرالمومنین حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے کاندھوں پر کھڑے ہوکر وہ پرنالہ نصب کیا۔

یہ اللہ کے رسول ﷺ کی عظمت و محبت میں یہ اس شخص کا حال ہے کہ آج چودہ سو سال گزر جانے کے بعد دنیا کے شہنشاہوں کے کلیجے عمر فاروق اور فاروق اعظم کا نام سن کر رعب اور دبدبہ سے دہل جاتے ہیں نوعمر نواسہ رسول حضرت حسین رضی اللہ عنہ کا اے غلام کہنا وہ اپنے لیے کتنا بڑا وقار سمجھتے ہیں‘ اسلام کی چودہ سوسالہ تاریخ گواہ ہے کہ مسلمانوں کو اسلامی حمیت اور ان کو اسلامی قدروں سے والہانہ طور پر مربوط رکھنے کا سب سے بڑا پاور ہاؤس نبی اکرم ﷺ کے ساتھ اور آپ سے ادنیٰ درجہ کی نسبت رکھنے والی ہر چیز کی عظمت اور محبت تھی‘ خصوصاً خیرالقرون میں صحابہ کرام کہ وہ صرف نبی اکرم ﷺ ہی نہیں بلکہ نبی اکرم ﷺ کے اہل بیت کی غلامی کو اپنے لیے دارین کا افتخار و اعزاز سمجھتے تھے‘ خلیفہ اول صدیق اکبر رضی اللہ عنہ‘ جن کو خود زبان رسالت مآب ﷺ نے خیرالخلائق بعد الانبیاء (انبیاء کے بعد ساری مخلوقات میں سب سے افضل) کا خطاب دیا تھا کا قول امام بخاری امام مسلم اور امام احمد نے نقل کیا ہے۔ ’’ترجمہ: رسول اللہ ﷺ کے اعزاء اور اور ان کے قرابت دار مجھے اپنے قرابت داروں سے زیادہ محبوب ہیں۔‘‘

بلاشبہ ایمان کا حق بلکہ ایمان کی خیر اسی میں ہے کہ نبی رحمت للعالمین ﷺ کی ذات‘ آپ کے اہل بیت آپ ﷺ کے صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین آپ کے شہر بلکہ آپ کے در سے نسبت رکھنے والے کتے کی عظمت و محبت مومن کے دل میں ہو اور اس محبت کی شرائط میں سے ایک شرط یہ ہے کہ نبی ﷺ کی محبت کا دعویٰ کرنے والا‘ نبی ﷺ کے فرمان و شریعت کو مانتا ہو‘ نبی ﷺ کی ماننے والا ہی اصل میں نبی ﷺ کو ماننے والا ہوسکتا ہے‘ نبی اکرم ﷺ سے عقیدت و محبت کا دعویٰ کرنے والا اگر نبی کے فرمان اور نبی کی شریعت کو نہیں مانتا تو اس کی محبت اور نبی ﷺ کو ماننے کا دعویٰ بے دلیل ہے۔

اگر نیند نہ آتی ہو تو۔۔۔۔۔

نیند نہ آنے کی وجوہات: سر میں خشکی‘ ڈر خوف‘ چوری کا اندیشہ‘ ذہنی انتشار‘ گھریلو یا کاروباری پریشانی جس سے بندہ نفسیاتی مریض بن جاتا ہے۔ **علاج:** رات سونے سے پہلے وضو کریں اور سر کی اور پاؤں کی مالش کریں‘ مالش کیلئے تیل آملہ‘ دھنیا‘ ناریل ہموزن لیکر مکس کرلیں۔ سونے سے پہلے باوضو ہوکر 41 مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھیں‘ اول و آخر درود شریف۔ (عاشق حسین‘ راولپنڈی)

حضرت حکیم صاحب کی طرف سے وضاحت

① الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ② ایڈیٹر کی کتابیں‘ رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔ (ادارہ)

③ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

(بقیہ: ولایت کے مختلف لباس)

وہ حضرت رحمۃ اللہ علیہ کے مرید تھے۔ انہوں نے دیکھا کہ شیخ کے ہاں تین تین سو‘ چار چار سو مہمان ہوتے ہیں آخر کہاں سے آتا ہوا؟ بڑی تنگی اٹھاتے ہونگے‘ تو ریاست ٹونک کا ایک ضلع جس کی ایک سال کی کئی لاکھ روپے آمدنی تھی وہ پورے کا پورا حضرت شاہ غلام علی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں پیتل کے پتر پر لکھ کر بھیجا کہ میں آپ کو ہدیہ کرتا ہوں تاکہ مہمانوں اور گھر والوں کا خرچہ چلے آپ اسے خدا کیلئے قبول فرمالیں۔

شاہ غلام علی صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے اسی پتر پر جواب لکھا اور اس پر ایک شعر لکھ کر بھیج دیا‘ لکھا:۔

ما آبروئے فقر و قناعت نمی بریم یا میر خاں بگوئے کہ روزی مقدر است

’’ہم اپنے فقر و فاقے کی آبرو کھونا نہیں چاہتے‘ میری طرف سے انہیں کہہ دو کہ روزی مقدر ہے‘‘ تمہارے ضلع کی ہمیں ضرورت نہیں۔

تو ایک طرف یہ زہد و قناعت اور ایک طرف یہ ٹھاٹھ باٹھ جو مرزا مظہر جان جاناں رحمۃ اللہ علیہ کے وہاں ہے‘ ہیں یہ بھی ولی کامل اور وہ بھی ولی کامل......ولایت کے لباس مختلف ہوتے ہیں۔

بچوں اور ہر عمر کے بچوں کیلئے

بڑے بھی یکساں فائدے پا سکتے ہیں

چلڈرن سیرپ

پیچش، پتلے دست، قے، متلی، فوڈ پوائزننگ اور ہیضہ کیلئے ایک خوش ذائقہ سیرپ

بچے قوم کا سرمایہ ہیں اگر شروع میں ہی ان کی نشوونما اور توانائیوں کا خیال رکھا جائے تو بڑے ہو کر ان کی ذہنی اور جسمانی صلاحیتیں اپنے عروج تک پہنچ جاتی ہیں اگر ان پہ عدم توجہی کی جائے تو بچپن ہی میں کمزور ناتواں رہ جاتے ہیں اور ان کی یہ کمی ساری عمر پر اثر انداز ہو سکتی ہے۔ بعض اوقات ماں کی غذائی بے اعتدالیاں بچوں کی صفائی ستھرائی نہ کرنا یا موسمی وبائی امراض سے معدہ کا نظام بگڑ جاتا ہے جس کی وجہ سے آنتوں میں ورم اور سوزش پیدا ہو جاتی ہے پیٹ میں درد اور ورم ہوتا ہے اور بچہ روتا رولاتا ہے چلڈرن سیرپ ہی ہے جو بچے اور بچے کی ماں کا مرہم ہے' چلڈرن سیرپ نئی پرانی پیچش، موسمی وبائی، ہیضہ موسم گرما و سرما کے دست، بڑی آنت کی سوزش، پتلے دست معدہ میں سوزش، آنتوں کی گیس، بدہضمی، بار بار اجابت سے موشن کا آنا، مقعد میں جلن، اپھارہ، نیلے اور پیلے دست، بار بار کے موشن سے پیاس کی شدت، بے چینی، گھبراہٹ، جسم ٹھنڈا ہو جانا، زبان کی رنگت سفید ہو جانا، سخت بدبودار موشن بار بار آنا، ان امراض کے لیے چلڈرن سیرپ آنتوں اور معدہ کی سوزش کو ختم کر کے اجابت کو باقاعدہ درست کرتا ہے اور صحت بحال کرتا ہے دانت نکالنے کے زمانے میں بچوں میں اکثر بخار، اسہال، قے، چڑچڑا پن کو دور کرتا ہے اس کے استعمال دانت آسانی سے نکل آتے ہیں، اسہال اور قے کے بعد ہونے والی نمکیات اور معدنیات کی کمی کو پورا کرتا ہے۔ چلڈرن سیرپ آنتوں کے اندرونی سطح پر جو بار بار کی اجابت سے زخم پڑ جاتے ہیں ان کو بھر دیتا ہے بلغمی اور صفراوی پیچش میں مفید ہے ہر گھر میں رکھنے والی چیز ہے۔ یہ سیرپ اسہال اور پیچش دور کرنے کے علاوہ ایک ٹانک بھی ہے۔ جس کا باقاعدہ استعمال بچوں میں قدرتی بھوک پیدا کرتا ہے بچوں میں سوکھا پن' کمزوری' آئیرن پروٹین کی کمی' بے چینی' تلخی' بے جا رونا' چیخنا چلانا' گود میں لیے پھرنے سے بچے کا خاموش رہنا' لاغری جیسی علامات کو ختم کر کے تندرست چست و توانا بناتا ہے۔ چلڈرن سیرپ بچوں کے علاوہ اسہال، قے، متلی، اور ہیضہ جیسے امراض میں بڑوں کے لیے بھی سو فیصد مفید ہے نہایت اطمینان سے استعمال کریں۔ **طریقہ استعمال:** نومولود بچے سے لیکر چھ ماہ کی عمر تک 10 قطرے دن میں تین سے چار بار اگر تکلیف زیادہ ہو تو ہر گھنٹے بعد پانچ سے دس قطرے اور چھ ماہ سے ایک سال تک آدھا اسپون اور ایک سال سے دو سال تک ایک ٹی اسپون دن میں تین سے پانچ بار۔ بڑوں کے لیے ایک ٹیبل اسپون دن میں تین سے چار بار۔ **قیمت -/120 روپے علاوہ ڈاک خرچ**

گرمی کے امراض کی دشمن

ٹھنڈی مراد

موسم گرما کا لاجواب تحفہ

گرمی کی جلن' سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سر چکرانا، ہاتھ پاؤں میں جلن اور تپش منہ کی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، بھوک ختم، چہرہ کا رنگ سیاہ ہو جانا اور حلقے پڑ جانا، قبض، ہائی بلڈ پریشر، اچانک چونک اٹھنا، سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہنا حتیٰ کہ نوجوانوں میں قطرے، جریان، احتلام وغیرہ۔ عورتوں میں لیکوریا اور دیگر امراض ان تمام امراض کیلئے "**ٹھنڈی مراد**" صدیوں سے آزمودہ دوا ہے۔ کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا ہمیشہ کیلئے فائدہ مند ہے **سالہا سال کے تجربات کے بعد انوکھے فوائد:** یہ دوائی ہمارے پاس گزشتہ چالیس سال سے زیادہ عرصے سے بن رہی ہے۔ چالیس سال میں "ٹھنڈی مراد" کے موصول ہونے والے نتائج گمان اور خیال سے بالاتر ہیں۔ چند فوائد پیش خدمت ہیں۔ **پرانی قبض معدے کی تیزابیت گیس تبخیر کیلئے فوائد:** ایک صاحب بہت عرصہ جیل میں رہے، قید تو ختم ہو گئی لیکن وہاں سے معدے کی تمام بیماریاں لے آئے انہیں "**ٹھنڈی مراد**" استعمال کرائی گئی۔ چند ماہ کے مسلسل استعمال سے وہ واقعی صحت یاب ہو گئے۔ انہوں نے جو فوائد بیان کیے ہیں وہ درج ذیل ہیں۔ مجھے معدے میں گرمی اور تیزابیت بہت زیادہ تھی جسم ہر وقت دکھتا اور ٹوٹتا رہتا تھا "**ٹھنڈی مراد**" کے استعمال نے مجھے ان تمام امراض سے نجات دیدی۔ قبض بہت زیادہ تھی "**ٹھنڈی مراد**" سے قبض ختم ہو گئی۔ مزید بتایا کہ میرا دل گھبراتا تھا اور جسم ٹوٹتا تھا دل کی دھڑکن تھوڑی سی بات سننے سے تیز ہو جاتی تھی اور مایوسی چھا جاتی تھی وہ "**ٹھنڈی مراد**" سے ٹھیک ہو گئی۔ ایک مریض کو گردے میں پتھری تھی اس نے "**ٹھنڈی مراد**" استعمال کی اور پتھری ٹکڑے ٹکڑے ہو کر نکل گئی پتھری کے اب تک بیشمار مریض اسے استعمال کر چکے ہیں۔ سوزاک اور آتشک کے مریضوں میں بھی اس کے لاجواب رزلٹ ہیں۔ ایسے نوجوان جو پیشاب سے پہلے یا بعد میں قطروں کی شکایت کرتے ہیں انہیں "**ٹھنڈی مراد**" کے استعمال سے لاجواب فائدہ ہوا۔ جب خیال آتے ہی پیشاب کے قطرے گرنے شروع ہو جائیں یا مذی کے قطرے نکلنا شروع ہو جائیں' ایسے مایوس ڈھیروں مریضوں کو کچھ عرصہ "ٹھنڈی مراد" استعمال کرائی گئی انہیں بہترین فائدہ ہوا۔ ہاتھ پاؤں میں مسلسل جلن ہو "ٹھنڈی مراد" استعمال کرنے سے جلن کے ڈھیروں مریض تندرست ہوئے ہیں۔ یورک ایسڈ، پرانے جوڑوں کا درد اور جسم کے جوڑوں کا منجمد ہو جانا' ڈپریشن، ٹینشن کے کسی مریض نے یہ دوائی استعمال کی ہو آج تک ایسا نہیں ہوا کہ اسے فائدہ نہ ہوا ہو۔ **(قیمت فی ڈبی -/120 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**

فیوض درس

قیمت فی سی ڈی و کیسٹ

40 روپے علاوہ ڈاک خرچ

حضرت حکیم صاحب کا ہفت روزہ ایمان افروز اور دلگداز درس جن کے فیض سے امت کا ہر طبقہ مستفید ہو رہا ہے لاکھوں لوگوں کی زندگیاں راہ بغاوت سے راہ معرفت پر آ چکی ہیں وہ خود ہدایت کا ذریعہ بن رہے ہیں اور گھریلو الجھنیں حیرت انگیز طریقے سے حل ہوئیں اب ہر درس کیسٹ کے علاوہ سی ڈی میں بھی دستیاب ہے خصوصاً ان لوگوں کیلئے جو چاہنے کے باوجود درس میں شرکت نہیں کر سکتے اب گھر بیٹھے اپنے ایمان کو تازگی بخش سکتے ہیں اور دوسروں کو بھی ہدیہ کر سکتے ہیں۔ آپ یہ درس ویب سائٹ پر بھی سن سکتے ہیں۔ www.ubqari.org

روحانی عطّر

رمضان میں ضرور استعمال کریں روزہ برکتوں اور رحمتوں والا بنے گا

گھر کا ہر فرد بچے بڑے زندگی کا معمول بنالیں

آپ ﷺ کو خوشبو بہت پسند تھی‘ آپ ﷺ کے ساتھ ہر وقت سفر و حضر میں عطردان ہوتا جس میں ہر وقت اچھی اور بہترین عطر ہمیشہ موجود رہتی۔ اگر کوئی شخص آپ ﷺ کو عطر (خوشبو) کا تحفہ دیتا تو آپ ﷺ ضرور قبول فرمالیتے۔ حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا ابن اکوع سے روایت ہے کہ آپ ﷺ مشک کا عطر سر اور ڈاڑھی مبارک میں لگاتے۔ خیال رہے کہ بالوں پر عطر لگانا سنت ہے مگر چہرے پر عطر یا خوشبو کا ملنا مناسب نہیں۔ صرف ڈاڑھی پر لگائیں۔ روحانی عطر شفاء کا پیغام ہے۔ عطر بزرگان دین نیک‘ صالح‘ متقی‘ غوث‘ قطب‘ ابدالوں کی پسندیدہ چیز ہے‘ ہر نیک محفل کی روح ہے۔ روحانی عطر لگانے والے کو دنیا میں عزت ملے گی‘ ذکر میں دھیان ہوگا‘ نماز میں خشوع وخضوع ہوگا‘ شیاطین جنات سے محفوظ رہے گا‘ نیک جنات روحانی عطر لگانے والے کی حفاظت کرتے ہیں‘ عطر لگانے والے کیلئے نیک صالح جنات دعا کرتے ہیں۔ عطر لگانے والے کو اللہ والوں کا قرب ملتا ہے۔ اصل میں جب سے مسلمان نے سنت کی زندگی چھوڑی تب سے دربدر بھٹک رہے ہیں آج ہر بندہ کسی نہ کسی مشکل میں پریشان ہے۔ جادو‘ سحر‘ آسیب‘ گندے علم‘ سفلی علم‘ جادوٹونے کی نارواحرکتیں گلی در گلی‘ خانہ در خانہ بازاروں میں ہر کونے کونے میں بکھری ہوئی عام ہیں۔ گھر گھر قبرستان بن گئے ہیں‘ عامل وکالے جادو والوں سے لوگوں کی زندگیاں اجڑ گئی ہیں‘ لوگ پریشان ہو رہے ہیں قیمتی سے قیمتی ادویات کھا کھا کر لوگ تنگ آچکے ہیں مایوس ہو کر زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ ہسپتال‘ طبی شفاء خانے‘ فری طبی کیمپ‘ میڈیکل سٹور‘ نیز جہاں سے لوگوں کو شفاء کی امید نظر آتی ہے‘ وہاں لوگ بیٹھتے ہیں لیکن شفاء کا دروازہ نہیں کھلتا ان عوارضات اور جملہ مقاصد کی کامیابی کیلئے روحانی طاقت کی ضرورت ہوتی ہے اور روحانی طاقت روحانی عطر ہمیں دیتا ہے۔ روحانی عطر گلاب بھی اسی کی ایک کڑی ہے۔ روحانی عطر کو روحانی طاقت حاصل ہے حضرت حکیم صاحب کا خصوصی اسم اعظم کا دم کیا ہوا ہے‘ بہت سے موذی امراض کا علاج ہے لیکن یقین کامل ہو۔ جس جس نے روحانی عطر استعمال کیا اس کو بیماریوں سے شفاء ملی ہے‘ بے سکونوں کو سکون ملا۔ روحانی عطر روحانی مشکلات کے علاوہ جسمانی امراض میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ اس بات کو سائنس نے ثابت کردیا ہے بڑے بڑے سائنسدان اور ڈاکٹر خوشبو سے علاج کررہے ہیں جس کو اروماتھراپی کا نام دیا گیا ہے۔ عطر سونگھنا‘ دل و دماغ کو طاقت دیتا ہے‘ بے خوابی کو دور کرتا ہے‘ بے ہوشی میں سنگھائیں فائدہ ہوتا ہے‘ ضعف بصارت‘ دماغ کی کمزوری‘ ٹینشن‘ ڈیپریشن اور دل کے امراض اور بھولنے کے مرض میں مفید ہے۔ بہت سے ڈینگی کے مریض آئے ان کو روحانی غسل کرنے کی ترغیب دی اور کہا کہ روحانی غسل کرکے روحانی عطر ضرور لگایا کریں اور عطر لگاتے وقت یہ تصور کہ میرا مرض ختم ہو رہا ہے جادو ٹوٹ رہا ہے‘ صحت وخوشی کی خوشبو میری طرف بڑھ رہی ہے انشاء اللہ جلد صحت یابی ہوگی۔ ایک طالب علم نے کہا میں کیا استعمال کروں کہ جس سے میرا دماغ بہتر ہو جو کچھ پڑھو یاد ہو جائے میرا علم مجھے فائدہ دے‘ کتابوں سے دوستی ہو‘ اس کو روحانی عطر دیا اور کہا کہ روحانی عطر کو اب معمول بنالو انشاء اللہ کامیاب ہو جاؤ گے۔ ایک کام ضرور کرو جب بھی پڑھنے بیٹھو باوضو ہو کر بیٹھو روحانی عطر لگا لیا کرو اور تھوڑا کتابوں کو بھی لگالیا کرو اس طالب علم نے ایسا ہی کیا کچھ ہی دنوں میں کتاب کا علم اس پر کھلنا شروع ہو گیا اس کے علم سے لوگ مستفید ہونے لگے اور اعلیٰ پوزیشن لی۔ جائے نماز کو روحانی عطر لگائیں قرآن کے اندر باہر لگائیں۔ ایک صاحب عمرہ کی سعادت حاصل کرکے آئے تو انہوں نے بہت سارے روحانی لیے پوچھنے پر فرمایا کہ ہر کسی کو آب زم زم‘ کھجور کے ساتھ روحانی عطر کا تحفہ دوں گا اور وہ عطر کے بہت دیوانے تھے۔ انہوں نے فرمایا کہ یہ ارادہ میں نے سعودی عرب میں ہی کیا تھا۔ **روحانی عطر اور برکت والی تھیلی:** روحانی عطر برکت والی تھیلی پر لگانے سے برکت کے دروازے کھلتے ہیں۔ رزق میں برکت ہوتی ہے‘ تنگدستی ختم ہوتی ہے‘ بعض حضرات برکت والی تھیلی پر خوشبو لگانے میں کوتاہی کرتے ہیں جس سے برکت والی تھیلی کے اصل فوائد سے محروم رہتے ہیں۔ تسبیح خانہ کے چاہنے والے ایک صاحب نے کہا برکت والی تھیلی پر روزانہ 129 دفعہ سورۂ کوثر اول وآخر سات بار درود شریف پڑھتا ہوں اور پیسے نکالتے اور ڈالتے وقت سورۂ کوثر پڑھتا ہوں لیکن کچھ کمی ایسی ہو رہی ہے جس سے اس کی برکات سے دور ہوں۔ اس کو تھیلی پر روحانی عطر لگانے کا مشورہ دیا اور پوچھا کہ کہیں برکت والی میں کوئی تصویر تو نہیں ہے انہوں نے فرمایا کہ کوئی اور تصویر نہیں ہے لیکن میرے شناختی کارڈ والی تصویر ضرور ہے کیونکہ شناختی کارڈ کی تو اجازت ہے‘ بس جب سے برکت والی تھیلی پر روحانی عطر لگانا شروع کیا الحمدللہ برکت وعافیت کے دروازے کھل گئے مال بھی آیا اور برکت بھی آئی۔ کہنے لگے آج میں مالی طور پر خوشحال ہوں۔ کائنات‘ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے اللہ تعالیٰ جس پر یہ بھید کھول دے جنہوں نے بھی اس روحانی عطر کو استعمال کیا باکمال بن گئے۔ وظائف میں دل لگا‘ پرہیزگاری کی زندگی آئی۔ دل معطر ہوا‘ روحانی طاقت آئی‘ سکون ملا۔ رزق کی برکت کا راز‘ روحانی عطر میں صرف اشارہ کافی ہے۔ روحانی عطر کا ہدیہ: خوشبو کا ہدیہ دینے سے محبت بڑھتی ہے‘ روحانی عطر کا ہدیہ اپنے دوستوں کو دیجئے‘ آپس میں محبت پیدا ہوگی۔ (ریشمی تھیلی کے ساتھ قیمت 240 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

73

ماہنامہ عبقری لاہور

®

جولائی 2012ء بمطابق شعبان، رمضان 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت 40 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- مصیبتوں سے نجات اور حصول مقاصد کیلئے خاص ورد
- روحانی پھکی سے ہیموگلوبن صرف پندرہ دن میں ٹھیک
- سفید فام لڑکی کا جادو قرآن کے سامنے بے بس
- کدو کھائیں، ٹھنڈک کا منفرد احساس پائیں
- زیارت رسول ﷺ کیلئے مستند درود شریف
- مستجاب الدعوات کیلئے حیرت انگیز عمل
- بھوت کیساتھ سچی اور انوکھی ملاقات
- گرمی کی بیماریاں اور بچاؤ کی تدابیر
- رمضان المبارک میں کھجور کا شربت
- روح اور روحانیت کی پراسرار دنیا
- کمر کا درد، احتیاط اور علاج
- رمضان کا خاص وظیفہ

رمضان کریم

رمضان المبارک کے مقدس لمحات
حضرت حکیم صاحب کے ساتھ گزاریں
تفصیل صفحہ نمبر 25 پر



موت و حیات سائنس اور روحانیت کی نگاہ میں اور مرنے کے بعد کی حقیقتیں جاننے کیلئے اس کتاب کو ضرور پڑھیں !!!

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)......درس
تفصیلات صفحہ نمبر 30 پر

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	130/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
4	آزمودہ گھریلو معالج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو انگلش)	200/-
7	1947ء کے مظالم کی کہانی' خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بڑوں کی زندگی کے انگنت تجربات	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھلوں سے صحت وتندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش' نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج نبویؐ اور جدید سائنس	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے دس راز دان ٹانک	130/-
24	تعلیمات نبویؐ اور جدید سائنس	300/-
25	توبہ کے کمالات	200/-
26	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی پاکیزگی نبویؐ علاج واحتیاط اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جذبات اور خیالات کے روگ نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے انوکھے چشم دید واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-
36	جیل کا جہنم	120/-
37	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن وصحت کیلئے انمول ٹانک	200/-
39	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	225/-
40	حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ	250/-
41	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
42	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا طبی ونفسیاتی نچوڑ	250/-
45	خواتین کے حسن وجمال کے قیمتی راز	250/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دوانمول خزانے (اردو)	5/-
48	دوانمول خزانے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی سبزیاں دوا بھی غذا بھی' شفاء بھی	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت جادو اور وہم	225/-
54	روحانی پاکیزگی	250/-
55	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سدابہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-
62	شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول یادیں	120/-
63	شہد کے کمالات	120/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	130/-
69	شفاءبخش خیالات کی کرشمہ سازی نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاداب زندگی کے راز نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت بخش خوش ذائقہ خوراکیں اور سائنسی اصول	90/-
75	طب نبویؐ اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات ومشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غلطیوں کی اصلاح نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی ٹانک اور علاج نبویؐ	120/-
82	کامیاب شادی کے سترہ اصول نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کمالات اولیاء	150/-
84	کینسر کو شکست	140/-
85	کلونجی کے کرشمات	60/-
86	کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات (خاص نمبر)	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب عامل بنئے	250/-
89	کھنڈرات سے ملی خاندانی بیاض	2500/-
90	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	گھریلو طبی الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	250/-
92	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گلوکاری سے پرہیزگاری تک	100/-
95	مہلک دوائیں نبویؐ دوائیں اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے متلاشی	180/-
98	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبویؐ اور جدید سائنس	360/-
103	مجاہد یا دہشت گرد	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں نبویؐ غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	مایوس خاندانی مشکلات کا پرتاثیر روحانی علاج (جدید ایڈیشن)	170/-
108	مولانا طارق جمیل شخصیت وکمالات	250/-
109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
112	مایوس نوجوان اور ویران جوانی	140/-
113	موٹاپے سے نجات' علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبویؐ اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
117	نبویؐ دسترخوان صحت وتندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	وٹامن جسمانی صحت کیلئے کیوں ضروری	130/-
120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	120/-
123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی وروحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	مالدار بنانے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	300/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاءاللہ) بیٹا پائیں	10/-
132	صوفی ازم کے روشن ستارے (زیرطبع)	
133	خطبات عبقری (جلد دوئم) زیرطبع	
134	صوفی ازم اور ٹینشن فری لائف (زیرطبع)	
135	صوفی ازم اور باطنی سکون (زیرطبع)	
136	شجرہ طیبہ قادری ہجویری (زیرطبع)	
137	اذان اور افحسبتم کا عمل (زیرطبع)	
138	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول) (زیرطبع)	

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زرغوانی نقرائی	2200/-
3	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/-
4	ستر شفائیں	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	بنفشی قہوہ	120/-
7	خون صفاء پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	فشاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	چلڈرن سیرپ	120/-
29	کراماتی تیل	200/-
30	طب نبوی حسن وجمال کریم	300/-
31	عروسی سہاگ کورس	5000/-
32	شوگر کورس	800/-
33	نوجوانوں کے روگ	700/-
34	پوشیدہ کورس	600/-
35	الرجی نزلہ کورس	600/-
36	موٹاپا کورس	600/-
37	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
38	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
39	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
40	بے اولادی کورس	2500/-
41	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
42	چہرہ کا حسن وجمال کورس	2200/-
43	فٹنس پیکیج	600/-
44	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
45	ٹھنڈک پیکیج	500/-
46	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
47	سدابہار حسن وخوبصورتی پیکیج	840/-
48	ڈپریشن پیکیج	490/-
49	دیسی کریم	500/-
50	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
51	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
52	شہد ہمراہ صندل الائچی	300/-
53	قبض کشاء	120/-
54	ہارمونز شفاء	300/-
55	السر کورس	400/-
56	روحانی عطر	240/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں، بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کرلیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہوا سے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیرسرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر | **جلد نمبر** | جولائی بمطابق شعبان، رمضان 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جولائی 2012ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ روپے اندرون ملک سالانہ 480 روپے بیرون ملک سالانہ 62 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

جنات کا پیدائشی دوست

عبقری کا مقبول عام سلسلہ ''جنات کا پیدائشی دوست'' ایک حیرت انگیز، سچی اور منفرد آپ بیتی لیکن آسان جناتی ولاہوتی وظائف کی وجہ سے قارئین کے ہاں سب سے زیادہ پسندیدہ ترین سلسلے کا درجہ حاصل کرچکی ہے۔ قارئین کے بے پناہ اور مسلسل اصرار پر اب کتابی شکل میں شائع کیا جارہا ہے۔ خاص بات یہ کہ قرآن وحدیث کی روشنی میں، اولیاء اللہ، سلف صالحین اور بزرگان دین کا جناتی اور لاہوتی دنیا سے تعلق اور حقیقت ثابت کی گئی ہے۔ حضرت خضر علیہ السلام کی کئی اکابرین امت سے ملاقات کے احوال بھی لکھے گئے ہیں۔ سائنس اور سائیکالوجی جناتی دنیا کے بارے میں کیا حقائق بیان کرتی ہے اس کتاب میں پڑھنے کوملیں گے۔ غرض یہ کتاب صرف ایک کہانی نہیں بلکہ زندگی کی پراسرار حقیقتوں میں سے ایک حقیقت کا اظہار ہے اس کا ثبوت وہ ہزاروں خطوط ہیں جنہوں نے اس سلسلے میں دیئے گئے لاہوتی وظائف سے فیض پایا اور گھریلو مشکلات، جادو جنات، شادیوں میں رکاوٹ اور پرسکون زندگی پائی۔ 500 سے زائد صفحات پر مشتمل یہ انمول کتاب آپ بھی پڑھیے اور گفٹ بھی کیجئے، ابھی سے اپنی کاپی بک کروائیں۔

(قیمت صرف 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: **RP/6237/L/S/10/1534**

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچارہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

قارئین توجہ فرمائیں......!!! جولائی **2012**ء سے رسالہ کی قیمت میں **10** روپے اضافہ کی وجہ سے سالانہ ممبر شپ **480** روپے کردی گئی ہے۔ لہٰذا جن قارئین نے **360** روپے کے حساب سے رقم جمع کروائی ہے وہ بقیہ رقم منی آرڈر کرکے فون پر اطلاع کریں۔ (ادارہ)

خط وکتابت کا پتہ: ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

نقشہ مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

فون / فیکس

موبائل:

بدنصیب ہے وہ شخص۔۔۔۔۔۔۔۔۔!!!!

حضرت عبادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کہتے ہیں کہ ایک مرتبہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے رمضان المبارک کے قریب ارشاد فرمایا کہ رمضان کا مہینہ آ گیا ہے جو بڑی برکت والا ہے۔ حق تعالیٰ شانہٗ اس میں تمہاری طرف متوجہ ہوتے ہیں اور اپنی رحمت خاصہ نازل فرماتے ہیں' خطاؤں کو معاف فرماتے ہیں' دعا کو قبول کرتے ہیں' تمہارے تنافس کو دیکھتے ہیں اور ملائکہ سے فخر کرتے ہیں پس اللہ کو اپنی نیکی دکھلاؤ بدنصیب ہے وہ شخص جو اس مہینہ میں بھی اللہ کی رحمت سے محروم رہ جائے۔ **(رواہ الطبرانی)** ☆ حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ رمضان کی رات میں ایک مؤمن بندہ نماز پڑھتا ہے جس نماز کے ہر سجدہ پر اس کیلئے ڈیڑھ ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور اُس کیلئے جنت میں سرخ یاقوت کا ایک اتنا بڑا گھر بنایا جاتا ہے جس کے ساٹھ ہزار دروازے ہوتے ہیں اور ہر دروازے پر سونے کا ایک محل ہے۔ (یعنی گویا ساٹھ ہزار محل بنائے جاتے ہیں) اور پورے ماہ رمضان میں کسی بھی وقت خواہ رات ہو خواہ دن اگر سجدہ کرے تو اس کو ایک اتنا بڑا درخت ملتا ہے جس کے سائے میں سوار پانچ سو سال تک دوڑتا ہے۔ **(الترغیب والترہیب جلد ۲ صفحہ ۹۳)** ☆ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کہتے ہیں کہ ایک مرتبہ رمضان المبارک کا مہینہ آیا تو حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تمہارے اوپر ایک مہینہ آیا ہے جس میں ایک رات ہے جو ہزار مہینوں سے افضل ہے جو شخص اس رات سے محروم رہ گیا گویا ساری ہی خیر سے محروم رہ گیا اور اس کی بھلائی سے محروم نہیں رہتا مگر وہ شخص جو حقیقتاً محروم ہی ہے۔ **(ابن ماجہ)**

حال دل

رمضان المبارک میں ان دس باتوں پر ضرور توجہ کریں......!!!

رمضان المبارک کی برکت اور عظمت جہاں قرآن و حدیث سے بہت زیادہ ثابت اور واضح ہے وہاں تاریخ اور مشاہدات کے اعتبار سے ایک قابل یقین حیثیت رکھتی ہے۔ قارئین کیلئے کچھ ایسی چیزیں سامنے لانا چاہتا ہوں جو آپ کو رمضان میں نفع مند ساتھی کی حیثیت سے فائدہ دینگی۔ سب سے **پہلی بات** کہ پورے رمضان میں ہم یہ فیصلہ کریں کہ ہم گفتگو کم کریں گے اور خاص طور ذکر رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰحِمِيْنَ ﴿مومنون ۱۱۸﴾ **ترجمہ:** (اے میرے رب بخش دے اور رحم فرما اور تو سب سے برتر رحم کرنے والا ہے) وضو بے وضو ہر حالت میں لاکھوں کی تعداد میں پڑھیں گے۔ **دوسری بات:** رمضان میں ہر پل باوضو رہنے کی کوشش کریں جو عمل رمضان میں مضبوط ہوتا ہے رمضان کے علاوہ بھی وہی عمل ہمیشہ زندگی میں رہتا ہے۔ **تیسری چیز:** اگر آپ کا کاروبار مشکوک ہے تو کسی سے قرضہ لیکر یعنی اس شخص سے جس کا رزق طیب و طاہر ہو اپنے روزے رکھے اور پھر اس کو اپنے مال سے قرضہ اتار دیں۔ کھانا پینا' افطاری' پانی' کھجور' نمک' مرچ چھوٹی سے چھوٹی چیز بھی طیب و طاہر رزق سے لیں۔ **چوتھی چیز:** اپنے من کو سمجھائیں کہ دیکھ رمضان میں اگر تو طیب و طاہر رزق کھا سکتا ہے تو غیر رمضان میں بھی ایسا ممکن ہے اور سارا رمضان اللہ سے اپنے لیے اور اپنی نسلوں کیلئے حلال و طاہر رزق ضرور مانگا کریں۔ **پانچویں چیز:** گلقند 250 گرام اور چھوٹی الائچی دس گرام، چھوٹی الائچی پیس کر گلقند میں ملا لیں صبح سحری کے بعد ایک بڑا چمچ آخر میں گلقند کا کھا لیں۔ سارا دن پیاس کا احساس نہیں ہوگا کمزوری اور نقاہت نہیں ہوگی۔ حتیٰ کہ اگر آپ سخت گرمی میں کام کریں گے تو بھی فائدہ ہوگا چاہیں تو افطاری کے بعد بھی کھا سکتے ہیں۔ **چھٹی چیز:** قرآن پاک کی تلاوت کا اہتمام کریں اور قرآن پاک کے ہر حرف کو اللہ کے سامنے فریادی بنائیں کہ وہ آپ کیلئے دعا کرے کہ سال کے دوسرے دنوں میں بھی آپ کو کثرت تلاوت کی توفیق نصیب ہو۔ **ساتویں چیز:** اپنے کان اور نظروں کی حفاظت سخت سے سخت کریں اور گناہوں سے بچنے کی کوشش کریں اور ابھی سے اس ساتویں چیز پر آنے کیلئے روزانہ حسب توفیق مالی صدقہ کریں اور اللہ سے مانگیں کہ یا اللہ! میری زندگی سے گناہوں کو دور کر دے۔ **آٹھویں چیز:** یہ فیصلہ کریں کسی سفید پوش اور سوال نہ کرنے والے شخص کے گھر میں اتنا راشن ضرور دونگا کہ اس کے روزے باسہولت ادا ہو سکیں۔ **نویں چیز:** صدقہ فطر کھجور کا دینا بھی سنت ہے اور موجودہ اعتبار سے فی آدمی تقریباً پانچ سو روپے بنتا ہے۔ بخیل نہ بنیں' پچاس ساٹھ میں جان نہ چھڑوائیں بلکہ فی کس پانچ سو روپے صدقہ فطر دیں تاکہ چار دن کسی غریب کا چولہا گرم رہے۔ **دسویں بات:** سحری کیلئے تو ویسے ہی اٹھتے ہیں کم از کم دو نفل تہجد' توبہ' استقامت' شکرانہ اور حاجت کی نیت کر کے ضرور پڑھا کریں۔ دو نفل میں یہ سب نیتیں اکٹھی کر سکتے ہیں۔ امید ہے میری ان دس باتوں پر ضرور توجہ دیں گے۔

درس روحانیت وامن

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

ہم کیا منہ دکھائیں گے

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا راہ گزر رہتا ہے

ہم کیا منہ دکھائیں گے: ایک شخص رو رہے تھے کسی نے آ کر پوچھا کہ آپ کیوں رو رہے ہیں؟ کہا کہ قبر میں سرور کونین ﷺ کا چہرہ انور دکھایا جائے گا اور پوچھا جائے گا کہ اس شخص کے بارے میں تیرا کیا خیال ہے۔ اگر آقا ﷺ کا چہرہ انور دکھایا گیا اور میں نے سرور کونین (ﷺ) کے ساتھ وفا نہ کی، تو میں کیا منہ دکھاؤں گا اس بات پر رو رہا ہوں۔

محمدی ﷺ نسبت کے کمالات: اللہ والو! ہمارے ساتھ بڑی مضبوط نسبتیں ہیں ہم تو بڑے مالدار لوگ ہیں، ہمارے ساتھ سرور کونین ﷺ کی نسبتیں ہیں۔ آخری امت آخری نبی آپ ﷺ کے بعد کسی کو یہ نسبت نہیں ملے گی۔ ایک صحابی کہتے ہیں کہ میں حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی خدمت میں گیا۔ میں نے کھانا کھایا، انہوں نے اپنی خادمہ سے کہا کہ ہاتھ صاف کرنے کیلئے رومال لے آ! وہ رومال لے آئی، وہ رومال میلا تھا، حضرت انس رضی اللہ عنہ نے ناگواری کا اظہار کیا اور کہنے لگے کہ رومال دھو کر لے آ، تندور جس میں روٹیاں پکا رہی تھی اسی میں رومال ڈال دیا۔ صحابی رضی اللہ عنہ نے پوچھا آپ نے آگ میں رومال کیوں پھینکا؟ حضرت انس رضی اللہ عنہ فرمانے لگے اس رومال سے میرے آقا ﷺ نے ہاتھ صاف کیے تھے۔ میرے آقا ﷺ کے دست مبارک جس رومال کو لگ جائیں اس کو آگ نہ لگے۔ تو نے کملی والے ﷺ سے وفا کی، کملی والے ﷺ کی سنتیں اپنے سینے سے لگا لیں سوچو تو سہی کہ جب صرف ہاتھ رومال کو لگے اس کو آگ نہیں چھوتی اگر تو سنتیں سینے سے لگا لے گا تو تجھے آگ چھوئے گی؟ بالکل بھی نہیں! گمان بھی نہیں کر سکتے۔

حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا روٹیاں پکا رہی تھیں سرور کونین ﷺ کو حضرت فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے بہت زیادہ محبت تھی۔ آپ ﷺ نے آٹے کا ایک پیڑا لیا اس کی روٹی بنائی اور حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرمایا کہ فاطمہ! (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) اس کو تندور میں لگا دو! حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے وہ روٹی تندور میں لگا دی اب ساری روٹیاں پک گئیں، صرف وہ روٹی نہ پکی اور ویسے کی ویسے کچی رہی۔ حضرت فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے اپنے والد محترم ﷺ کی خدمت میں عرض کیا کہ وہ روٹی نہیں پکی آپ ﷺ مسکرا دیئے اور فرمایا "جس روٹی کو محمد ﷺ کے ہاتھ لگیں اس کو آگ کیسے جلا سکتی ہے؟؟؟" آٹے کو ہاتھ لگیں آٹا نہ جلے، رومال کو ہاتھ لگیں رومال نہ جلے، آپ کا کیا خیال ہے کہ سرور کونین ﷺ کی ان سنتوں کو، ان مبارک طریقوں کو جو آپ ﷺ کے ہاتھوں سے نکلے، آپ ﷺ کے جسم اطہر سے نکلے، آپ ﷺ کی آنکھ مبارک سے، آپ ﷺ کے کان مبارک سے، آپ ﷺ کے دل مبارک سے نکلے اگر ان کو تو اپنے سینے سے لگا لے تو تمہاری اللہ کے ہاں اور اللہ کے حبیب ﷺ کے ہاں کیا شان ہوگی، سوچیں تو سہی!

سکون چین کس کے ہاتھ میں: اس لئے اللہ والو! اللہ جل شانہٗ نے موقع دیا ہے آج زندگی کی دوڑ میں دوڑتے دوڑتے آخر کار تھک کر میت بن کر سو جائیں گے، چین وسکون وہ تو مقدر کی بات ہے اس کا تعلق مال سے تو ہے ہی نہیں اگر وہ مقدر میں ہے تو ان کو ملے گا جو اس کو راضی کریں گے جس کے پاس سکون وچین کے خزانے ہیں۔

دین حسب طبیعت یا شریعت کے ساتھ: میں ایک اللہ والے کی خدمت میں بیٹھا ہوا تھا انہوں نے ایک بات فرمائی جو دل کو لگی، فرمایا ایک طبیعت کے مطابق دین پر چلنا ہے اور ایک شریعت کے مطابق دین پر چلنا ہے، آج ہم طبیعت کے مطابق چل رہے ہیں۔ بس! اب ہم میں سے ہر شخص سوچے میں حسب طبیعت چل رہا ہوں یا حسب شریعت چل رہا ہوں جہاں طبیعت مانے اس کو اختیار کر لینا اور جہاں طبیعت نہ مانے کہتے ہیں کہ اس میں ہر بندہ اختلاف کرتا ہے بتائیں! میں کہاں جاؤں؟ سو قسم کی دلیلیں نکالنا اور سو قسم کی لوچ بنانا۔ تو دین پر طبیعت کے مطابق چلنا ہے یا شریعت کے مطابق......؟؟؟ بس آج کے بعد یہ لفظ یاد رکھئے گا اور اس نکتے کو گرہ میں باندھ لیجئے گا کہ اللہ اور اس کے رسول ﷺ نے فرمایا بس دین پر چلنا ہے لیکن شریعت کے مطابق......طبیعت کے مطابق نہیں......! اللہ نے مجھے آپ کو اتنی قیمتی نسبتیں دی ہیں اور یہ سارے واقعات بتا رہے ہیں کہ جنہوں نے نسبتوں کی قدر کی ہے وہ کامیاب ہوئے، اللہ پاک نے انہیں عزتیں دی ہیں جنہوں نے ان نسبتوں کا احترام کیا، اللہ پاک نے انہیں بلند کیا، اللہ پاک نے انہیں مقام دیا اللہ نے انہیں خوب عزتوں سے نوازا اور دنیا میں بھی عزتیں اور کامیابیاں ملی اور آخرت میں ہمیشہ ہمیشہ کی کامیابیاں بھی ملیں گی "انشاء اللہ"، لیکن جنہوں نے نسبتوں کی قیمت کو بے قیمت نہیں ہونے دیا اور ان کی قدر کی ہے۔

آپ سے درخواست: میری آپ سے درخواست ہے، اپنی نسبت کو پہچانیں۔ کتنے نے اللہ والے لوگوں کے ساتھ لگ کے اپنی نسبت کو اونچا کر دیا اور وہ اونچا ہو گیا۔ اونٹنی اونچی ہو گئی اور جنت میں چلی گئی اور کھجور کا تنا بھی جنت میں مقام پا گیا......۔

آپ کا کیا خیال ہے اس دور میں کتنے لاکھوں کروڑوں کھجور کے تنے ہونگے اب بھی وہاں بہت کھجوریں ہیں تو سب تنوں کے ساتھ یہی نسبت ہے؟؟؟ نہیں نہیں......! اس تنے کو سرور کونین میرے آقا ﷺ کا جسم اطہر چھو گیا، آپ ﷺ کے پاؤں مبارک کی نسبت تھی۔ مجھے آپ ایک بات بتائیں امتی کی نسبت ہے کیا؟ ہم وفا کریں گے اور ان کی لاج کو نبھا کے چلیں گے اس شریعت کے مطابق چلیں گے میرا اللہ بہت نوازے گا، بڑا چین دے گا۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا درس روحانیت وامن میرے شوہر ہر جمعرات کو بہاولنگر سے سننے آتے ہیں، درس سننے کی برکت سے میرے شوہر کی زندگی میں بہت سی تبدیلیاں آگئی ہیں، انہوں نے پانچ وقت کی نماز شروع کر دی ہے اور میرے دونوں بچے جن کی عمریں دس اور آٹھ سال ہے انہوں نے بھی نماز پڑھنی شروع کر دی ہے۔ میرے گھر میں سکون ہی سکون بھر گیا ہے، میں بھی آپ کا درس سی ڈی پر سنتی ہوں، آپ کے درس نے ہماری زندگی بدل کر رکھ دی ہے۔ بس مجھے اپنے گھر میں اسی طرح سکون چاہیے تھا جو مجھے آپ کے درس سے مل گیا ہے۔ اللہ میرے شوہر، مجھے اور میرے بچوں کو اپنے احکامات پر چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ **(عندلیب افضال)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

رمضان کے قدردان اولیاء

ابولبیب شاذلی

اولیاء اللہ اور صالحین امت کا رمضان المبارک کیسا ہوا کرتا تھا اور ان کی عبادات اور مناجات کا کیا عالم ہوتا تھا۔ وہ اپنے نفس کو کیسے بہلایا کرتے تھے اور ہم اپنے نفس سے کیسے بہل جاتے ہیں‘ اس مبارک ماہ میں ضرور موازنہ کیجئے!!!

آج کے اس قدر ناشناس عہد میں جب لوگ عموماً اپنی ذات ومفاد کے گنبد میں بند نظر آتے ہیں اور اپنے سوا کسی اور کی طرف دیکھنے کی بھی کسی کو فرصت نہیں۔اس سب کے باوجود عوام کس طرح اولیاء کے حالات اور واقعات شوق وجذبے سے پڑھنے کیلئے وقت نکال لیتے ہیں اور دور دراز کا سفر کرکے اولیاء کے قدموں میں حاضری کو سعادت سمجھتے ہیں۔ آج کی نئی نسل کی کردار سازی میں اولیاء کے حالات سے راہنمائی کی جس قدر ضرورت محسوس کی جارہی ہے شاید اس سے قبل اتنی نہ تھی اولیاء وہ باکباز ہستیاں ہیں جن کا ہر لمحہ ایک پیغام اور زندگی گزارنے کا سلیقہ سکھا جاتا ہے۔آیئے! اولیاء کی زندگی میں رمضان اور روزے کو کیا حیثیت حاصل تھی اور وہ اس کی کس طرح قدرومنزلت کیا کرتے تھے مختصر انداز میں جاننے کی کوشش کرتے ہیں۔

حضرت ابراہیم بن ادھم رحمۃ اللہ علیہ: آپ کے تقویٰ وطہارت اور بزرگی کا اندازہ صرف اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ امام اعظم ابوحنیفہ ؒ نے آپ کو سیدنا کہہ کر مخاطب کیا ہے۔امام اعظم ؒ فرماتے کہ ابراہیم بن ادھم ؒ کا مکمل وقت ذکرو شغل میں صرف ہوتا ہے اور ہم دنیاوی مشاغل میں بھی حصہ لیتے ہیں۔ ماہ رمضان کا آپ کے ہاں خصوصی اہتمام تھا۔اس مقدس ماہ میں آپ جنگل سے گھاس کاٹ کر فروخت کیا کرتے اس سے حاصل ہونے والی رقم خیرات کرکے پوری شب مصروف عبادت رہتے آپ ؒ سے سوال کیا گیا کہ آپ کو نیند نہیں آتی؟ آپ نے فرمایا کہ جس کی آنکھوں سے ہمہ وقت سیلاب اشک رواں ہو اس کو بھلا کیونکر نیند آسکتی ہے اور آپ کا معمول تھا کہ ان مقدس لمحات میں ذکر وعبادت سے فارغ ہونے کے بعد اپنے چہرے کو چھپا کر فرماتے کہ مجھے خوف رہتا ہے کہ اللہ تعالیٰ میری نماز میرے منہ پر نہ ماردے۔

حضرت خواجہ حسن بصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ: آپ نوجوانی میں تمام مال وزر راہ خدا میں خیرات کرکے فکر آخرت میں مشغول رہے۔ ہر وقت گریہ وزاری کرتے رہتے آپ کے تقویٰ کا یہ عالم تھا کہ آپ اکثر روزے سے ہوتے۔ایک مرتبہ افطاری کیلئے مچھلی کھانے کی خواہش ہوئی خادم سے فرمایا بازار سے افطاری کیلئے مچھلی لے آؤ۔ خادم نے حکم کی تعمیل کی اور افطار کے وقت مچھلی آپ کی خدمت میں پیش کی۔آپ نے کھانے سے انکار فرمایا اور اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں سجدہ ریز ہوکر گریہ وزاری کرنے لگے کہ اے خدا میں نے غلطی کی کہ دنیاوی نعمتوں کی طرف دھیان دیا۔

حضرت فضیل بن عیاض رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ: ساری رات یاد الٰہی اور عبادت میں گزار دیتے۔ آپ ؒ فرماتے جب رات ہوتی ہے میں خوش ہوتا ہوں کیونکہ مجھے حقیقی خلوت نصیب ہوتی ہے اور جب صبح ہوتی ہے تو لوگوں کی آمدورفت کی وجہ سے غمناک ہوتا ہوں اور یہ آپ ؒ کا صرف رمضان المبارک کا نہیں بلکہ زندگی بھر کا معمول تھا۔

حضرت ذوالنون مصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ: آپ ؒ نماز کی نیت کرتے وقت اللہ تعالیٰ سے رورو کر عرض کرتے اے اللہ تیری بارگاہ میں حاضری کیلئے کون سے پاؤں لاؤں‘ اور کونسی آنکھوں سے قبلے کی جانب نظر کروں اور کس زبان سے تیری تعریف کروں اور تیرا نام لوں اس کے بعد نیت باندھ لیتے۔ نماز کے بعد اللہ تعالیٰ سے عرض کرتے مجھے جن مصائب کا سامنا ہے وہ تیرے سامنے عرض کرتا ہوں لیکن محشر میں اپنی بداعمالیوں سے جو اذیت پہنچے گی اس کا اظہار کس سے کروں۔ لہٰذا مجھے عذاب سے چھٹکارا عطا فرما۔ رمضان المبارک میں ان کیفیات میں بہت زیادہ اضافہ ہوجاتا۔ مسلسل دس سال تک آپ کو لذیذ کھانوں کی طلب رہی لیکن نہیں کھائے ایک مرتبہ رمضان المبارک میں سخت مجاہدوں کے بعد عید کی شب جب نفس نے بہت تقاضا کیا کہ آج لذیذ غذا ملنی چاہیے تو آپ نے فرمایا اگر دو رکعات میں مکمل قرآن ختم کرلے تو میں یہ تیری خواہش پوری کردوں گا۔نفس نے آپ کی یہ شرط منظور کرلی اور قرآن ختم کرنے کے بعد جب آپ لذیذ کھانے لے کر آئے تو پہلا ہی لقمہ اٹھا کر ہاتھ کھینچ لیا اور نماز کیلئے کھڑے ہوگئے۔

حضرت معروف کرخی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ: اولیاء کرام میں آپ کا مقام نہایت بلند ہے آپ ؒ کی تعلیمات بھٹکے ہوئے انسانوں کیلئے مشعل راہ ہیں۔آپ ؒ کی زندگی عبادت الٰہی اور لوگوں کی غم گساری اور خدمت خلق سے معمور تھی۔رمضان المبارک میں یہ خدمت قابل دید تھی‘ یتیم اور بے آسرا بچوں کی مدد کرنا آپ بہت بڑی عبادت سمجھتے تھے حضرت سری سقطی ؒ سے روایت ہے کہ عید کے دن میں نے آپ کو کھجوریں چنتے دیکھ کر وجہ پوچھی تو آپ نے فرمایا یہ سامنے والا یتیم بچہ ہے اس لیے اداس ہے اس کے پاس عید کیلئے نیا لباس نہیں لہٰذا میں کھجوریں چن کر فروخت کرنا چاہتا ہوں تاکہ اس کیلئے نئے کپڑے فراہم ہوسکیں۔ایک مرتبہ بازار سے گزر رہے تھے کہ بہشتی (پانی پلانے والا) یہ کہہ رہا تھا اے اللہ! جو میرا پانی پی لے اس کی مغفرت فرمادے‘ چنانچہ نفلی روزے سے ہونے کے باوجود آپ ؒ نے پانی پی لیا جب لوگوں نے کہا کہ آپ ؒ کا تو روزہ تھا فرمایا کہ میں نے بہشتی کی دعا پر پانی پی لیا۔جب آپ ؒ کا انتقال ہوگیا تو کسی نے خواب میں دیکھ کر پوچھا کہ اللہ تعالیٰ نے آپ ؒ کے ساتھ کیا سلوک کیا فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے میرے تقویٰ اور بہشتی کی دعا سے میری مغفرت فرمادی۔

حضرت سہل بن عبداللہ تستری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ: آپ ؒ تین سال کی عمر سے اپنے ماموں محمد بن سمار ؒ کے ہمراہ مشغول عبادت رہنے لگے اور سات سال کی عمر سے روزہ رکھنے کی مداومت اختیار کرلی۔آپ ؒ نے یہ معمول بنالیا کہ دن بھر روزہ کے بعد شام کو ساڑھے چار تولہ وزن کے برابر جو کی دو ٹکیاں کھالیتے۔آپ فرماتے کہ بھوکا رہنے سے عبادت میں لذت محسوس ہوتی ہے اور ایسے شخص کو ابلیس دھوکہ نہیں دے سکتا۔رمضان المبارک میں نہایت ہی قلیل مقدار میں کھاتے اور شب و روز عبادت الٰہی میں مشغول رہتے حتیٰ کہ پوری رات نہ لیٹتے اور نہ ہی سہارا لگاتے۔آپ نے فرمایا کہ میں نے دیکھا کہ قیامت قائم اور ایک پرندہ پکڑ پکڑ کر لوگوں کو جنت میں لے جارہا ہے اور مجھے حیرت ہوئی تو ندا آئی کہ یہ پرندہ دنیاوی تقویٰ ہے تو آج اہل تقویٰ اس کے طفیل جنت میں داخل ہورہے ہیں اس کے بعد آپ نے اپنا تمام اثاثہ صدقہ کردیا اور مکہ معظّمہ کا رخ کیا۔

دفتر عبقری کی بددیانتی اور بے ایمانی

اس سے پہلے بھی کئی بار یاددہانی کرائی گئی ہے کہ ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ امید ہے کہ آپ عبقری پر اعتماد کریں گے۔ ہم ایمانداری سے رسالہ مطلوبہ پتے پر ارسال کردیتے ہیں۔ آخر آپ عبقری کو بددیانت‘ بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ **(ادارہ عبقری)**

عائشہ مجید انصاری

بچے کی پرورش کے سائنسی گُر

شدید غصے کی حالت میں اگر بچے کو سزا دینے کا خیال بھی آئے تو اس سے دور ہوجائیے۔آپ کو چاہیے کہ صبر سے کام لیں۔سخت غصے میں آپ بچے کو ضرورت سے زیادہ پیٹ سکتے ہیں' لہٰذا ایسی حالت میں بہتر ہوگا کہ خود کمرے سے باہر چلے جائیں یا اسے کمرے سے باہر نکال دیں

ماہرین نفسیات کے مطابق والدین بچوں کی تربیت کرتے وقت چند ایسی غلطیاں کرجاتے ہیں جن سے بچے عدم تحفظ کا شکار ہوجاتا ہے اور بہت سے مسائل جنم لیتے ہیں۔دراصل بچوں کی پرورش ایک لمبا اور صبر آزما کام ہے۔ان کی صحیح پرورش اور تربیت کے سلسلے میں ماہرین مندرجہ ذیل سادہ اور عام فہم اصول پیش کرتے ہیں:

بچوں کے سامنے مقاصد نہ رکھیے: اکثر دیکھا گیا ہے کہ والدین بچوں کو مجبور کرتے ہیں کہ وہ سکول یا کلاس میں نمایاں نمبر حاصل کریں۔بچے سے کہا جاتا ہے تم کو جماعت میں اول آنا ہے' ورنہ مار پڑے گی۔یہ طریقہ انتہائی نامناسب ہے۔اس قسم کے جملوں سے بچہ ذہنی دباؤ کا شکار ہوجاتا ہے اور اس کی رہی سہی صلاحتیں بھی ختم ہونے لگتی ہیں۔پڑھائی کے سلسلے میں بچوں پر کبھی شدید دباؤ نہ ڈالیں' البتہ ان کی رہنمائی ضرور کریں۔بچہ اچھے نمبر لے آئے تو شاباش ضرور دیں اور اس کی حوصلہ افزائی کرتے ہوئے نرمی سے آئندہ مزید اچھے نمبر حاصل کرنے کی تاکید کریں۔اسے ڈرانے یا دھمکانے کی ہرگز کوشش نہ کریں ورنہ بچہ پڑھائی سے جان چھڑائے گا اور نصابی کتابوں کو چھونے سے گریز کرنے لگے گا۔

بچوں کو چھوڑ جانے کی دھمکی ہرگز نہ دیجئے: بچہ جب بے جا ضد کرنے یا چیخنے چلانے لگے تو ماں دھمکی دیتی ہے کہ اگر وہ رویا تو وہ اسے چھوڑ کر گاؤں یا کسی اور جگہ چلی جائے گی۔بچے جانتے ہیں کہ وہ اپنے والدین پر کس قدر انحصار کرتے ہیں اور ان کی رہنمائی پر کتنا یقین رکھتے ہیں' لہٰذا بچے کے اعتماد کو ٹھیس پہنچانا ظلم ہے۔

بچوں کو گھر چھوڑنے کی اجازت ہرگز نہ دیجئے: اکثر بچے کسی خواہش کے پورا نہ ہونے پر والدین کو دھمکی دیتے ہیں کہ وہ گھر چھوڑ کر چلے جائیں گے تو ان کا مطلب سچ مچ یہ نہیں ہوتا۔وہ ایسی بات کر کے محض اپنے والدین کی محبت کا امتحان لیتے ہیں اگر والدین بچے سے کہہ دیں گے کہ جاتے ہو تو جاؤ تو ایسے جواب پر جانے وہ کیا محسوس کرے۔شاید وہ سوچے کہ ماں باپ اس سے پیار نہیں کرتے' اس لیے اس کی غیر موجودگی کو محسوس نہیں کریں گے۔اس صورتحال میں وہ دل برداشتہ ہوکر کوئی بھی قدم اٹھا سکتا ہے۔اگر بچہ گھر سے بھاگ جانے کی دھمکی دیتا ہے تو یہ ماں باپ کی ذمہ داری ہے کہ وہ اس دھمکی کی وجہ جانیں۔

اپنے بچے کے فیصلے خود نہ کیجئے: بچے کو ماں سے باندھے رکھنا بھی سخت غلطی ہے۔سمجھدار بچے کو موقع دیجئے کہ وہ اپنے کھلونے اور کپڑوں کا انتخاب خود کرے۔اس کو اپنے فیصلے خود کرنے کا موقع دیا جائے تو اس میں خود اعتمادی پیدا ہوگی۔

غصے میں بچے کو سزا نہ دیجئے: شدید غصے کی حالت میں اگر بچے کو سزا دینے کا خیال بھی آئے تو اس سے دور ہوجائیے۔آپ کو چاہیے کہ صبر سے کام لیں۔سخت غصے میں آپ بچے کو ضرورت سے زیادہ پیٹ سکتے ہیں' لہٰذا ایسی حالت میں بہتر ہوگا کہ خود کمرے سے باہر چلے جائیں یا اسے کمرے سے باہر نکال دیں۔

بچے کو احمقانہ ناموں سے نہ پکاریئے: کسی محفل میں یا لوگوں کے سامنے بچے کو احمقانہ ناموں سے پکارنے اور سخت سست کہنے سے پرہیز کیجئے اس سے اس کا اعتماد ٹوٹ پھوٹ جاتا ہے۔وہ لوگوں کے سامنے شرمندہ ہوتا ہے اور ان سے میل ملاپ چھوڑ کر پیچھے ہٹنے لگتا ہے۔اس طرح وہ اپنی الگ دنیا بسا لیتا ہے۔سست اور ڈھیلے بچے کا مذاق اڑانے کے بجائے اس کی حوصلہ افزائی کیجئے اور اس میں خود اعتمادی پیدا ہونے دیجئے۔

بچہ آپ کی غلطیوں سے ناجائز فائدہ اٹھا سکتا ہے: بچے بہت ہوشیار ہوتے ہیں' وہ آپ کی غلطیوں سے ناجائز فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔آپ اپنی ساتھی کی برائیاں کرتے ہوئے بچے کو اعتماد میں لینے کی کوشش کبھی نہ کیجئے۔یہ کہنا کہ تمہاری ماں اچھی نہیں ہے' وہ تمہیں کھانے کو نہیں پوچھتی' تم میرے پاس آجایا کرو' میں تمہیں کھلونے لاکر دونگا یا یہ کہنا کہ تمہارا باپ اچھا نہیں ہے' وہ تمہیں بہت مارتا ہے' اس کے پاس نہ جایا کرو۔۔۔۔۔۔بچوں سے اس قسم کے جملے کہنا انتہائی غلط ہے۔اس صورت میں دس بارہ برس کا بچہ دونوں کو باآسانی ایک دوسرے کے خلاف بھڑکا سکتا ہے۔

بچے کو خود انحصاری سکھایئے: والدین کو چاہیے کہ بچوں کو تھوڑی سی ذمے داری سونپیں۔ان کے سارے کام خود ہی کرنے کی کوشش نہ کیجئے ورنہ وہ کبھی کوئی کام خود نہ کرسکیں گے۔بچے کو اپنے کھلونے خود سنبھال کر الماری میں رکھنے کو کہیے۔وہ اسکول سے آکر اپنے کپڑے تبدیل کر کے خود الماری میں رکھے اور بستے میں کتابیں خود ڈالے۔یہ والدین کا فرض ہے کہ وہ بچوں کو خود انحصاری کی ترغیب دیں۔

بچے سے کبھی نہ کہئے کہ اسے گھر میں پسند نہیں کیا گیا: ایک بچہ جسے معلوم ہوجائے کہ اس کی پیدائش گھر میں غیر اہم تھی' وہ آخری عمر میں شدید مشکلات کا شکار ہوجاتا ہے اور اپنا غصہ معاشرے پر نکالتا ہے۔ہمیں اپنے اردگرد بے شمار ایسے افراد نظر آئیں گے جو کہتے ہیں کہ انہیں گھر میں اہمیت نہیں دی گئی' انہیں کسی اور گھر میں پیدا ہونا چاہیے تھا یا ان کی پیدائش پر خوشی کا اظہار نہیں کیا گیا وغیرہ وغیرہ۔ہمارے معاشرے میں لڑکیاں ایسے احساسات لے کر بڑی ہوتی ہیں تو یہ احساس وقت کے ساتھ ساتھ بڑھتا چلا جاتا ہے۔بچے اس کا انتقام اپنے والدین سے لیتے ہیں۔وہ ضدی' خودسر' بدتمیز اور منہ پھٹ ہوجاتے ہیں اور والدین کو ہر دم زچ کرتے ہیں اور ان کی نافرمانی کر کے خود کو تسکین دیتے ہیں۔مرد حضرات اس احساس کا انتقام اپنے گھر والوں کے علاوہ معاشرے سے بھی لیتے ہیں۔

اپنے بچوں کا باہم تقابل نہ کریں: اکثر والدین اپنے ہی بچوں میں عادات اور شکل وصورت کا تقابل کرتے ہیں مثلاً سست بچے کو برا بھلا کہا جاتا ہے اور اس کے سامنے ہوشیار بہن بھائی کی تعریف کی جاتی ہے۔بہن بھائیوں میں اگر کسی کا رنگ گہرا سانولا ہو تو اسے کالے یا کالو کہہ کر بلایا جاتا ہے جس سے بچے کی عزت نفس مجروح ہوتی ہے یا سانولے بہن بھائیوں میں اگر کوئی بچہ گورا ہو تو وہ ماں باپ کا لاڈلا بن جاتا ہے جس سے باقی بہن بھائیوں میں اس کیلئے نفرت کا احساس پیدا ہوتا ہے۔بچوں میں شکل وصورت کا امتیاز سنگین نتائج کا باعث بن سکتا ہے۔والدین اس غلطی پر لاعلم ضرور ہوں گے لیکن بچہ ساری عمر سلگتا رہے گا اور اس کا والدین کے ساتھ تعلق ادھیڑ عمری میں متاثر ہوگا۔ایک چھ سالہ بچے نے اپنے دو سالہ بھائی کی آنکھوں میں چھری گھونپ دی بچے سے یہ جرم اس لیے سرزد ہوا کہ ننھے بچے کی خوبصورت آنکھوں کی ہر جگہ تعریف کی جاتی تھی جس سے بڑا بچہ حسد کی لپیٹ میں آگیا اور چھوٹے بھائی کی آنکھوں کی خوبصورتی کو ہمیشہ کیلئے ختم کردیا۔کسی ایک بچے کو دوسرے بچے پر فوقیت نہ دیجئے۔

بچے کیلئے پیشے کا چناؤ خود نہ کیجئے: اولاد کے ساتھ باہم اتفاق اور مشورے کے ساتھ پیشے کا انتخاب کریں تاکہ اولاد اس کو بوجھ نہ سمجھے اور محنت ٹھیک کرے اور والدین کو چاہیے اولاد کی صلاحیت کو دیکھ اور مزاج کو دیکھ کر پیشے کا انتخاب کریں۔

بچہ اگر انجینئر بننا چاہتا ہے تو والدین اسے ڈاکٹر بنانے پر تل جاتے ہیں کہ یہ ہمارا خواب ہے جو تمہیں ہر صورت پورا کرنا ہے۔بچے کا ذہن اس طرف مائل نہیں ہوتا اور وہ فیل ہوجاتا ہے۔مجھے ایک بزرگ کا قول یاد آگیا کہ خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے تھے کہ پیشے کا سوچ سمجھ کر انتخاب کرنا چاہیے۔

سفید فام لڑکی کا جادو قرآن کے سامنے بے بس

محمد ادریس، لاہور

ان ساتھیوں میں سے ایک نے تنگ آ کر پوچھا کہ آپ کس کی عبادت کرتی ہیں؟ اس لڑکی نے فوراً کہا شیطان کی۔ یہ جواب سن کر سب پریشان ہوگئے اور اس لڑکی سے درخواست کی کہ ہمیں بھی اپنی عبادت دکھاؤ

قرآن کریم کی ہیبت کا ایک واقعہ ہمارے ایک دوست جو کہ بینک آفیسر ہیں ان کے عزیز کو حال ہی میں پیش آیا ہے جو انگلینڈ میں بینکنگ کی ٹریننگ مکمل کر کے آئے ہیں اور حال ہی میں انہوں نے ملنے والے سب دوستوں کو سنایا۔ بینک آفیسر کے عزیز کا قیام لندن کے ایک ہاسٹل میں تھا جہاں ہر مذہب کے لوگ بشمول مرد و عورت قیام پذیر تھے۔ یہ نوجوان دین سے محبت رکھتا تھا، نماز کی پابندی کرتا اور جب ٹریننگ سے فارغ ہو کر ہاسٹل جاتا تو اپنے کمرے میں اکیلا بہت ہلکی آواز میں تلاوت کلام پاک سنتا تھا۔ تلاوت کی آواز اتنی ہلکی ہوتی کہ اس کے کمرے کے دروازے سے باہر نہ سنائی دیتی۔ کیونکہ ان ممالک میں اس چیز کا بہت خیال کیا جاتا ہے کہ پڑوسی کو کوئی شکایت نہ ہو۔

اس ہاسٹل میں ایک سفید فام لڑکی ان کے کمرے سے دور رہتی تھی۔ ایک شام جب یہ نوجوان ہلکی آواز میں تلاوت سننے میں مشغول تھا تو کسی نے اس کے کمرے کے دروازے پر دستک دی۔ جب دروازہ کھولا گیا تو وہ سفید فام لڑکی سامنے کھڑی تھی اس نے شکایت کی کہ آپ میوزک نہ لگائیں (تلاوت کلام پاک کو وہ میوزک سمجھتی تھی) کیونکہ میں اس میوزک کے دوران اپنی عبادت نہیں کر سکتی۔ اس نوجوان نے اسی وقت کمرے سے باہر نکل کر سنا تو تلاوت باہر سنائی نہیں دیتی تھی تو اس سفید فام لڑکی کو بتایا گیا کہ آپ کا کمرہ تو یہاں سے دوسری لائن میں کافی دور ہے اور اس تلاوت کی آواز تو میرے کمرے کے باہر کے دروازے تک نہیں سنائی دیتی۔ مگر وہ سفید فام لڑکی بار بار اس تلاوت کو بند کرنے کا کہتی ہوئی چلی گئی۔

ایک دن اس نوجوان نے اس ہاسٹل کے تمام مسلمانوں کو اکٹھا کیا اور کمرے کے اندر اور باہر کا دروازہ بند کر کے دنیا کے بہترین قاری کی تلاوت سنائی۔ یہ پروگرام جاری تھا کہ باہر دروازے پر کسی نے دستک دی جب دروازہ کھولا گیا تو وہ سفید فام لڑکی غصے سے کہہ رہی تھی کہ آپ میری عبادت میں خلل ڈال رہے ہیں کیونکہ آپ پھر وہی میوزک چلا رہے ہیں۔ ان تمام مسلمانوں نے اس کو سمجھایا کہ یہ تو اللہ تعالیٰ کا کلام ہے میوزک نہیں ہے۔ وہ بار بار کہہ رہی تھی کہ یہ میوزک مجھے عبادت نہیں کرنے دیتا۔ ان ساتھیوں میں سے ایک نے تنگ آ کر پوچھا کہ آپ کس کی عبادت کرتی ہیں؟ اس لڑکی نے فوراً کہا شیطان کی۔ یہ جواب سن کر سب پریشان ہوگئے اور اس لڑکی سے درخواست کی کہ ہمیں بھی اپنی عبادت دکھاؤ۔ وہ لڑکی بڑی خوشی سے اپنے کمرے کے اندر لے گئی جہاں انسانی ہڈیوں کا ڈھانچہ لٹک رہا تھا اس کے علاوہ اور بھی ہڈیاں پاس پڑی ہوئی تھیں اور یہ لڑکی ان پر جادو کرتی تھی۔ اب یہ بات سب پر ظاہر ہوگئی کہ تلاوت کلام کی ہیبت سے یہ جادو نہیں چل سکتا۔ اس لڑکی نے ان تمام کو بتایا کہ یہ پاکستانی جو اپنے اللہ کی کتاب سنتا ہے اس کا پورا پتہ میں نے اپنے علم کے ذریعے حاصل کر لیا ہے۔ اس کے باپ اور ماں کا نام بتایا اور بتایا کہ یہ دونوں کہاں پر موجود ہیں اور کیا کر رہے ہیں؟ ان اطلاعات نے مسلمانوں پر کچھ اثر نہ کیا بلکہ اس نوجوان نے تلاوت سننا اور زیادہ کر دیا۔ وہ لڑکی ایک دن تنگ آ کر ہوسٹل چھوڑ گئی۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام کی برکت سے اس نوجوان کو جادو کے اثرات سے محفوظ رکھا اور ثابت کر دیا کہ جہاں یہ کلام ہوگا وہاں دوسرے کلام باطل ہو جاتے ہیں۔

جوہر شفاء مدینہ اور رمضان المبارک

میں نے جوہر شفاء مدینہ تبخیر معدہ کے لیے استعمال کی، بہت فائدہ ہوا، کافی عرصہ سے جوڑوں کے درد کے مرض کا شکار تھا مستقل استعمال سے جوڑوں کے درد سے بھی نجات ملی، بہت سے دوستوں کو بھی جوہر شفاء مدینہ کے استعمال کا مشورہ دیتا ہوں اور بہت سے استعمال بھی کر رہے ہیں۔

جناب یہ بات سن کر آپ حیران ہونگے کہ جوہر شفاء مدینہ میں رمضان کیلئے لے کر جا رہا ہوں میں نے جب سے عبقری پڑھنا شروع کیا ہے ہر سال رمضان میں جوہر شفاء مدینہ باقاعدگی سے استعمال کرتا ہوں اور رب کریم کے فضل سے بیماریوں سے بھی بچا رہتا ہوں اور طاقت بھی آ جاتی ہے اور پورا رمضان خوش اسلوبی سے گزر جاتا ہے۔ میرا دوسرے لوگوں کو بھی مشورہ ہے کہ ایک بار استعمال کر کے دیکھیں انشاء اللہ لاجواب پائیں گے۔ (عبدالوہاب، گجرات)

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 73

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

دینی امور میں مصر کے باشندوں کو پوری آزادی دی گئی۔ جان، مال، عزت ہر چیز کی حفاظت کا اطمینان دلایا گیا حتیٰ کہ عیسائیوں کا پیشوائے اعظم بن یامین جو تیرہ سال سے رومیوں کے خوف سے روپوش تھا۔ حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ نے بلوا کر اسے اپنے منصب پر مامور کیا اور گرجاؤں کے متعلق جو کچھ رعایتیں طلب کیں دی گئیں۔ مذہبی آزادی ملنے پر عیسائیوں نے بڑی خوشیاں منائیں اور گرجوں میں تقریریں ہوئیں۔ اسقف باصلی نے اپنی تقریر کے دوران کہا: ''رومیوں کے دیرینہ مظالم کے بعد آج میں اسکندریہ میں نجات و طمانیت کا دور دیکھ رہا ہوں۔'' مسلمانوں کی نگاہ میں یہودی نصرانی، مشرک ستارہ پرست سب یکساں تھے اور مسلمان ہر ایک کے ساتھ ہمدردی اور محبت کا برتاؤ کرتے تھے، مسلمانوں کے حسن سلوک اور مساوات کو دیکھ کر غیر مسلم جوق در جوق دائرہ اسلام میں داخل ہوئے اور رفتہ رفتہ عربی زبان بھی اختیار کرنے لگے اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ زمانہ بعد میں مصر اسلامی تہذیب کا ایک بڑا مرکز بن گیا۔ جب مسلمانوں نے اسکندریہ فتح کیا تو اسلامی فوج کے کسی شخص کے تیر سے حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے مجسمہ کی ایک آنکھ ٹوٹ گئی، اس واقعہ سے اسکندریہ کے عیسائیوں کو سخت رنج ہوا وہ لوگ مسلمانوں کے سردار حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کے پاس گئے اور کہا کہ تمہارے آدمی نے مجسمہ مسیح کی آنکھ پھوڑ دی ہے تم بھی اپنے پیغمبر محمد (ﷺ) کا مجسمہ بناؤ اور ہم لوگ اس کے عوض میں مجسمہ کی آنکھ پھوڑ دیں مسلمانوں کے سردار نے کہا کہ یہ بالکل لغوی بات معلوم ہوتی ہے بہتر یہ ہے کہ مجسمہ کی آنکھ پھوڑنے کی بجائے تم کسی مسلمان کی آنکھ پھوڑ دو، ایک عیسائی اس کیلئے تیار ہو گیا خود مسلمانوں کے سردار نے اپنا خنجر اس عیسائی کو دے کر کہا: ''میری آنکھ حاضر ہے اسے تم پھوڑ دو'' مسلمان سردار کا یہ انصاف دیکھ کر عیسائی کے ہاتھ سے خنجر گر گیا اور اس حرکت سے باز آ گیا۔

تنہائی سے نجات نہایت آسان

صوبیہ شبیر، راولپنڈی

ایسے بھی شغل ہیں مثلاً کسی ہسپتال کے چند بیماروں کی ہفتہ دس دن بعد بیمار پرسی‘ رضا کارانہ طور پر گلی کے بچوں کو قرآن مجید پڑھانا‘ رمضان میں بالخصوص غریبوں یتیموں کی امداد کرنا ان کے ساتھ بیٹھ کر روزہ افطار کرنا‘ اور ان کو دعوت دینے سے بھی تنہائی دور ہوتی ہے

نارتھ کیرولینا کے شہر ڈرہم میں ڈیوک یونیورسٹی میڈیکل سنٹر میں 1300 ایسے مریضوں کو چنا گیا جنہیں تقریباً نو برس سے قلب کی تکلیف تھی اور اس بات کی تحقیق کی گئی کہ اس مرض کے تنہا رہنے والے مریضوں اور دوست احباب رکھنے والے مریضوں پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر ریڈ فورڈ بی ولیمز جو اس سنٹر کے ڈائریکٹر بھی ہیں اور طب دماغی کے پروفیسر بھی ہیں‘ کہتے ہیں کہ جو لوگ بالکل تنہا رہتے تھے ان کی موت کے خطرات تین گنا زیادہ تھے۔ جو دوست احباب رکھتے تھے ان کی حالت بہتر تھی۔ اگرچہ تنہائی کے برے اثرات پر پہلے بھی مطالعات ہو چکے ہیں تاہم اس مطالعے نے اس بات پر مہر تصدیق کردی ہے کہ دوستی دوا کا کام بھی دیتی ہے۔ الگ تھلگ رہنا اتنا ہی خطرناک ہے جتنا سگریٹ نوشی‘ ہائی بلڈ پریشر‘ خون میں کولیسٹرول کی زیادتی‘ موٹاپا اور ورزش کا نہ ہونا۔ کیلے فورنیا کی الامیڈا کاؤنٹی میں سات ہزار افراد کا نو سال تک مطالعہ کیا گیا۔ ان میں مختلف عمروں کے افراد شامل تھے۔ اس مطالعے کا نتیجہ یہ تھا کہ جن لوگوں کے سماجی تعلقات قائم تھے۔ اس مطالعے کا نتیجہ یہ تھا کہ جن لوگوں کے سماجی تعلقات قائم تھے ان کے نو سالہ مطالعے کے دوران مرنے کے بہت ہی کم امکانات تھے۔ جو لوگ معاشرے سے منقطع ہو کر تنہا رہتے تھے ان کو مرنے کے بہت زیادہ خطرات درپیش تھے۔ بات یہ ہے کہ دوستی سے ایک فرد میں یہ احساس پیدا ہوتا ہے کہ دوست احباب اب بھی میری قدر کرتے ہیں۔ گویا اس کو محبت کا تحفظ حاصل ہے۔ اکٹھے رہنے کے فوائد بنیادی اہمیت کے حامل ہیں۔ تنہا رہنے والوں کے فائدے کیلئے یہاں چند مفید تدابیر پیش کی جاتی ہیں۔

کسی واقف کار سے بات چیت کیجئے

اگر آپ کبھی تنہا ہوں تو کسی واقف کار سے بات چیت کریں۔ ہوسکتا ہے کہ اس بات چیت سے آپ کی اس سے دوستی ہوجائے۔ اگر ملازمت کرتے ہیں اور کسی کو روزانہ دیکھتے ہیں مگر کبھی بات نہیں کی‘ کسی سے فقط علیک سلیک ہوتی ہے لیکن زیادہ بات چیت نہیں ان سے آپ دوبارہ سہ بارہ بات کریں۔ ہوسکتا ہے کہ آپ کو ان کے بارے میں زیادہ معلومات حاصل ہوں اور آپ کا ان سے اجنبی پن دور ہوجائے۔

کسی گروہ یا جماعت میں شامل ہوجایئے

زندگی میں درجنوں گروپوں میں واسطہ پڑتا ہے مثلاً مسجد میں اکٹھے نماز پڑھنے کا گروپ‘ کسی ٹرسٹ کیلئے کام کرنے والوں کا گروپ‘ لائبریری میں جا کر مطالعہ کرنے والوں کا گروپ وغیرہ وغیرہ۔ ان گروپوں کے ذریعے سے دوستی قائم ہونے کے بڑے مواقع ہوتے ہیں۔ ساتھ ہی گروپ کا جو شغل ہوتا ہے اس سے بھی آپ کی دلچسپی بڑھ جاتی ہے۔

کسی بھولے بسرے دوست سے رابطہ کیجئے

اگر آپ کے شہر میں آپ کا کوئی دوست مثلاً سکول اور کالج کا ساتھی یا کبھی پڑوس میں رہنے والا ہو تو اس کو تلاش کرکے گرم جوشی سے اس سے ملیں۔ ایسی دوستیاں بڑی اچھی اور پائیدار ثابت ہوتی ہیں۔ خصوصاً اگر دوستی اچھے مقصد کیلئے ہو۔

شام کی یا ہفتہ وار کلاسوں میں شامل ہوجایئے

شہروں میں متعدد کورس شام کو پڑھائے جاتے ہیں بعض ہفتے میں صرف ایک دو دن تعلیم دیتے ہیں۔ مثال کے طور پر کمپیوٹر‘ بینکنگ یا دینی مدارس جو فقط حدیث شریف ای تفسیر کا درس دیتے ہیں۔ ایسے کسی ٹریننگ سنٹر میں داخلہ لینے سے دوست بھی مہیا ہوجائیں گے اور تنہائی اور بے کاری بھی ختم ہوجائے گی۔

رضا کارانہ امدادی مشاغل اپنایئے

ایسے بھی شغل ہیں مثلاً کسی ہسپتال کے چند بیماروں کی ہفتہ دس دن بعد بیمار پرسی‘ رضا کارانہ طور پر گلی کے بچوں کو قرآن مجید پڑھانا‘ رمضان میں بالخصوص غریبوں یتیموں کی امداد کرنا ان کے ساتھ بیٹھ کر روضہ افطار کرنا‘ اور ان کو دعوت دینے سے بھی تنہائی دور ہوتی ہے اور خدمت خلق کرنے کی سعادت بھی حاصل ہوتی ہے۔

ہم مزاج لوگوں سے میل جول بڑھایئے

آپ کو اپنے ادارے‘ دفتر‘ گلی محلے کے کئی لوگ روزانہ ملتے ہوں گے جو چند مقررہ موضوعات پر باتیں کرتے ہیں مثلاً دین‘ کھیل‘ سیاست یا طنز و مزاح وغیرہ۔ آپ ان میں سے دو تین سے رابطہ بڑھا کر اپنی سنائیں اور ان کی سنیں۔ اس سے آپ اپنے معاشرے کا حصہ بن جائیں گے۔ دوستی کیلئے ایک دو باتوں کا ملحوظ رکھنا ضروری ہے:۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ جس شخص سے آپ دوستی کرنا چاہتے ہیں اس کے غم اور خوشی میں شریک ہوں اس کی مشکلات کو سمجھ کر خلوص سے مشورہ دیں۔ دوستی میں خلوص کی بڑی قیمت ہے۔ دوسرے یہ کہ جس شخص سے آپ دوستی بڑھا رہے ہیں اس کی ہر بات کی تردید یا اس کی ہر بات پر نکتہ چینی نہ کریں۔ ہر شخص کو اپنی رائے دینے کا حق ہے لہٰذا آپ اس کی رائے کو فقط اس کی رائے سمجھ کر سنیں۔ آپ کے ماتھے پر ہر وقت تیوری نہیں ہونی چاہئے بلکہ مسکراہٹ ہونی چاہیے۔ مسکراہٹ ہی لوگوں کے دل جیت سکتی ہے۔ اگر آپ کا دوست آپ کا کوئی کام کردیتا ہے تو اس کا کھلے دل سے شکریہ ادا کریں۔ اپنے دوستوں کا ان کی غیر حاضری میں اچھے لفظوں سے گرم جوشی سے ذکر کریں۔ اس بات کا جب کسی اور ذریعے سے ان کو علم ہوگا تو آپ کے بارے میں بھی وہ ایسا ہی کریں گے۔

گرمی سے کبھی سر میں درد نہیں ہوگا

شدید گرمی ہے ہر فرد گرمی سے پریشان نظر آتا ہے‘ بہت سے لوگوں کو دیکھا کہ گرمیوں میں سر کا درد ایسا ہوتا ہے کہ کسی دوا اور دم سے افاقہ نہ ہوا‘ ایک نسخہ جو کہ عرصہ دراز سے استعمال کررہی ہوں‘ میرے ہمسفر کو بھی اسی درد کا مرض تھا۔ یہ نسخہ استعمال کرنے سے ہمیشہ کیلئے درد ختم ہوگیا۔

اشیاء: گل قند‘ سونف‘ چاروں مغز‘ بادام آدھا پاؤ۔ کالی مرچ 12 گرام‘ خشک آلو بخارا‘ خشک خوبانی ایک پاؤ لیں۔ **طریقہ استعمال:** 4 عدد خوبانی‘ 4 عدد آلو بخارا‘ گیارہ عدد بادام رات کو مٹی کے کورے پیالے میں بھگو کر فریج میں رکھ دیں۔ صبح کو تمام اشیاء لیں‘ ایک چائے والا چمچ گلقند‘ ایک چمچ سونف‘ 4 عدد کالی مرچ‘ ایک چمچ چاروں مغز لیں۔ ان تمام اشیاء کو کونڈی میں خوب باریک گھوٹیں‘ تین گلاس پانی ڈالیں چھلنی میں چھان لیں‘ اب چینی ڈالیں اور پی لیں۔ ابتدا میں دو گلاس صبح نہار منہ پی لیں۔ پھر ایک گلاس ہر فرد کو صبح کے وقت دیں۔ سفر میں ایک گلاس پی لیں تمام سفر پیاس نہیں لگے گی۔ استعمال کریں بے حد فوائد ہیں۔ (ذکیہ اقتدار، بہاولنگر)

گرمی کی بیماریاں اور بچاؤ کی تدابیر

خالد اقبال

پٹھوں کے اکڑاؤ کی اذیت ناک بیماری ان لوگوں میں ہوتی ہے جو سخت گرمی میں کام کرنے کے دوران بہت سارا پسینہ بہا دیتے ہیں اور پھر سادہ پانی پیتے چلے جاتے ہیں اس طرح ان کے جسم کے اندر نمکیات کی کمی واقع ہوجاتی ہے۔

ہمارا ملک دنیا کے گرم ترین خطے میں واقع ہے اور ہمیں اسی سخت گرمی میں اپنے روزمرہ کے کام کرنا پڑتے ہیں مثلاً کھیتی باڑی' سڑکیں بنانا اور ان کی مرمت کرنا' لوہے اور اینٹوں کی بھٹیوں' ہوٹلوں کے باورچی خانوں اور دوسرے بہت سارے کام جہاں ہمیں نہ صرف گرمی کی صعوبتیں برداشت کرنا پڑتی ہیں بلکہ وہاں کام کرنے سے ہماری صحت کو ایسے بہت سے خطرات لاحق ہوسکتے ہیں جن سے بچا جاسکتا ہے۔ اس لیے ہم سب کو اس سخت گرمی کے مضر اثرات اور اس سے بچاؤ کے طریقوں کو جاننا انتہائی ضروری ہے۔

اللہ تعالیٰ نے ہمارے جسم کی ساخت اس طرح بنائی ہے کہ وہ باہر کے سرد و گرم موسم میں بھی اپنے اندر کا ایک مخصوص درجہ حرارت برقرار رکھتا ہے۔ جب ہمارے جسم کے اندر کا درجہ حرارت 98 فیصد سے تجاوز کرتا ہے تو دماغ دل کو حکم دیتا ہے کہ وہ ہماری جلد کی خون کی نالیوں میں زیادہ مقدار میں خون بھیجے اور دوسرے ہمارا پسینہ بنانے والے غدودوں کو حکم دیتا ہے کہ وہ اپنا کام تیز کریں اور زیادہ پسینہ بنائیں اس طرح ہمارے اندر کی فالتو گرمی باہر نکل جاتی ہے اور اندر کا درجہ حرارت برقرار رہتا ہے۔ اس سارے عمل کے دوران دل کو زیادہ کام کرنا پڑتا ہے اور خون کی نالیوں میں خون کی گردش تیز ہوجاتی ہے اور جب جلد کا گرم خون باہر کی ٹھنڈی فضا سے ٹکراتا ہے تو ہمارے جسم کی گرمی باہر فضا میں منتقل ہوجاتی ہے۔ اگر ہمارا دماغ یہ محسوس کرے کہ جلد میں زیادہ دوران خون سے بھی ناکافی گرمی باہر نکلی ہے تو وہ ہمارے پسینہ بنانے والے غدودوں کو حکم دیتا ہے کہ وہ زیادہ پسینہ بنائیں اور جب یہ پسینہ بخارات بن کر جلد پر سے فضا میں اڑتا ہے تو ہماری جلد کو ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے اور اس طرح جسم کی بہت ساری حرارت خارج ہوجاتی ہے۔

موسم گرما میں حادثات کی شرح بھی بڑھ جاتی ہے کیونکہ سخت گرمی کی وجہ سے انسان میں چڑچڑاپن' بے چینی اور الجھن بڑھ جاتی ہے اور ایسے موسم میں وہ اکثر احتیاط کا دامن بھی ہاتھ سے چھوڑ دیتے ہیں اس موسم میں حادثات ہاتھوں میں پسینہ آنے' چکر آنے' چشمے کے دھندلانے' بے چینی اور جھنجھلاہٹ کی وجہ سے بڑھ جاتے ہیں سخت گرم موسم میں کام کرنے والے لوگ صحت کے مختلف طرح کے مسائل سے دوچار ہوسکتے ہیں' مثلاً انتہائی سخت گرمی میں کام کرنے والوں خصوصاً کھلی فضا میں کام کرنے والوں میں ہیٹ سٹروک سب سے زیادہ تشویشناک صورت حال ہوتی ہے جب انتہائی گرم موسم میں ہمارے جسم کے حرارت کو معمول پر رکھنے والے دونوں نظام معطل ہوجاتے ہیں اور پسینہ ناکافی ہوجاتا ہے تو ہمارا جسم ہلکی پھلکی تنبیہ کرنے کے علاوہ کچھ نہیں کرسکتا کہ خطرے کے لمحات آچکے ہیں۔

ہیٹ سٹروک کے مریض کی جلد خشک اور گرم ہوجاتی ہے اور وہ ذہنی طور پر گھبرایا ہوا اور بدحواس نظر آتا ہے۔ اگر مریض کو فوری طبی امداد نہ دی جائے تو اس کی موت بھی واقع ہوسکتی ہے۔

ایسے مریض کو فوراً ہسپتال میں داخل کروا دینا چاہیے' لیکن ابتدائی طبی امداد کے طور پر اسے فوراً ٹھنڈی جگہ پر منتقل کردینا چاہیے' اس کے کپڑے پانی سے تر کردینے چاہئیں اور پنکھا تیز کرکے اسے ٹھنڈا ماحول مہیا کرنا چاہیے۔ ایسے مریض کی فوری تشخیص اور علاج ہی اسے ذہنی معذوری یا موت سے بچاؤ کا طریقہ ہے۔

پٹھوں کے اکڑاؤ کی اذیت ناک بیماری ان لوگوں میں ہوتی ہے جو سخت گرمی میں کام کرنے کے دوران بہت سارا پسینہ بہا دیتے ہیں اور پھر سادہ پانی پیتے چلے جاتے ہیں اس طرح ان کے جسم کے اندر نمکیات کی کمی واقع ہوجاتی ہے۔ مزید پسینہ لینے سے وہ اور زیادہ پانی پیتے ہیں اور اس طرح ان کے جسم میں نمکیات مثلاً سوڈیم اور پوٹاشیم کی کمی مزید بڑھ جاتی ہے اور ان کے پٹھے عموماً وہ پٹھے زیادہ متاثر ہوتے ہیں جو کام میں زیادہ استعمال ہوتے ہیں۔ یہ اکڑاؤ کام کے دوران یا کام کے بعد گھر جاکر کسی بھی وقت ہوسکتا ہے اور مریض نمکیات والا پانی پینے سے ٹھیک ہوجاتے ہیں۔

(غشی) وہ لوگ جو گرمی برداشت کرنے کے عادی نہیں ہوتے اگر انہیں گرمی میں زیادہ دیر تک سیدھا کھڑا رکھا جائے تو وہ بیہوش ہوسکتے ہیں کیونکہ پسینہ بہنے کے مدافعتی نظام کی وجہ سے خون کا کچھ حصہ تو جلد کو چلا جاتا ہے اور باقی کا بہت بڑا حصہ ٹانگوں کی خون کی نالیوں میں اکٹھا ہوجاتا ہے اور اس طرح دماغ کو کم خون ملتا ہے اور انسان بیہوش ہوجاتا ہے ایسے مریض کو صرف سیدھا لٹانے سے ہی اسے ہوش آجاتا ہے کیونکہ اس کے دماغ کو خون ملنا شروع ہوجاتا ہے۔

گرمی دانے: یہ شاید ہمارے ہاں کی عام بیماریوں میں سے ایک بیماری ہے جو نم آلودہ اور گرم موسم میں زیادہ ہوتی ہے۔ گرمی اور حبس کے موسم میں ہماری جلد پر سے پسینہ جلدی خشک نہیں ہوتا اور جلد زیادہ دیر تک نم آلودہ رہتی ہے اس طرح پسینہ بنانے والے غدودوں کی نالیاں بند ہوجاتی ہیں اور گرمی دانے نکل آتے ہیں۔ جب یہ زیادہ مقدار میں نکل آئیں اور ان میں انفیکشن بھی ہوجائے تو یہ درد اور جلن بھی پیدا کرسکتے ہیں' انسان بیزار اور چڑچڑا ہوجاتا ہے اور اس کے روزمرہ کے کام متاثر ہونا شروع ہوجاتے ہیں۔ گرمی دانوں سے بچاؤ کیلئے بار بار نہایا جائے اس طرح اس مصیبت سے بچا جاسکتا ہے۔

بچاؤ کے طریقے: گرمی کے مضر اثرات سے بچنے کا سب سے اچھا طریقہ تو یہ ہی ہے کہ گرمی سے ہر ممکن حد تک بچا جائے لیکن ہمارے بہت سارے کام کھلی فضا میں ہی کرنے والے ہوتے ہیں جہاں اکثر سایہ دار جگہ بھی کم ہی میسر ہوتی ہے مثلاً کھیتوں میں کام کرنے والے کسان' سڑکیں اور مکانات بنانے والے مزدور وغیرہ وغیرہ' بھاری اور مشقت والے کام مسلسل نہ کیے جائیں بلکہ وقفے وقفے سے اس کام کو انجام دیا جائے کام کرنے والی جگہ سایہ دار اور ہوادار ہو تو بھی ہم بہت ساری بیماریوں سے بچ سکتے ہیں یا اگر سائے میں کام کرنا ممکن نہ ہو تو وقفے وقفے سے سائے میں آرام کرلینا چاہیے۔

کسانوں کو چاہیے کہ وہ تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد سایہ دار درختوں کے نیچے آرام کرکے اپنا پسینہ سکھالیں۔ کام کے دوران اپنے کپڑے اتارنے سے پرہیز کریں جیسا کہ اکثر اوقات ہوتا ہے کیونکہ کپڑے ہمارے جسم کو گرمی کی شدت سے محفوظ رکھتے ہیں۔

لسی اور سکنجبین بہترین مشروب: گرمی میں کام کے دوران ایک عام آدمی 2 سے 3 گیلن تک پسینہ ضائع کرتا ہے چونکہ پانی کی کمی کی وجہ سے بے شمار بیماریاں لاحق ہوسکتی ہیں' گرم علاقوں میں رہنے والے لوگوں کے پسینے میں اکثر کم ہی نمکیات ضائع ہوتے ہیں پاکستانی خوراک میں اتنا نمک شامل ہوتا ہے کہ ہمیں اور زیادہ کی ضرورت نہیں رہتی لیکن اگر کسی وجہ سے زیادہ نمکیات خارج ہوجائیں تو فوراً نمکول کا پانی استعمال کرنا چاہیے گرمی میں کھلی فضا میں کام کرنے والوں کیلئے ''لسی'' اور ''سکنجبین'' بہترین مشروب ہے۔

رمضان کی آسان مقبول عبادات

تحیۃ الوضو یہ ہے کہ جب کبھی وضو کریں تو دو رکعت نفل پڑھ لیا کریں۔ حضور ﷺ فرماتے ہیں ''جو مسلمان بھی اچھی طرح سے وضو کرے اور وضو کے بعد حضور قلب کے ساتھ دو رکعت نفل پڑھے تو اس کیلئے جنت واجب ہوجاتی ہے

پہلی شب: رمضان المبارک کے مہینہ کی پہلی شب کو نمازِ عشاء کے بعد ایک مرتبہ سورۂ فتح پڑھنا ثوابِ عظیم حاصل کرنے کا باعث ہے۔ رمضان المبارک کی پہلی شب نماز تہجد کی ادائیگی کے بعد آسمان کی طرف چہرہ کر کے بارہ مرتبہ یہ دعا پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ بہت سی نعمتیں حاصل ہوں گی۔ اللہ تعالیٰ خصوصی فضل وکرم نازل فرمائیگا۔ **لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ الْقَآئِمُ عَلٰی کُلِّ نَفْسٍ بِمَا کَسَبَتْ**

شب قدر میں عبادت کا انعام: حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جب شب قدر آتی ہے تو جبرئیل علیہ السلام ملائکہ کی جماعت کے ساتھ آتے ہیں اور ہر اس بندہ کیلئے دعائے مغفرت کرتے ہیں جو کھڑے ہوکر یا بیٹھ کر اللہ تعالیٰ کے ذکر میں مشغول رہتا ہے۔ پھر جب انہیں عیدالفطر کا دن نصیب ہوتا ہے تو اللہ تعالیٰ اپنے ان بندوں پر اپنے فرشتوں کے سامنے اپنی خوشنودی کا اظہار کرتا ہے اور فرماتا ہے کہ اے میرے فرشتو! اس مزدور کی اُجرت کیا ہے جو اپنا کام پورا کردے۔ فرشتے عرض کرتے ہیں کہ اے ہمارے رب! اس کی اجرت یہ ہے کہ اس کو پورا معاوضہ دیا جائے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ اے میرے فرشتو! میرے بندوں اور میری لونڈیوں نے (میرے مقرر کئے ہوئے) فرض کو ادا کردیا ہے اب وہ گھروں سے دعا کیلئے عیدگاہ کی طرف نکلے ہیں' مجھے قسم ہے اپنی عزت کی' اپنے جلال' اپنی بخشش ورحمت' اپنی عظمتِ شان اور اپنی رفعتِ مکان کی کہ میں ان کی دعاؤں کو قبول کروں گا۔ پھر اللہ تعالیٰ فرماتا ہے اے میرے بندو! اپنے گھروں کو لوٹ جاؤ میں نے تم کو بخش دیا اور تمہاری برائیوں کو نیکیوں میں تبدیل کردیا۔ حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پس مسلمان واپس ہوتے ہیں عیدگاہ سے اس حال میں کہ ان کے گناہ بخش دیئے جاتے ہیں۔ (بیہقی)

شب قدر کی دعا: حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم سے پوچھا کہ یا رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم! اگر مجھے شب قدر معلوم ہوجائے تو میں اس میں کیا کروں؟ آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ یہ دعا پڑھو۔ **اَللّٰھُمَّ اِنَّکَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّیْ** **(ترمذی شریف)** ترجمہ:۔ اے اللہ! تو معاف کرنے والا ہے معاف کرنا تجھے پسند ہے پس تو معاف فرمادے۔

اکیسویں شب: رمضان المبارک کی اکیسویں رات کو اکیس مرتبہ سورۂ قدر پڑھنے سے ثوابِ عظیم حاصل ہوتا ہے۔ رمضان المبارک کی اکیسویں رات کو دو نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور تین تین مرتبہ سورا اخلاص پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ستر مرتبہ دُرود پاک اور ستر مرتبہ استغفار پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہوگی اور اللہ تعالیٰ اس رات کی برکات سے یہ نماز پڑھنے والے کو بخش دے گا۔ اکیسویں شب کو ہی چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ القدر اور ایک مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ستر مرتبہ دُرود پاک پڑھے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے فرشتے اس نماز کے پڑھنے والے کی مغفرت کیلئے دعا کریں گے۔

تیئسویں شب: رمضان المبارک کی تیئسویں رات کو نماز عشاء ونماز تراویح کی ادائیگی کے بعد ایک مرتبہ سورۃ یاسین اور ایک مرتبہ سورۃ رحمن پڑھنا باعث برکت وفضیلت ہے۔ تیئسویں رات کو چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ القدر اور تین تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد نہایت توجہ ویکسوئی کے ساتھ ستر مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔ تیئسویں رات کو ہی آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور ایک ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ تیسرا کلمہ پڑھے اور پھر بارگاہِ الٰہی میں اپنے گناہوں کی معافی کی دعا مانگے۔ بفضل باری تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔

پچیسویں شب: رمضان المبارک کی پچیسویں رات کو سات مرتبہ سورۃ فتح پڑھنا فضیلت و برکت کا باعث ہے۔ پچیسویں رات کو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور پندرہ پندرہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فراغت کے بعد ستر مرتبہ دوسرا کلمہ پڑھے۔ گناہوں سے معافی عطا ہوگی۔ رمضان المبارک کی پچیسویں رات کو چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور پانچ پانچ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز مکمل کرنے کے بعد ایک سو مرتبہ کلمہ طیبہ اور سورۃ الدخان پڑھنے سے بفضل باری تعالیٰ عذابِ قبر سے حفاظت رہتی ہے۔ پچیسویں رات کو چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۃ القدر اور تین تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ پھر سلام پھیرنے کے بعد ستر مرتبہ استغفار پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہوگی اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم سے نیکی کے کام کرنیکی توفیق عطا فرمائے گا۔

ستائیسویں شب: حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس نے رمضان المبارک کے مہینہ کی ستائیسویں رات صبح ہونے تک عبادت میں گزاری وہ مجھے رمضان المبارک کی تمام راتوں کی عبادت سے زیادہ پسند ہے۔ حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے عرض کی اے ابا جان! وہ ضعیف مرد اور عورتیں کیا کریں جو قیام پر قدرت نہیں رکھتے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''کیا وہ تکیے نہیں رکھ سکتے جن کا سہارا لیں اور اس رات کے لمحات میں سے کچھ لمحات بیٹھ کر گزاریں اور اللہ تعالیٰ سے دعا مانگیں' لیکن یہ بات اپنی امت کے تمام ماہ رمضان کو قیام میں گزارنے سے زیادہ محبوب ہے۔ حضرت عائشہ صدیقہؓ سے مروی ہے کہ حضور نبی ﷺ نے فرمایا کہ جس نے شب قدر جاگ کر گزاری اور اس میں دو رکعت (نفل) نماز ادا کی تو اللہ تعالیٰ نے اسے بخش دیا ہے۔ اسے اپنی رحمت میں جگہ دیتا ہے اور جبرئیل علیہ السلام اس پر اپنے پَر پھیرتے ہیں اور جس پر جبرئیل علیہ السلام نے اپنے پَر پھیریں وہ جنت میں داخل ہوگا۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں رات کو جوکوئی دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سات سات مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ یہ تسبیح پڑھے۔ **اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الْعَظِیْمَ الَّذِیْ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ وَ اَتُوْبُ اِلَیْہِ○** تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کے ماں باپ اور اس کے گناہوں کی بخشش ہو جائے گی۔ پروردگار عالم اس کے والدین کی مغفرت فرمائے گا اور اسے جنت میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے گا اس کے علاوہ اس نماز کے پڑھنے والے کو نیکی کے کام کرنے کی توفیق عطا فرمائے گا۔ جوکوئی رمضان المبارک کی ستائیسویں شب چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۃ قدر اور پچاس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور پھر نماز سے فارغ ہونے کے بعد بارگاہِ الٰہی میں سجدہ ریز ہوکر نہایت یکسوئی کے ساتھ دعا مانگے' جوبھی جائز حاجت ہوگی انشاء اللہ تعالیٰ پوری ہوگی۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں رات کو چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ التکاثر اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ جب موت کا وقت قریب ہوگا تو اس سے موت کی سختی وشدت آسان ہوجائیگی اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم سے قبر کا عذاب معاف فرما دے گا۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو جوکوئی ساتوں حم والی سورتیں پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اسے گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔ جوکوئی رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو دو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ الم نشرح اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ستائیس مرتبہ سورۂ القدر پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اسے ثوابِ عظیم حاصل ہوگا۔

اُنتیسویں شب: جوکوئی رمضان المبارک کی اُنتیسویں رات کو سات مرتبہ سورۂ الواقعہ پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اس کے رزق میں خوب اضافہ ہوگا۔ رمضان کی اُنتیسویں رات کو جوکوئی چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ القدر اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ سورہ الم نشرح پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اُسے ایمان کی سلامتی اور ایمان کی مضبوطی عطا ہوگی۔ جب دنیا سے جائیگا تو ایمان کی سلامتی کیساتھ جائیگا۔ رمضان المبارک کی اُنتیسویں شب کو جوکوئی چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ القدر اور پانچ پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پھر جب نماز پڑھ لے تو ایک سو مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے اِنشاء اللہ تعالیٰ اس کو بارگاہِ الٰہی سے گناہوں کی معافی عطا ہوگی' پروردگار عالم اسے خصوصی فضل وکرم سے نوازے گا۔

شاہ عبدالغنی دہلویؒ کے روحانی وظائف

اگر کسی لڑکے یا لڑکی کی شادی نہ ہوتی ہو یا شادی کی بات بن کر ٹوٹ جاتی ہو یا بالکل رشتہ ہی نہ آتا ہو یا آتا ہو تو ایک مرتبہ آکر دوبارہ نہ آتے ہوں تو ایسی صورت میں مندرجہ ذیل تعویذ باوضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر لکھ کر موم جامہ کرکے لڑکے یا لڑکی کے گلے میں باندھ دیں

ہاتھ پاؤں‘ گھٹنے کا درد

ہاتھ پاؤں اور گھٹنے کے درد سے نجات کیلئے اسی طرح دیگر جسمانی دردوں کیلئے زیتون کے سوا پاؤ (تین سو گرام) تیل پر باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھیں اس کے بعد گیارہ سو بار یَاقَوِیُّ پڑھیں۔ اس کے بعد آخر میں گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر دم کردیں۔ روزانہ رات کو سونے سے قبل کوئی باوضو شخص ہاتھ پیروں پر مالش ہلکے ہلکے ہاتھوں سے کرے یا پھر خود وضو کی حالت میں یہ تیل درد کی جگہ لگالیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اکتالیس دن مالش کرنے سے درد دور ہوجائے گا۔

پڑوسی کے شر اور فتنہ سے حفاظت

اگر کسی کے پڑوسی خراب ہوں اور پریشانی کا سبب ہوں اور طرح طرح سے تنگ کرتے ہوں‘ ستاتے ہوں اور لڑائی جھگڑا کرتے ہوں یا جادو سفلی کراتے ہوں تو ان کے شر اور فتنہ سے بچنے کیلئے بعد نماز عشاء باوضو اول پانچ بار درود شریف پڑھے (نماز والا درود سب سے بہتر ہے وہی پڑھ لے) اس کے بعد پانچ سو مرتبہ یَاحَفِیْظُ یَاحَافِظُ پڑھے اس کے بعد پانچ بار درود شریف پڑھ کر پڑوسیوں کی اصلاح و ہدایت کی دعا کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے پڑوسی ہر قسم کے شر اور فتنہ انگیزی سے باز آجائیں گے۔

شوہر کے بے جا ظلم اور مار پیٹ کا خاتمہ

اگر شوہر ظالم ہو اور بیوی کو بات بات پر گالیاں دیتا ہو‘ ظلم کرتا ہو‘ مار پیٹ کرتا ہو اور سب بچوں کے سامنے بیوی کو مارتا ہو تو اس کی اصلاح اور اس کے ظلم سے نجات کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ بیوی کو چاہیے کہ وہ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّن رَّبٍّ رَّحِیْمٍ (یٰسین 58) کثرت سے پڑھے اور روزانہ ایک تسبیح (ایک سو بار) قَدْ شَغَفَهَا حُبًّا ط (یوسف 30) پڑھے۔ اول و آخر درود شریف تین تین بار ضرور پڑھے۔ نیز سَلٰمٌ قَوْلًا مِّن رَّبٍّ رَّحِیْمٍ (یٰسین 58) کو ایک سو بار پڑھ کر چینی‘ شربت‘ دودھ پر دم کرکے شوہر کو پلائے۔ اول و آخر تین بار درود شریف ضرور پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ شوہر کے مزاج میں نرمی آئے گی اور ظلم و زیادتی کرنے سے رک جائے گا۔

سب گھر والوں کی بیماری اور پریشانی سے نجات

اگر مکان میں ہر وقت کوئی نہ کوئی بیمار رہتا ہو‘ ایک اچھا ہوا اور دوسرا بیمار ہوگیا‘ دوسرا ابھی اچھا ہونے نہ پایا کہ تیسرا بیمار ہوگیا تو ایسی صورت میں گھر بھر پریشان رہتا ہے اور گھر میں طرح طرح کی پریشانیاں بڑھتی جاتی ہیں۔ لوگوں کا قرض ادا نہیں ہوتا کہ نیا قرض چڑھ جاتا ہے اس مصیبت سے نجات کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ ہر جمعرات کو بعد نماز ظہر ایک بوتل میں سات نل کا یا سات کنوؤں کا یا سات برموں (ہینڈ پمپ) یا ندی‘ نہر‘ دریا‘ تالاب کا پانی بھرلیں۔

سات بار درود شریف ابراہیمی پڑھیں اس کے بعد سورۂ یٰسین شریف پڑھنا شروع کریں جب پہلا مبین آئے تو سات بار الحمد شریف (سورۂ فاتحہ مکمل) پڑھیں پھر آگے پڑھنا شروع کریں جب دوسرا مبین آئے سات بار سورۂ فاتحہ پڑھیں۔ پھر آگے سورۂ پڑھنا شروع کردیں اسی طرح ہر مبین پر سات بار الحمد شریف پڑھتے جائیں۔ پھر سورۂ ختم کرکے سات مرتبہ درود شریف پڑھیں اور اس بوتل پر دم کردیں۔ پھر اس بوتل کے پانی میں سے تھوڑا تھوڑا صبح و شام گھر کے ہر فرد کو روزانہ پلایا جائے۔ یہ پانی اگلی جمعرات تک ختم ہوجائے۔ اگلی جمعرات کو پھر ظہر کے بعد یہی سورۂ یٰسین شریف اسی ترکیب سے پڑھنی ہے اور ایک بوتل پانی پر دم کرکے اس سے اگلی جمعرات تک سب گھر والوں کو پانی پلانا ہے۔ یہ عمل ہر جمعرات کو کرے‘ چالیس دن میں جتنی جمعرات آئیں ان میں یہ عمل برابر کرتے رہیں۔ یہ عمل کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ گھر کا ہر ہر فرد صحت مند اور چاق و چوبند ہوجائے گا اس سے سستی‘ کاہلی دور ہوجائے گی۔ بہت مجرب عمل ہے۔

پریشان حالی اور بے روزگاری

بعض لوگ اپنے غلط کاموں کی وجہ سے پریشانیوں میں گھر جاتے ہیں اور انہیں احساس نہیں ہوتا کہ ہم جو غلط کام کرتے رہے یا کررہے ہیں یہ اسی کار بد کا نتیجہ ہے لیکن ایسے لوگ اپنی غلطی ماننے کے بجائے دوسرے اہل خاندان اور اپنے بزرگوں‘ والدین اور بھائی بہنوں کو اس کا ذمہ دار سمجھتے ہیں اور ایسا شخص سب سے بدگمان رہتا ہے اور سب خاندان والوں سے جھگڑا کرتا رہتا ہے اور اپنی محرومی اور پریشانی کو سفلی جادو کا اثر سمجھتا ہے۔

نتیجہ یہ ہے کہ وہ خود اپنے کیے کی وجہ سے پریشان رہتا ہے اور پورے خاندان کو پریشان کرکے رکھتا ہے۔ ایسی صورت میں ایسے شخص کو چاہیے کہ وہ شخص نماز باجماعت پانچوں وقت کی پابندی کرے اور بعد ہر نماز اکیس بار درود شریف پڑھے اور بعد نماز عشاء کھلے صحن میں آسمان کے نیچے (یعنی اس کے سر پر کسی چھت‘ سائبان یا درخت کی ٹہنیوں کا سایہ نہ ہو) ننگے پاؤں (پاک زمین پر‘ اگر زمین پاک نہ ہو تو دھولیں) ننگے سر پانچ سو مرتبہ یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ پڑھا کرے۔ یہ عمل اکتالیس دن کرنا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ایک چلہ پورا نہیں ہوگا کہ کسی جگہ روزگار لگ جائے گا اور جیب خالی نہیں رہے گی۔

شادی کیلئے لاجواب تعویذ

اگر کسی لڑکے یا لڑکی کی شادی نہ ہوتی ہو یا شادی کی بات بن کر ٹوٹ جاتی ہو یا بالکل رشتہ ہی نہ آتا ہو یا آتا ہو تو ایک مرتبہ آکر دوبارہ نہ آتے ہوں تو ایسی صورت میں مندرجہ ذیل تعویذ باوضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر لکھ کر موم جامہ کرکے لڑکے یا لڑکی کے گلے میں باندھ دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ تمام رکاوٹیں ختم ہوکر رشتہ ہوجائے گا۔ وہ تعویذ یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

وَّیَنْصُرَكَ اللّٰهُ نَصْرًا عَزِیْزًا ۝ (الفتح 3)

نَصْرٌ مِّنَ اللّٰهِ وَفَتْحٌ قَرِیْبٌ (الصّف 13)

اِنْ تَسْتَفْتِحُوْا فَقَدْ جَآءَكُمُ الْفَتْحُ (الانفال 19)

اِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُّبِیْنًا (الفتح 1)

نوٹ: لکھنے والا دو رکعت صلوٰۃ توبہ پھر دو رکعت صلوٰۃ حاجت پھر اول آخر درود شریف پڑھ کر یہ تعویذ لکھنا شروع کردیں۔

بیرون ملک قارئین کیلئے اہم اعلان

رمضان المبارک کے مقدس ماہ کی مبارک ساعات‘ سحر و افطار‘ تراویح اور دوسرے معمولات کی وجہ سے حضرت حکیم صاحب بیرون ممالک کی کالیں نہیں سن سکیں گے۔ انشاء اللہ العزیز رمضان المبارک کے بعد سابقہ ترتیب کے مطابق ہفتے کی رات 7 سے 9 تک سنا کریں گے۔

بیرون ملک قارئین نوٹ فرمالیں۔

آڑو کو معمولی پھل نہ سمجھیں!!!

زبیدہ خانم

شدت کی پیاس اور بہت زیادہ پسینہ آنے والوں کیلئے آڑو مفید ہے۔ آڑو کے استعمال سے خون کی گرمی ختم ہوجاتی ہے گرمی کی وجہ سے ہونے والی گھبراہٹ دور ہوتی ہے' آڑو مختلف سویٹ ڈشز اور ادویات میں استعمال ہوتا ہے

بلاشبہ پھل خواہ کسی بھی قسم کا ہو انسانی حسن وصحت کا ضامن ہوتا ہے موسم کی مناسبت سے پھلوں کا استعمال ان کی افادیت بڑھا دیتا ہے۔ آج کل آڑو کا موسم ہے اسی مناسبت سے آڑو کے بارے میں مفید معلومات نذر قارئین ہے:۔ آڑو ایک خوش ذائقہ اور لذیذ پھل ہی نہیں ہے بلکہ دوائی اثرات کا مجموعہ ہے یہ بدن کو غذائیت ہی فراہم نہیں کرتا اور حیاتین کی کمی ہی کو پورا نہیں کرتا بلکہ متعدد بیماریوں میں شفائی اثرات بھی رکھتا ہے موسم گرما میں شدت گرمی سے پیدا ہونے والے متعدد امراض میں حیرت انگیز شفائی کرشمات رکھتا ہے۔ آڑو میں حیاتین اور پانی کی موجودگی اسے غذائی اعتبار سے مفید بناتی ہے صبح نہار منہ خوب پکا ہوا آڑو اچھی طرح چبا کر کھالیں آدھ گھنٹے کے بعد ایک گلاس پینے سے خون کی کمی دور ہوجاتی ہے جگر اور معدے کے لیے طاقت بخش ہے خونی بخار اور کھانسی کیلئے مفید ہے۔ گھی میں بھنی ہوئی ذراسی ہینگ آڑو کے رس میں ملا کر مریض کو پلانے سے پیٹ کے کیڑے ہلاک ہوجاتے ہیں۔ آڑو کے درخت کے پتے سائے میں خشک کرکے ذیابیطس کے مریض کو کھلانا صحت بخش ہے۔ بلڈ پریشر کے لیے مفید ہے' صفرا بخار' جسم میں خون کی کمی اور نسیان کے امراض میں آڑو شفا بخش ہے خشک آڑو کھانے سے ہرنیا کے درد کی شدت میں کمی آتی ہے' آڑو معدہ نرم کرتا ہے' گردوں کو تقویت دیتا ہے۔ آڑو کے تین پتے' ایک عدد کالی مرچ کے ساتھ گھوٹ کو صبح کے وقت پلانے سے پرانا موسمی بخار دور ہوجاتا ہے۔ آڑو کے چار یا پانچ نرم پتے' 25 گرام پانی میں گھوٹ کر چھان کر پلانے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں۔ **نظام ہضم:** جن ضعیف افراد کا معدہ کمزور ہو وہ شہد کے ساتھ آڑو کھائیں تو آڑو ہضم ہوجائے گا' آڑو چھلکوں سمیت کھانا چاہیے۔

استعمال: شدت کی پیاس اور بہت زیادہ پسینہ آنے والوں کیلئے آڑو مفید ہے۔ آڑو کے استعمال سے خون کی گرمی ختم ہوجاتی ہے گرمی کی وجہ سے ہونے والی گھبراہٹ دور ہوتی ہے' آڑو مختلف سویٹ ڈشز اور ادویات میں استعمال ہوتا ہے۔ آڑو سے مربے اسکوائش' شربت تیار کیے جاتے ہیں آڑو کی کریم مختلف اقسام کے اعلیٰ کیک میں ڈالی جاتی ہے۔

بیرونی اثرات: جسم پر پھنسیاں: جسم پر پھنسیاں نکل آئیں تو آڑو کی گٹھلی بھون کر مغز نکال لیں اور پیس کر پھنسیوں پر لگائیں' گردن کے پچھلے حصے پر پھنسیاں نکل آئیں تو آڑو کی گٹھلی بھون کر اس کی گری نکال لیں اور اسے پیس لیں گردن کو پانی سے دھو کر کسی سوتی کپڑے سے خشک کرکے گری کی لیپ کریں' جسم پر اگر سفید دھبے پڑ جائیں تو تازہ آڑو کو پیس کر چند دنوں تک لگانے سے داغ مٹ جائیں گے' آڑو کے آٹے کو پانی میں گوندھ کر سر پر لیپ کرنے سے نکسیر پھوٹنا بند ہوجاتی ہے۔ اس دور میں پیٹ کے کیڑوں کا مرض عام ہے' ایک طبی جائزہ کے مطابق پچاس فیصد مریض پیٹ کے کیڑوں کا شکار ہیں۔ رات کو دانت پیسنا' منہ سے رال بہنا' پیٹ میں درد وغیرہ اس مرض کی علامات ہیں۔ کھانڈ' ٹافی اور مٹھائی کا کثرت سے استعمال اس مرض کا سبب ہیں۔ اس مرض کیلئے آڑو فائدہ مند ہے۔ قدرت کا اعجاز ہے کہ اس نے مختلف پھلوں کو شفائی تاثیرات سے بہرہ مند کیا ہے اور یہ پھل مختلف امراض میں مفید کارآمد ہیں۔

یہ حفظ ماتقدم کا کام بھی دیتا ہے یعنی آڑو کھانے سے پیٹ میں کیڑے پیدا ہونے کا اندیشہ نہیں رہتا۔ آڑو کے پتے بھی کیڑوں کیلئے پیام موت ہیں۔ آڑو کے پتوں کا پانی نکال کر پلائیں۔ آڑو کی دیگر خصوصیات بھی ہیں۔ پیاس کو دور کرتا ہے☆ بدن کو تسکین دیتا ہے☆ خون کے جوش کو دور کرتا ہے ☆ صفرا کی زیادتی میں فائدہ مند ہے ☆ بعض حضرات کا منہ صبح کو کڑوا ہوتا ہے یا قے ہوتی ہے ان کیلئے آڑو مفید ہے۔☆ یہ پھل جسم کو طاقت اور توانائی بھی مہیا کرتا ہے۔☆ آڑو قبض کشا ہے جن لوگوں کو قبض رہتی ہو انہیں آڑو ضرور استعمال کرنے چاہئیں۔☆ جگر اور معدہ کو تقویت دیتا ہے اور بھوک بڑھاتا ہے۔☆ مقوی باہ ہے۔☆ میٹھا نرم اور اچھی طرح پکا ہوا آڑو کھائیں۔ کھانے سے قبل آڑو کو اچھی طرح دھولیں بعض اوقات آڑو میں کیڑے بھی ہوتے ہیں۔

مضرات و احتیاط: بادی مزاج اور فربہ افراد کے لیے مضر ہے۔ کھانا کھانے سے دو گھنٹے قبل آڑو کھانا چاہیے۔ اس سے معدے کی تیزابیت ختم ہوتی ہے۔ آڑو کھانے کے بعد پانی نہیں پینا چاہیے۔

قید سے رہائی کا مجرب عمل

مفتی محمد سہیل، کراچی

خصوصاً صحرانورد مسافروں کے لیے ان اسماء کے ذکر کی برکت سے اللہ تعالیٰ ہر خوفناک موقع سے سفر وحضر میں محفوظ رکھتا ہے

اسم قدوس کے خواص: اَلْمَلِكُ الْقُدُّوْسُ یہ دونوں اسم بہت عظیم ہیں جس شخص کی لوگ قدر و منزلت نہ کرتے ہوں اور وہ لوگوں میں مشہور بھی نہ ہو تو ان اسماء کی برکت سے اس کی عزت ہوگی اور خود اس کے قلب کا زنگ دور ہوگا۔ بہت آزمودہ ہے۔ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح لازمی پڑھیں۔

سفر وحضر میں امان: اسم اَلسَّلَامُ الْمُؤْمِنُ اس شخص کیلئے مناسب ہے جس پر کسی کا رعب وڈر غالب ہو۔ خصوصاً صحرانورد مسافروں کے لیے ان اسماء کے ذکر کی برکت سے اللہ تعالیٰ ہر خوفناک موقع سے سفر وحضر میں محفوظ رکھتا ہے۔

مال کی حفاظت: جو شخص اَلسَّلَامُ الْمُؤْمِنُ کے حروف کو آٹھ در آٹھ کے مربع میں لکھ کے مال تجارت میں رکھے تو چوری غرق اور آگ سے محفوظ رہے گا۔ اگر اس مربع کو غلہ میں رکھے تو بے اندازہ برکت ہو اور مال تلف ہونے سے محفوظ رہے گا۔

عزت و مرتبہ حاصل کرنے کا طریقہ: اسم عَزِیْزُ بھی بڑا جلیل القدر اسم ہے جسے دشمنوں نے ذلیل کردیا ہو اس کیلئے بہت مفید ہے کسی وجہ سے کسی بڑے شخص کی عزت و دولت میں فرق آگیا ہو اور وہ اس اسم کا ذکر کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کی گم شدہ دولت اور عزت اس کی عطا کرے گا اور پھر کوئی شخص اس کو نقصان نہ پہنچا سکے گا اور جو شخص اس اسم کے ذکر کی پابندی کرے گا اس کا نفس شریف بن جائے گا۔ اس کی قدر بڑھے گی اور دشمن اس کو کوئی تکلیف نہ پہنچا سکیں گے۔

اللہ کی رحمت اور قید سے رہائی: یَاوَاحِدُ الْاَحَدُ ان دونوں اسماء میں توحید عظیم موجود ہے۔ اس کے ذاکر کو اللہ تعالیٰ ایمان کی محبت دیکر اپنی رحمت سے نوازتا ہے اور اگر کوئی شخص کسی ظالم کی قید یا سختی میں ہو وہ ان اسماء کا ذکر کریں تو ان شاء اللہ خلاصی ہوگی۔ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح لازمی پڑھیں۔

مسافران آخرت

حضرت حکیم صاحب کی اہلیہ کی سگی نانی قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔ عبقری کے مخلص کارکن غلام احمد مغل کے بہنوئی قضائے الٰہی سے وفات پاگئے ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی درخواست ہے۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

☆حفاظ کو گلے کی شکایت☆جسم سن ہوجاتا ہے☆پیٹ میں درد☆چہرے پر بال☆گرمی کا مریض

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

رات کو ناپاک ہوجاتا ہوں

میری عمر 20 سال ہے اور میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے ایک ماہ میں کم از کم تین دفعہ احتلام ہوتا ہے اور بعض اوقات تو ایک ماہ میں پانچ چھ دفعہ بھی ہوجاتا ہے میں نے ایک حکیم صاحب سے ملاقات کی تو انہوں نے بتایا کہ تمہارے معدے میں گرمی ہے پھر میں نے ان سے ایک ماہ دوائی کھائی تو ایک ماہ احتلام نہیں ہوا اس کے بعد دوائی چھوڑ دیں تو پھر یہی صورت حال ہے مہربانی فرما کر مفید طبی مشورہ احتیاطی تدابیر اور غذا کا شیڈول تجویز فرمادیں۔ **(محمد عبدالباسط فاروقی، بھکر)**

مشورہ: آپ صبح کی سیر کو اپنا معمول بنالیں اور نماز کی پابندی لازمی کریں اور اپنی سوچوں کو مثبت رکھیں۔ گرم اور بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ آپ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جسم سن ہوجاتا ہے

محترم حکیم صاحب! یہ مسئلہ میرے ساتھ تقریباً چار پانچ سال سے ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ کبھی سوتے میں رات کو میری ٹانگ سو جاتی ہے، یعنی سن ہوجاتی ہے، کبھی کمر اور کبھی بازو سو جاتے ہیں اور اگر اس حالت میں کہ میری ٹانگیں وغیرہ سو جائے تو مجھ سے بستر پر کروٹ بدلنا مشکل ہوجاتا ہے، ٹانگوں میں عجیب سی سرسراہٹ سی ہوتی ہے اور اگر اٹھ کر کہیں چل کر جاؤں تو گر پڑتا ہوں۔ کبھی اگر دن میں بھی کسی چیز پر ویسے ہی لیٹ جاؤں، ٹیک لگا کر بیٹھوں تو کبھی بازو، کبھی کمر کبھی ہاتھ ٹانگیں، پاؤں سو جاتے ہیں اس کا حل ضرور بتائیے گا۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ کبھی کبھی کوئی کام کر کے اٹھوں یا ویسے ہی بیٹھا بیٹھا اٹھوں تو اچانک آنکھوں کے آگے کچھ منٹ کیلئے اندھیرا چھانے کے ساتھ سر عجیب طرح سے چکراتا ہے۔ **(عبدالغفار، نواں شہر ایبٹ آباد)**

جواب: آپ لبوب کبیر استعمال کریں اور صبح کی سیر کو اپنا معمول بنائیں۔ بکرے کا گوشت چپاتی کے ساتھ کھائیں۔ آپ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

حفاظ کو گلے کی شکایت

محترم حکیم صاحب! رمضان المبارک کی آمد آمد ہے اور میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں رمضان المبارک میں مقامی مسجد میں تراویح پڑھاتا ہوں اور اس وجہ سے قرآن سناتے ہوئے میرا گلا بیٹھ جاتا ہے اور تقریباً پورا ماہ میں گلے کی وجہ سے بڑا پریشان رہتا ہوں، سارا دن تیاری کے دوران اور رات کو تراویح سناتے ہوئے گلے میں سخت خراش محسوس ہوتی ہے۔ **(حافظ شاکر، لاہور)**

مشورہ: رمضان المبارک کا بابرکت مہینہ ہماری زندگی کے ساتھ رواں دواں ہے۔ یہ ہماری خوش نصیبی ہے کہ آپ اور ہم اس مبارک مہینے سے لطف اندوز ہورہے ہیں۔ ورنہ کتنے ایسے لوگ ہیں جو پچھلے برس ہمارے درمیان موجود تھے اور اب ہمارے درمیان نہیں۔ اس سال بھی نماز تراویح کا اہتمام ہورہا ہے آپ کی طرح کئی حفاظ کرام ہونگے جو اپنے گلے کی وجہ سے پریشان ہوں گے۔ بالکل پریشانی کی بات نہیں ہے بس اتنی احتیاط کریں کہ ٹھنڈا پانی، دہی اور دوسری کھٹائی والی چیزیں استعمال نہ کریں۔ رات سونے سے قبل نیم گرم پانی میں ایک چھوٹا ٹکڑا پھٹکڑی کا ملالیں۔ حل ہونے پر اس سے غرارے کرلیں اور صرف ایک خوراک ارجنٹم میٹ (ARG.MET30) ایک چمچ پانی میں پانچ قطرے ملا کر استعمال کریں۔ انشاءاللہ آپ آواز اور گلے سے پریشان نہیں ہونگے۔ اگر آواز زیادہ بیٹھ رہی ہو تو کوکا (COCCA. 30) کی دو تین خوراکیں ایک گھنٹہ کے وقفہ سے مندرجہ بالا طریقہ کے مطابق استعمال کریں۔

کئی ایسے حفاظ کرام بھی ہونگے جن کا یہ پہلا موقع ہوگا پڑھنے یا سننے کا، ہوسکتا ہے شروع میں تھوڑی بہت گھبراہٹ ہو، آواز میں لغزش نمایاں ہو۔ پڑھنے یا سننے کی وجہ سے کپکپاہٹ ہو۔ تو ایسے حفاظ کرام کیلئے میرا مؤدبانہ مشورہ ہے کہ دو چار دن آپ دن میں ایک آدھ پارے کی تلاوت آئینہ کے سامنے کھڑے ہوکر ضرور کریں۔ اس عمل سے آپ میں انشاء اللہ خود اعتمادی پیدا ہوگی۔

شروع کے روزوں میں عام طور پر زیادہ کھانے کی بنا پر عجیب سستی، بھاری پن ہوجاتا ہے جسے عرف عام میں کہا جاتا ہے کہ پیٹ صحیح نہیں ہے، اگر ہاضمے کیلئے کولڈ ڈرنک کو استعمال کریں گے تو خدشہ ہے کہ گلا متاثر نہ ہوجائے۔ اس لیے بہتر ہے کہ ہومیو دوا نکس وامیکا NUX.VOMICA_30 لکھی گئی ترکیب سے استعمال کریں۔ آپ سے التماس ہے کہ مجھ ناچیز کو بھی اپنی دعاؤں میں ضرور یاد رکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پیٹ میں درد

تقریباً ایک سال سے پیٹ کے مرض میں مبتلا ہوں ناف کے دائیں اور بائیں جانب دو یا تین دن بہت شدید درد رہتا ہے۔ بہت علاج کرایا فائدے کے بجائے نقصان ہوا۔ ڈاکٹر کہتے ہیں یہ گیس ہے، بدہضمی بھی ہے، کھانا ہضم نہیں ہوتا، حلق میں اٹکا رہتا ہے جس سے پیٹ میں درد ہوتا ہے اگر کھالوں تو دو گھنٹے بعد الٹی ہوجاتی ہے۔ **(قیصر، کراچی)**

مشورہ: غذا کے بعد دونوں وقت جوارش کمونی چھ گرام ہمراہ عرق بادیان دو اونس کھائیں۔ غذا شدید بھوک پر کھائیں۔ دو غذاؤں کے درمیان کچھ نہ کھائیں پئیں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

چہرے پر بال

میری عمر تقریباً 32 سال ہے میرے چہرے پر فالتو بال ہیں علاج کافی کروایا ہے وقتی طور پر فائدہ بھی ہوا مگر دوبارہ اس سے بھی گھنے اور زائد بال نکل گئے اب صورتحال یہ ہے کہ قینچی سے کاٹنے پڑتے ہیں جس سے بہت پریشان ہوں۔ **(مہناز، مظفر آباد)**

مشورہ: آپ پہلے اپنے ایام کی بے قاعدگی کو دور کریں اس کیلئے کسی مستند ادارے کی ادویات کچھ عرصہ استعمال کریں۔ اس کے ساتھ کسی اچھی سمجھدار بیوٹیشن سے مشورہ کریں۔ آپ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

رنگ کالا ہو چکا ہے

میری عمر اٹھارہ سال ہے پہلے میرا چہرہ بالکل صاف تھا لیکن اب کچھ ماہ سے میرے چہرے پر سرخ دانے ہیں اور ان

میں پانی بھر آتا ہے۔ جلد چکنی ہے جس کی بناء پر مجھے بہت عجیب سا محسوس ہوتا ہے اور ان دانوں کی وجہ سے درد بھی ہوتا ہے۔ رنگ بھی کافی کالا ہو چکا ہے۔ **(ابراہیم، لاہور)**

مشورہ: شربت عناب ایک اونس ایک کپ پانی میں حل کر کے صبح و شام پئیں۔ گرم غذاؤں سے پرہیز کریں۔ صرف دو ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ رہا ہے

میں پچھلے بیس سال سے ذیابیطس کی مریضہ ہوں، انسولین لیتی ہوں جس کی وجہ سے شوگر کنٹرول میں ہے میرا مسئلہ یہ ہے کہ پچھلے کچھ مہینوں سے میرے پاؤں کے ٹخنے اور گھٹنے درد کرنے لگ گئے ہیں۔ ان پر سوجن بھی ہوگئی ہے۔ ڈاکٹر نے پیشاب کے انفیکشن کی دوائیں استعمال کروائیں۔ سوجن قدرے کم ہوگئی لیکن گھٹنوں اور ٹخنوں میں متواتر درد موجود ہے۔ پیشاب کا انفیکشن ٹھیک ہوگیا ہے۔ میرا دوسرا مسئلہ پیٹ کا ہے وزن ساٹھ کلو ہے، قد پانچ فٹ ہے، میری ٹانگوں اور بازوؤں پر چربی بالکل نہیں ہے۔ کولہے بھی نہ ہونے کے برابر ہیں۔ میں نے ورزش بھی کر کے دیکھ لی، ادویات بھی کھا کر دیکھ لیں، تمام جسم پر اثر ہوتا ہے سوائے پیٹ کے۔۔۔۔ **(حمیرا، راولپنڈی)**

مشورہ: صبح و شام چہل قدمی کریں، انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ ذیابیطس کے مریضوں کو دل اور گردوں کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔ کولیسٹرول اور بلڈ پریشر باقاعدہ تسلسل سے وقتاً فوقتاً چیک کرتے رہنا چاہیے۔ الٹراساؤنڈ بھی کروائیں۔ نارمل ہو تو صبح و شام کی واک مفید ہے۔ غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

ہڈیوں کا ڈھانچہ

میری عمر 25 سال ہے اور گزشتہ تقریباً چھ سال سے مختلف امراض میں مبتلا ہوں۔ میں نے اوائل جوانی میں جوش و جذبات میں خود کو تباہ کرلیا تھا۔ اٹھارہ سال تک صحت پھر بھی غنیمت تھی لیکن تقریباً چھ سال قبل خسرہ کے سبب شدید اعصابی و جسمانی کمزوری میں مبتلا ہوگیا ہوں، تقریباً ایک سال بعد گرمیوں میں شدید لو لگنے کے سبب تیز بخار آ گیا تھا جو دن میں وقفے وقفے سے چڑھتا اور اترتا رہا، تقریباً ایک ہفتہ کے اس بخار نے تو مجھے بالکل تباہ و برباد کر کے رکھ دیا۔ رہی سہی جسمانی و اعصابی قوت بالکل ختم ہو کر رہ گئی۔ جسم سوکھ کر ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا۔ آنکھیں اندر کو دھنس گئیں۔ چہرہ بے رونق اور آنکھیں زرد ہوگئیں۔ اس کے بعد سے ہزار تدبیریں کر چکا ہوں لیکن نہ تو صحت بحال ہوتی ہے نہ اعصاب مضبوط ہوتے ہیں اب حالت یہ ہے کہ اچھی سے اچھی غذا کھاتا ہوں لیکن معدہ ٹھیک کام نہیں کر رہا۔ ہمیشہ گیس اور کبھی کبھی قبض بھی رہتا ہے، منہ سے ہمیشہ ناگوار سی بو آتی ہے۔ دماغ میں نزلہ سا جما ہوا معلوم ہوتا ہے جو سر کے نچلے حصے سے لے کر آنکھوں تک حرکت کرتا ہے۔ ذرا سی تیز روشنی یا دماغی کام کرنے سے سر میں درد شروع ہوجاتا ہے۔ جسمانی حالت قابل رحم ہے رنگت سیاہ ہوگئی ہے اگر کوئی تیز آواز سن لوں تو دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی ہے۔ **(عبدالجبار، ملتان)**

مشورہ: جوارش جالینوس تین تین گرام غذا کے بعد دن میں تین بار کھائیں۔ پندرہ دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا میں صرف بکرے کا گوشت اور روٹی کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

گرمی کا مریض

میری عمر 22 سال ہے اور کافی عرصہ سے گرمی کا مریض ہوں، دوائیں وغیرہ کھاتا ہوں مگر وقتی آرام ہوتا ہے، دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے بدخوابی بہت زیادہ ہوتی ہے جس کی وجہ سے نماز میں بھی پریشانی ہوتی ہے مگر اب کچھ دوائیاں کھانے کے بعد کافی کم ہوگیا ہے۔ **(ابراہیم، چیچہ وطنی)**

مشورہ: شربت بزوری معتدل 2 اونس ایک گلاس پانی میں ملا کر صبح و شام پئیں۔ انڈا اور گرم مصالحے نہ کھائیں۔ جسم میں گرمی زیادہ ہوگئی ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جوانی واپس نہیں آئی

میری عمر 22 سال ہے غیر شادی شدہ ہوں غلط سوسائٹی کی وجہ سے جوانی برباد کرلی ہے۔ شادی نزدیک ہے۔ دو سال سے برے کام چھوڑ دیئے ہیں لیکن صحت اور جوانی واپس نہیں آئی۔ غذا جزو بدن نہیں بنتی۔ کمر میں اور ٹانگوں میں درد ہوتا ہے۔ کوئی اچھا سا علاج بتائیں۔ **(قیصر، بہاولپور)**

مشورہ: اچھی عمدہ متوازن غذا کھائیں۔ کھیل کود میں حصہ لیں، غم و فکر سے دور رہیں۔ صحت بحال ہوگی اور اپنے وقت پر جوانی بھی آئے گی۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

اگر ہچکی نہ رکتی ہو تو۔۔۔!

جس بندے کی ہچکی بند نہ ہوتی ہو وہ مور کے پَر کا اوپر والا حصہ جلا کر اس کی راکھ تین ماشہ اکٹھی کر کے اس میں شہد ملا کر تھوڑا تھوڑا استعمال کریں، شہد کی مقدار ایک بڑا چمچ ہو اس میں تین ماشے راکھ ملا لیں، ہچکی ختم ہوجائیگی۔ **(سید شہباز علی بخاری)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، سا گودانہ، کھچڑی، بند، رس، ڈبل روٹی، کھیرے، کھیرے کا سالن، مونگی کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دہی میٹھا، براؤن بریڈ، سلاد، امرود، گنڈیری، انار، تربوز، گرما سردا، خربوزہ، حلوہ کدو، پپیتہ، کیلا، چھلکا اسپغول، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ گاجر، پیٹھے کا حلوہ، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سونف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، انگور، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر یا لک پیٹھا، خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، سا گودانہ، کھچڑی، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک رس ہمراہ چائے، ڈبل روٹی، بند، براؤن بریڈ، کیلے کا ملک شیک، گاجر کا جوس، گنے کا تازہ رس، ابلا ہوا پانی، ابلے ہوئے چاول، نمکین دلیہ، دیسی مرغی کی یخنی، انار، انگور، مسمی، میٹھا، لیچی، امرود، کھیرا، چھاچھ، کدو، ناریل کا پانی۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں ہر قسم کی، دیسی انڈے آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، نہاری، پائے، دال مونگی، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور تازہ، چھوہارے، روغن زیتون، انجیر شہد، چنے بھنے، کباب، پیاز کی سلاد، ناریل منقی، روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پستہ، چلغوزہ، کاجو، مچھلی، گاجر کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، لونگ کا قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، مربہ تمام قسم، جو کا ستو، اونٹ کا گوشت، کشمش انگور، آم، گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری، گھیا کدو، ٹینڈے، چھوٹا گوشت، کریلے، دال مونگی، دیسی مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی، جو کا دلیہ، سا گودانہ، ہریسہ، کھچڑی، عرق سونف، عرق پودینہ، انجیر تھوڑی مقدار میں، ڈبل روٹی سادہ براؤن بریڈ، رس میٹھی، خرفہ کا ساگ، پائے، نہاری، آملیٹ، پشاوری قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں، ڈرائی فروٹ، زیتون کا پھل، پھیکا دودھ، چنے بھنے، روغن زیتون، دیسی انڈے کی زردی، چھوٹا مغز

بیٹیو! یہ اصول گرہ میں باندھ لو!!

حیاء مستور، کراچی

سب سے پہلے تو یہ یاد رہے کہ سبزیاں کاٹنے سے پہلے اچھی طرح دھولی جائیں۔ انہیں کاٹ کر دھونے سے ان کے اہم غذائی اجزا خاصی مقدار میں پانی کے ساتھ ضائع ہوجائیں گے اور ابالنے کے بعد بچے ہوئے پانی کو ضائع کرنا صحت کے لحاظ سے مزید غذائی فضول خرچی میں آئے گا

بہتر خانہ داری اور خاندان کے عزیز اور قریب از دل افراد کے علاوہ خود خاتون خانہ کی اپنی صحت ٹھیک اور مستحکم رہنا ضروری ہوتا ہے۔ اس سلسلے میں بڑی بوڑھیوں کے بہت سے اصول تجربے کی کسوٹی پر پورے اترتے ہیں اور بہت سے جدید تحقیق اور تجربات کی روشنی میں اتنے درست ثابت نہیں ہوتے جتنے کہ سمجھے جاتے ہیں۔

مثلاً آلو کے کباب بنانے کیلئے انہیں چھیل کر ابالنے کا طریقہ اس حد تک تو درست تھا کہ اس طرح کھولتے پانی میں انہیں ڈالنے سے یہ جلد گل جاتے تھے لیکن اب یہ ثابت ہوگیا ہے کہ انہیں دھو کر بغیر چھیلے ٹھنڈے پانی میں ڈال کر ابالنا زیادہ درست ہوتا ہے کیونکہ اس طرح ان کا پچاس فیصد کے بجائے صرف 20 فیصد حیاتین ج (وٹامن سی) ضائع ہوتا ہے۔ اسی سے دوسری سبزیوں کے بارے میں بھی اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

اس سلسلے میں ہر بیٹی کو یہ چند اصول گرہ میں باندھ لینے چاہئیں۔

سبزیوں کے بیرونی چھلکے نہ اتاریئے: سبزیوں کے بیرونی چھلکوں یا پتوں میں غذائی اجزاء سب سے زیادہ ہوتے ہیں۔ آلو کے بارے میں آپ پڑھ چکے اسی طرح لوکی، توری، شلجم اور چقندر وغیرہ کے چھلکوں میں بھی غذائی اجزاء زیادہ ہوتے ہیں۔ لوکی دیکھ کر نرم لی جائے تو اسے چھلکے سمیت پکایا جاسکتا ہے۔ چقندر اور شلجم کا پتلا بیرونی چھلکا ابلنے کے بعد اتارا جاسکتا ہے۔

کم پانی کا استعمال: سبزیوں کے پکانے کیلئے پانی جتنا کم استعمال ہو، بہتر ہے۔ اس طرح زائد پانی پھینکنے کی ضرورت پیش نہیں آئے گی اور اس پانی میں حیاتین اور غذائی اجزاء زیادہ موجود ہوں گے۔ تجربہ کرکے دیکھئے آلو، لوکی، شلجم، مولی، گاجریں وغیرہ دھیمی آنچ پر خود اپنے پانی میں گل جاتے ہیں۔ انہیں ابالنے کے بجائے دم پر بھی پکایا جاسکتا ہے۔ آلو گرم راکھ میں اب بھی پکائے جاتے ہیں۔ اسی طرح پہلے گاجریں، بینگن وغیرہ بھی گرم راکھ میں بھلبھلا کر استعمال کیے جاتے تھے اور انہیں زیادہ قوت بخش سمجھا جاتا تھا۔ انہیں تھوڑے تیل میں بھون کر بھی گلایا جاسکتا ہے یا بھاپ پر بھی یہ گلائے جاسکتے ہیں۔ پکانے کیلئے زیادہ پانی استعمال کرنے سے حیاتین ج کے علاوہ پانی میں حل ہونے والے تمام حیاتین سبزی سے نکل کر پانی میں چلے جاتے ہیں۔ یہ پانی ٹھنڈا کرکے پودوں کو دیا جائے تو وہ خوب پھلتے پھولتے ہیں۔

سبزیاں کبھی نہ ابالیے: انہیں کسی برتن میں رکھ کر اس برتن کو ڈھک کر کھولتے پانی میں رکھ کر سبزیاں گلایئے۔ اب تو پریشر ککر کے ساتھ آنے والے ڈبوں سے بھی یہ کام لیا جاسکتا ہے۔ اس طرح ابلی یا گلی سبزیوں میں حیاتین اور دیگر غذائی اجزا معدنی نمک وغیرہ دگنی مقدار میں محفوظ رہتے ہیں۔

پانی نہ پھینکئے: سب سے پہلے تو یہ یاد رہے کہ سبزیاں کاٹنے سے پہلے اچھی طرح دھولی جائیں۔ انہیں کاٹ کر دھونے سے ان کے اہم غذائی اجزا خاصی مقدار میں پانی کے ساتھ ضائع ہوجائیں گے اور ابالنے کے بعد بچے ہوئے پانی کو ضائع کرنا صحت کے لحاظ سے مزید غذائی فضول خرچی میں آئے گا۔ ایسے پانی کو بطور سوپ پینا زیادہ فائدہ مند ثابت ہوتا ہے یا پھر اسے کسی بھی ڈش کی تیاری میں پانی کی جگہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسی میں چاول گلائے جاسکتے ہیں۔ سبزی ترش نہ ہو تو بچوں کی غذا اس پانی میں تیار کی جاسکتی ہے۔

کم وقت میں تیار کیجئے: سبزیاں بہت کم وقت میں تیار ہوجاتی ہیں۔ انہیں دیر تک چولہے پر رکھنے سے ان کے غذائی اجزا اتنے ہی زیادہ ضائع ہوجاتے ہیں۔ ہر سبزی کے گلنے کا بالکل درست وقت کا اندازہ کرکے اتنے ہی وقت میں اسے تیار کیجئے۔ پریشر ککر اور مائیکرو ویو میں تو یہ چند منٹ ہی کی بات ہوتی ہے۔ اب تو ان کے ساتھ مختلف کھانوں کی تیاری کا ٹائم ٹیبل بھی آتا ہے۔

اپنی ناک سے کام لیجئے: جس طرح چاول دم ہونے کا اندازہ ان کی خوشبو سے ہوجاتا ہے اسی طرح سبزیوں کی خوشبو سے ان کے پک کر تیار ہونے کا اندازہ بھی آسانی سے لگایا جاسکتا ہے۔ تیار نہ ہو تو تھوڑی دیر مزید دم پر رکھنے سے سبزی تیار ہوجاتی ہے۔

کم سے کم کاٹئے: سبزیوں کی غذائیت برقرار رکھنے کیلئے انہیں بہت باریک نہیں کاٹنا چاہیے ان کے ٹکڑے جتنے بڑے ہوں، بہتر ہے۔ آپ انہیں بعد میں مطلوبہ سائز میں کاٹ سکتے ہیں۔ اس طرح ان کے غذائی اجزا زیادہ محفوظ رہتے ہیں البتہ تلنے کیلئے ان کے چھوٹے ٹکڑے کیے جاسکتے ہیں۔

اب نہ تو لکڑی کے چولہے ہیں نہ تندور کہ ان کی گرم بھوبل میں آلو، گاجریں گلائی جائیں۔ اب یہ کام گرم اوون سے لیا جاسکتا ہے۔ اس طرح دھیمی آنچ پر تیار ہونے والے آلو وغیرہ زیادہ مزیدار بھی ہوتے ہیں اور غذائیت بخش بھی۔ اسی طرح مکئی کے تازہ بھٹوں کو چند پتوں سمیت بھوننے کے بعد پتے دور کرکے کھانے کا لطف ہی اور ہوتا ہے۔

کھانے میں دیر نہ کیجئے: کیونکہ وقت گزرنے کے ساتھ سبزیوں کے حیاتین بھی ضائع ہونے لگتے ہیں مثلاً تازہ پکے ہوئے لوبیے، سیم کی پھلیوں میں موجود 83 فیصد حیاتین ج دوبارہ گرم کرنے پر صرف 29 فیصد رہ جائے گا۔ اسی طرح حیاتین الف اور حیاتین ''کے'' کی مقدار بھی گھٹ جاتی ہے، اسی لیے جتنا کھانا ہو اتنا ہی پکایئے اور تازہ تازہ کھایئے۔

لوہے کے برتن میں پکایئے: آپ جانتے ہیں کہ لوہے کے برتن میں تیار ہونے والے پکوان میں فولاد زیادہ شامل ہوتا ہے اور یوں جسم میں خون کی کمی کا قدرتی علاج ہوجاتا ہے۔ سبزیوں میں پالک فولادی سبزی کہلاتی ہے، کیونکہ اس میں فولاد قدرتی طور پر موجود ہوتا ہے۔ اگر پالک کو لوہے کے توے یا کڑاہی میں پکایا جائے تو اس میں مزید فولاد شامل ہوجاتا ہے۔ اس بات کی تصدیق ہوچکی ہے کہ جن لوگوں کو فولاد کے شربت اور گولیاں موافق نہ آرہے ہوں وہ اگر روزانہ ایک مٹھی تازہ پالک لوہے کے توے یا کڑچھے میں ادھ کچا پکا کر کھائیں تو کمی خون کی شکایت آسانی سے دور ہوجاتی ہے۔ جسم قدرتی فولاد زیادہ آسانی سے ہضم کرلیتا ہے۔ اسی طرح دہی جماتے وقت لوہے کا صاف ٹکڑا اس میں ڈال دینے سے دہی میں فولاد شامل ہوکر آسانی سے جزو بدن ہوتا ہے۔

لوہے کے کڑچھے میں انڈے کا خاگینہ یا اسکریمبل تیار کرنے سے اس میں فولاد کی مقدار دوگنی ہوجاتی ہے۔ اسی طرح لوہے کے برتن میں تیار ہونے والے کئی کھانوں میں فولاد شامل کیا جاسکتا ہے۔ لوہے کے برتن میں ٹماٹر پکانے سے اس میں فولاد کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ برصغیر میں مٹھائیوں کی تیاری میں لوہے کے برتن ہی استعمال ہوتے ہیں۔

غرض یہ کہ آج کی بیٹیوں کا (جو کل بیوی اور ماں بننے والی ہیں) غذائیت کی اہمیت سے آگاہ ہونا بہت ضروری ہے۔ وہ ان اصولوں کو برتتے ہوئے اپنے گھر کے افراد کی صحت بہتر رکھ سکتی ہیں۔ خود ان کی صحت بھی اچھی رہے گی جو عمدہ خانہ داری کا ایک اہم راز ہے۔

السلام علیکم کے فضائل و فوائد

انجینئر ظفریاب علی شاہ

قرآن حکیم نے فرمایا کہ جب فرشتے مومنوں کی روح کو قبض کرنے آتے ہیں تو السلام علیکم کہتے ہیں اسی طرح جنت کے فرشتے جنتیوں کو سلام کریں گے اور یہاں تک کہا گیا ہے کہ وہ ہر دروازے سے داخل ہوکر السلام علیکم کہیں گے۔

مشکوٰۃ شریف کی حدیث مبارکہ ہے کہ فرمایا نبی کریم ﷺ نے کہ تم جنت میں نہیں جاسکتے جب تک کہ مومن نہیں بنتے اور تم مومن نہیں بن سکتے جب تک کہ ایک دوسرے سے محبت نہ کرو۔ میں تمہیں وہ تدبیر نہ بتادوں جس کو اختیار کرکے تم ایک دوسرے سے محبت کرنے لگو اور پھر فرمایا کہ آپس میں سلام کو پھیلاؤ۔

ایک دوسری مسلم شریف کی حدیث مبارکہ ہے کہ ایک مسلمان کا دوسرے مسلمان پر یہ حق ہے کہ جب وہ اپنے مسلمان بھائی سے ملے تو سلام کرے۔ ایک دوسرے کو سلام کرنا سلامتی اور عافیت کی جامع ترین دعا ہے۔ آپ جب کبھی اپنے مسلمان بھائی سے ملتے ہوئے السلام علیکم کہتے ہیں تو اس کہ معنی یہ ہوا کرتے ہیں کہ خداوند کریم تمہیں ہر قسم کی سلامتی اور عافیت سے نوازے خدا تمہارے گھر بار کو سلامت رکھے تمہاری جان و مال سلامت رہے اللہ تمہارے اہل وعیال اور متعلقین کو سلامت رکھے تمہارا ایمان بھی سلامت رہے اور دین بھی۔ دنیا بھی سلامت رہے اور آخرت بھی، خدا تمہیں ان سلامتیوں سے بھی نوازے جو میرے علم میں ہیں اور ان سے بھی جو میرے علم میں نہیں ہیں۔

میرے دل میں تمہارے لیے خیر خواہی محبت اور خلوص کے جذبات ہیں اس لیے میری طرف سے گمان بھی نہ کرنا کہ میرے طرز عمل سے تمہیں کبھی دکھ ہوگا۔ یعنی دوسرے الفاظ میں یہ کہ ایک مسلمان السلام علیکم کہہ کر دوسرے مسلمان کو سلامتی اور عافیت کی تمام دعائیں دے دیتا ہے آپ اندازہ لگائیں کہ جب یہ الفاظ سمجھ کر شعور کے ساتھ اپنی زبان سے نکالتے ہیں تو مخاطب کے دل پر اس کے کیا اثرات مرتب ہوں گے۔ السلام علیکم کے الفاظ ادا کرکے اگر کسی بھائی کا آپ استقبال کرتے ہیں تو آپ یہ کہتے ہیں کہ خدا تجھے سلامتی اور عافیت سے نوازے جو عافیت کا سرچشمہ ہے جس کا نام ہی اسلام ہے اور وہی سلامتی اور عافیت پاسکتا ہے جس کو وہ سلامتی عطا فرمائے اور جس کو وہ سلامتی سے محروم کردے وہ اس جہان میں بھی سلامتی سے محروم اور اس جہان میں بھی سلامتی سے محروم۔ سلام خداوند تعالیٰ کے ناموں میں سے ایک نام ہے جس کو خدا نے زمین میں زمین والوں کیلئے رکھ دیا ہے اس لیے فرمایا کہ اس کو زمین پر خوب پھیلاؤ۔

حدیث مبارکہ ہے کہ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جب اللہ نے حضرت آدم علیہ السلام کو پیدا فرمایا تو فرشتوں کی جماعت کے پاس بھیجتے ہوئے یہ حکم دیا کہ جاؤ اور ان فرشتوں کو سلام کرو اور ان کے سلام کے جواب میں وہ جو دعا دیں تو اس کو غور سے سنو اور اس دعا کو محفوظ بھی رکھنا کیونکہ یہ تمہاری اور تمہاری اولاد کی دعا ہوگی۔ چنانچہ حضرت آدم علیہ السلام فرشتوں کے پاس پہنچے اور کہا السلام علیکم تو فرشتوں نے جواب میں السلام علیک ورحمۃ اللہ کہا یعنی رحمۃ اللہ کا اضافہ کردیا۔ **(بخاری شریف)**

قرآن حکیم نے فرمایا کہ جب فرشتے مومنوں کی روح کو قبض کرنے آتے ہیں تو السلام علیکم کرتے ہیں اسی طرح جنت کے فرشتے جنتیوں کو سلام کریں گے اور یہاں تک کہا گیا ہے کہ وہ ہر دروازے سے داخل ہوکر السلام علیکم کہیں گے۔ اہل جنت بھی ایک دوسرے کا استقبال انہی الفاظ سے کریں گے اور خداوند تعالیٰ کی طرف سے بھی ان کیلئے سلام اور رحمت کی صدائیں ہوں گی جیسا کہ سورہ یٰسین میں فرمایا گیا سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ ﴿یٰسین ۵۸﴾ اس سے پتہ چلتا ہے کہ سلام کی کیا اہمیت ہے بدقسمتی سے آج ہم نے سلام کا استعمال بھی چھوڑ دیا ہے اور اگر ہم سلام کو لوگوں میں عام کردیں ہر فرد جب دوسرے سے ملے خواہ وہ دن میں سو مرتبہ ملے سلام کہے تو ہوسکتا ہے کہ جو آج ہم پر نحوست کے بادل چھائے ہوئے ہیں۔ خدا کی طرف سے سلامتی اور عافیت کا پیغام آئے اور ہم اس بھنور سے نکل جائیں جس میں آج ہم پھنسے ہوئے ہیں بلکہ دن بدن پھنستے ہی جارہے ہیں۔

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں جو اپنے مسلمان بھائی سے ملے اور اس کو سلام کرے اور اگر درخت، دیوار اور پتھر کی اوٹ بیچ میں آئے اور پھر دوبارہ نظر آئے پھر سلام کرے خواہ وقفہ چند سیکنڈ کا ہی کیوں نہ ہو۔

حضرت حذیفہ بن سمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جب دو مومن ملتے ہیں اور سلام کے بعد مصافحہ کیلئے ایک دوسرے کا ہاتھ اپنے ہاتھ میں لیتے ہیں تو دونوں کے گناہ ایسے جھڑ جاتے ہیں جس طرح درخت سے سوکھے پتے۔ **(طبرانی)**

مولانا وحید الدین خان

ہر مسئلے کا حل دستیاب ہے

آدمی کو چاہیے کہ وہ ماضی کی طرف دیکھنے کے بجائے مستقبل کی طرف دیکھے۔ وہ ہر کھونے کے بعد دوبارہ پانے کی کوشش کرے

حقیقت یہ ہے کہ اس دنیا میں ہر چیز کا توڑ ہے۔ یہاں خطرات کے مقابلہ میں ہمیشہ امکانات کی تعداد زیادہ ہوتی ہے۔ بشرطیکہ مسائل پیش آنے کے بعد آدمی اپنی ہمت کو نہ کھوئے۔ وہ خدا کی دی ہوئی عقل کو استعمال کرکے خطرہ کا توڑ دریافت کرسکے۔ یہی بات حدیث میں ان لفظوں میں کہی گئی ہے کہ ''ایک مشکل دو آسانی پر ہرگز غالب نہیں آسکتی'' یعنی اس دنیا میں اگر عسر (مشکل) ایک ہے تو اس کے مقابلہ میں یسر (آسانی) کی مقدار اس کا دگنا ہے۔ یہاں اگر ایک راستہ میں رکاوٹ حائل ہوتی ہے تو وہیں دوسرا راستہ آگے بڑھنے کیلئے کھلا ہوا ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں فریاد اور احتجاج نہ صرف بے فائدہ ہے بلکہ وہ خود خدا کے خلاف عدم اعتماد کا اظہار ہے۔ یہ خدا کی خدائی کی تصغیر ہے۔ فریاد واحتجاج کرنے والا شخص بیک وقت دو نقصان کرتا ہے۔ ایک یہ کہ وہ اپنی ناکامی کو دوبارہ کامیابی بنانے کے امکان کو استعمال کرنے سے محروم رہ جاتا ہے۔ دوسرے یہ کہ وہ خدا کی نظر میں اس بات کا مجرم قرار پاتا ہے کہ اس نے ایک کامل دنیا کو ناقص دنیا بنانے کی جسارت کی۔ حقیقت یہ ہے کہ یہ دنیا اتھاہ امکانات کی دنیا ہے۔ ماضی کی کوئی کوتاہی مستقبل کے مواقع کو برباد نہیں کرتی۔ دشمن کی کوئی کاروائی ایک نئی برتر کاروائی کے امکان کو ختم نہیں کرتی۔ ہر نقصان کے بعد یہ موقع بدستور باقی رہتا ہے کہ آدمی ازسرنو کوشش کرکے دوبارہ اپنے آپ کو کامیاب بنالے۔ آدمی کو چاہیے کہ وہ ماضی کی طرف دیکھنے کے بجائے مستقبل کی طرف دیکھے۔ وہ ہر کھونے کے بعد دوبارہ پانے کی کوشش کرے۔ وہ ہاری ہوئی بازی کو محنت اور عمل کے ذریعہ ازسرنو جیت لے۔

زوجین کی محبت کیلئے درود شریف

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّبَارِكْ وَسَلِّمْ اَلْفَ اَلْفَ مَرَّةٍ وَّاَلْفَ اَلْفَ ذَرَّةٍ۔ یہ درود شریف لکھ کر ایک قرآن پاک میں اور دوسرا کسی پھل دار درخت کے ساتھ باندھیں اپنی بیوی کا خاوند کا نام درود شریف کے نیچے معہ والدہ لکھیں۔ اس درود شریف کو کثرت سے پڑھا جائے انشاء اللہ زوجین میں مثالی محبت پیدا ہوجائیگی۔ **(پوشیدہ)**

روزے سے بیماریوں کا شافی علاج

بنت ساجد محمود

روزہ گردہ کی بیماری کا بھی علاج ہے اور روزہ رکھنے والے شخص کا پیشاب سب بیماریوں کا خود علاج کر لیتا ہے۔ روزہ سے جسمانی بافت میں جمع شدہ پانی جل جاتا ہے اور گردوں کے سکڑنے سے بلڈ پریشر کا مرض پیدا ہوتا ہے وہ بھی روزہ سے دور ہو جاتا ہے

پروردگار عالم کا کوئی حکم حکمت سے خالی نہیں ہوتا اور اسی رب رحیم و کریم کی اطاعت و بندگی میں کامیابی کا راز مضمر ہے۔ اس ذات عالی صفات نے زندگی گزارنے کا ایک مکمل ضابطہ عطاء فرمادیا ہے۔ دیگر احکامات الٰہیہ کی طرح ہم پر روزے رمضان میں فرض کیے گئے ہیں۔ ان کا اصل مقصد تو تقویٰ پیدا کرنا ہے مگر جسمانی اور طبی لحاظ سے روزہ کے اندر شفائی اثرات موجود ہیں۔

روزے سے جسمانی بیماریوں کے علاج کا طریقہ: ذیل میں بیان کیا جاتا ہے کہ روزہ کس کس طرح جسمانی بیماریوں کا علاج ہے۔ **دل کے امراض:** روزہ دل کے مریضوں پر کوئی برے اثرات نہیں ڈالتا' البتہ بعض حالات میں دل کے مریضوں کو اپنے معالج کے مشورے سے روزہ سے پرہیز کرنا چاہیے۔ مرض قلب میں محتاط فاقے سے فائدہ ہوتا ہے۔ آرتھرائٹس کی بیماری ایسے فاقے سے بالکل دور ہو جاتی ہے یا اس میں کمی آجاتی ہے وجع المفاصل میں بھی فاقہ علاج ہے۔

ذہنی امراض: ذہنی امراض کے مریضوں کے لیے روزہ کسی تحفہ سے کم نہیں' روزہ سے وہ ڈسپلن حاصل ہوتا ہے جس سے ذہنی امراض سے نجات حاصل ہو جاتی ہے۔

دانتوں کے امراض: روزہ کی حالت میں کئی گھنٹے خوراک سے پرہیز کیے جانے سے کھانے کے ذرات مسوڑھوں میں نہیں رکتے اور مسوڑھے مضبوط اور دانتوں کی صفائی ہو جاتی ہے۔ منہ کی بدبو بھی جو ہر وقت الا بلا کھانے کی وجہ سے آتی ہے دور ہو جاتی ہے اور دانتوں کے ہلنے کی تکلیف اور ڈاڑھوں کے سوراخوں کا بھی علاج ہو جاتا ہے۔

دمہ کا مرض: دمہ کے مرض میں بھی روزہ شفائی ہے اور الرجی سے پیدا ہونے والا دمہ بھی اس سے دور ہوتا ہے اور گلے کی سوزش اور تحریک بھی کم ہو جاتی ہے۔

زنانہ امراض: روزہ زنانہ امراض میں بھی مفید ثابت ہوتا ہے۔ ایام کی بے قاعدگی اس سے دور ہو جاتی ہے' ہارمونز کی عدم توازن کی حالت جسم کو فربہ بناتی ہے چنانچہ روزہ اس سے بھی بچاتا ہے اور فربہی کم کرنے کا روزہ بہترین علاج ہے۔ دوران حمل قے کی شکایت اس سے دور ہو جاتی ہے اور اسقاط حمل کا مرض بھی روزے سے دور ہوتا ہے۔

گردے کے امراض: روزہ گردہ کی بیماری کا بھی علاج ہے اور روزہ رکھنے والے شخص کا پیشاب سب بیماریوں کا خود علاج کر لیتا ہے۔ روزہ سے جسمانی بافت میں جمع شدہ پانی جل جاتا ہے اور گردوں کے سکڑنے سے بلڈ پریشر کا مرض پیدا ہوتا ہے وہ بھی روزہ سے دور ہو جاتا ہے۔

جلدی امراض: جلد کی صحت پر تمام جسم کی صحت کا دارومدار ہے۔ جو شخص کسی جسمانی تکلیف کا شکار ہوتا ہے اور اس میں کوئی اندرونی بیماری ہوتی ہے۔ اس کی جلد صاف نہیں ہوتی۔ جلدی امراض یعنی پھوڑے' پھنسیوں میں بھی روزہ بہت مفید ہے۔ بعض لوگ چہرے کے مہاسوں اور دانوں کا شکار ہوتے ہیں اس کا علاج بھی روزے میں پوشیدہ ہے۔

معدے کے امراض: روزہ معدے کی تکلیف بھی دور کرتا ہے یہ نظام ہضم کو مضبوط بناتا ہے اور جسم میں چربی اور نمکیات کو معتدل بناتا ہے چنانچہ سارا سال جو معدے پر اضافی بوجھ پڑتا ہے رمضان المبارک کے ایک ماہ کے روزے معدے کا ورم' کھچاؤ' السر و کینسر' قے' ڈکار' منہ میں پانی بھر آنا اور بھوک کی کمی جیسی بیماریاں کافی حد تک دور کر دیتے ہیں۔

بچوں کے امراض: چھوٹے بچوں کو جب روزہ رکھوایا جاتا ہے تو اس سے بھی حیرت انگیز فوائد حاصل ہوتے ہیں سرخ بخار' حلق کے زخم' خناق' کالی کھانسی اور بچوں میں فالج کی علامات پیدا ہوتے ہوئے روزہ رکھوانے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

بلڈ پریشر: روزہ بلند فشار خون کے مریضوں کیلئے نہایت فائدہ مند ہے۔ روزہ بلڈ پریشر کو بڑھنے سے روکتا ہے' خون کا دباؤ' تفکرات' غیر معمولی مصروفیات اور طرح طرح کی نفسیاتی الجھنوں سے بڑھ جاتا ہے۔ مستقل غصہ سے بھی یہ شکایت پیدا ہو جاتی ہے جسم میں چربی کی شرح بڑھ جانے سے اس کے اجزاء شریانوں میں پھنسنے لگتے ہیں تو دل کو زیادہ زور لگانا پڑتا ہے جس سے بلڈ پریشر ہائی ہو جاتا ہے۔ فاقے سے زائد چربی جلتی ہے اور اس طرح بلڈ پریشر کے مریضوں کو روزے سے بہت فائدہ پہنچتا ہے۔ روزہ وزن کو کم کرنے اور بلڈ پریشر کو اعتدال پر رکھنے میں نہایت اہم کردار ادا کرتا ہے۔

ذیابیطس کا مرض: جو شوگر یا ذیابیطس کے مریض گولیوں یا خوراک کے ذریعے علاج کررہے ہوتے ہیں ان کیلئے روزہ بہت مفید ہے۔ سحر و افطار میں مناسب خوراک کا استعمال کر کے شوگر کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ شوگر کے مریض کے خون میں انسولین کی مقدار کم اور شوگر کی زیادہ ہوتی ہے کیونکہ دوران روزہ کھانے پینے سے پرہیز کیا جاتا ہے اس لیے خوراک سے حاصل شدہ ساری گلوکوز دوران روزہ استعمال ہو جاتی ہے اور سحری سے افطار تک انسولین کی کافی مقدار حاصل ہو جاتی ہے جو مریض کیلئے مفید ہے اور مریض صحت کی جانب گامزن ہوتا ہے۔ بعض اوقات شوگر کے مریضوں کو معالج کے مشورے سے روزہ سے پرہیز بھی کروایا جاتا ہے۔

جسمانی کمزوری کا علاج: جب انسان زیادہ لاغر ہو جاتا ہے تو اسے غذا سے بہت کم فائدہ پہنچتا ہے کیونکہ پھر نہ اس کی غذا ہضم ہوتی ہے نہ جزو بدن بنتی ہے چنانچہ ایسی حالت میں روزہ مفید ثابت ہوتا ہے کیونکہ غذا کی مقدار کم کرنا آخر میں عموماً طاقت اور شگفتگی کا باعث بنتا ہے۔ بعض لوگ کافی کھانے کے باوجود لاغر رہتے ہیں ان کیلئے روزہ بہت مفید ہے۔

جنون اور دیوانگی کا علاج: روزہ اس دیوانگی کو بھی دور کرتا ہے جو خون میں زہریلے مادے شامل ہونے کے باعث ہوتی ہے اور اگر دماغی حالت درست نہ ہو یا کسی صدمے سے کوئی دماغی تکلیف ہو تو روزہ بہت مفید ہے اور اس وقت تک روزہ رکھنا چاہیے جب تک کہ حالت مکمل درست نہ ہو جائے۔

کینسر کا علاج: حالیہ تحقیقی مطالعہ ثابت کرتا ہے کہ روزہ کینسر کے خلیوں کی افزائش روک کر اس مرض سے محفوظ رکھتا ہے۔ کینسر کے خلیے پروٹین کے چھوٹے ذرات سے بنتے ہیں اور روزہ میں جسم میں پروٹین کی مقدار کم ہوتی ہے چنانچہ ان کی افزائش نہیں ہوتی اور کینسر کے مرض کی روک تھام ہوتی ہے۔

حرف آخر: روزہ اکثر جسمانی امراض میں حفظ ماتقدم اور شفاء ہے۔ لیکن روزہ کا اصل مقصد اپنے مولا کی اطاعت و فرمانبرداری ہی ہے۔ اپنے رب کریم کی بندگی میں ہی بھلائی اور بہتری کا راز پوشیدہ ہے۔ رب کریم سے دعا گو ہوں ہم سب کو اس مقدس ماہ مبارک میں اپنی رضا کے مطابق روزے رکھنے کی توفیق عطائی فرمائے اور اس ماہ مبارک کی تمام برکات سمیٹنے کی توفیق دے اور ہم سب سے راضی ہو جائے۔ آمین!

روزہ جدید سائنس کی کسوٹی پر

کیلیفورنیا (امریکہ) کے ایک ڈاکٹر لوگان نے لکھا ہے کہ جب وہ بیمار ہوتے ہیں تو روزہ رکھ کر صحت یاب ہوجاتے ہیں اس طرح دیگر معالجین اور لوگوں کے تجربات سامنے آئے تو مغرب کے ماہرین طب و سائنس اس جانب متوجہ ہوئے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا ”روزہ رکھا کرو تندرست رہا کرو گے۔“ **(طبرانی)**

ڈاکٹر ایمرسن کے نزدیک فاقہ کی بہترین صورت: ڈاکٹر ایمرسن اپنی تحقیق کی روشنی میں کہتے ہیں کہ فاقے کی بہترین صورت وہ روزہ ہے جو اہل اسلام کے طریق سے رکھا جاتا ہے۔ میں یہ مشورہ دوں گا کہ جب کسی کو فاقہ کرنے کی ضرورت پڑے وہ اسلامی طریق سے روزہ رکھے اور ڈاکٹر جس طریق سے فاقہ کراتے ہیں وہ بالکل غلط ہے۔

فاقے (روزے) کے اثرات: بعض لوگ فاقے کے پہلے یا دوسرے دن اپنے آپ کو بیمار محسوس کرتے ہیں لیکن آہستہ آہستہ ان کی طبیعت بحال ہونے لگتی ہے اور وہ اپنے آپ کو پہلے سے بھی بہتر محسوس کرنے لگتے ہیں۔ صفائی اور تنقیہ کی دوسری علامات کی طرح یہ بیماری بھی بالکل عارضی ہوتی ہے اور بالآخر انسان اپنے آپ کو بہت ہلکا پھلکا اور شاداں وفرحاں محسوس کرتا ہے۔

فاقہ اور صحت: ایک طبی ماہر کا کہنا ہے کہ روزے میں اچھی صحت کا راز پوشیدہ ہے۔ اس ماہر نے اپنے تجربے کی بنیاد پر یہ نتائج اخذ کیے ہیں کہ صحت کے بعض کہنہ مسائل جن کی کوئی خاص وجہ معلوم نہیں ہوتی اکثر فاقہ کرنے سے حل ہوجاتے ہیں۔

روزے اور ڈاکٹروں کی تحقیق: ڈاکٹروں نے یہ تحقیق کی ہے کہ ایک مہینے کے روزے رکھنے سے بہت سی بیماریاں انسان کے جسم سے خودبخود دور ہوجاتی ہیں۔ روزوں کا جسمانی طور پر بھی فائدہ ہے اور روحانی طور پر بھی...... کئی بندے وہ بھی ہوتے ہیں کہ جن کے گھر کا غسل خانہ غریب آدمی کے گھر سے بھی زیادہ مہنگا ہوتا ہے اور پورا سال وہ اپنی مرضی سے کھاتے پیتے ہیں اگر رمضان المبارک کے روزے نہ ہوتے تو ہوسکتا ہے انہیں یہ پتہ ہی نہ چلتا کہ جو غریب آدمی اپنے گھر میں بچوں کے ساتھ بھوکا ہے اس کے ساتھ کیا گزرتی ہے؟ اللہ تعالیٰ نے روزے فرض کرکے ہمارے اوپر احسان کیا۔ انسان جب سارا دن کچھ نہ کھائے کچھ نہ پیے تب خیال آتا ہے کہ جو بھوکا رہتا ہوگا اس کا کیا حال ہوتا ہوگا؟ **روزہ اور روسی ماہرین کی ریسرچ:** روسی ماہر الابدان پروفیسر وی این نکٹین نے لمبی عمر سے متعلق اپنی ایک اکسیر دوا کے انکشاف کے سلسلہ میں لندن میں 22 مارچ 1940 کو بیان دیتے ہوئے کہا کہ اگر ذیل کے تین اصول زندگی اپنا لیے جائیں تو بدن کے زہریلے مواد خارج ہوکر بڑھاپا روک دیتے ہیں۔ **اول:** خوب محنت کیا کرو‘ ایک ایسا پیشہ جو انسان کو مشغول رکھے جسم کے رگ وریشہ میں تروتازگی پیدا کرتا ہے جس سے خلیے پیدا ہوتے ہیں بشرطیکہ ایسا شغل ذہنی طور پر بھی قوت بخش ہو۔ اگر تمہیں اپنا کام پسند نہیں تو فوراً ترک کردینا چاہیے۔ **دوئم:** کافی ورزش کیا کرو‘ بالخصوص زیادہ چلنا پھرنا چاہیے۔ **سوئم:** غذا جو تم پسند کرو کھایا کرو لیکن ہر مہینہ میں کم ازکم فاقہ ضرور کیا کرو۔

قوت ارادی: ہر سلیم الفطرت آدمی اچھی اور بری چیز کو جانتا ہے لیکن بہت سے لوگوں کے ارادے کی کمزوری پرخطر لذت کشی کا سبب بنتی ہے خواہشات کا طوفان روکنے کیلئے ارادے کی پختگی بہت ضروری ہے۔ روزہ ارادے کی تقویت کیلئے بہترین عملی مشق ہے‘ آدمی کا دیر تک کھانے پینے سے رکا رہنا اسے محنت ومشقت برداشت کرنے کا عادی بناتا ہے۔ زندگی کوئی باغ جنت نہیں ہے بلکہ یہ ایک ایسا میدان ہے جس میں مقاصد کی تکمیل کیلئے پیہم مقابلہ جاری ہے اس میں رکاوٹیں بھی پیش آتی ہیں اس میں عمل پیہم اور جہد مسلسل کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ چیز طاقت وارادے کے بغیر ممکن نہیں‘ روزے میں قوت ارادی کا امتحان ہوتا ہے کیونکہ یہ ایک حقیقت ہے کہ بھوک اور پیاس کی شدت سے خواہش اور عقل کے درمیان ایک معرکہ برپا ہوجاتا ہے جس سے قوت ارادی کو تقویت ملتی ہے۔

جرمنی عالم جیہمارڈٹ نے قوت ارادی پر ایک کتاب لکھی ہے‘ انہوں نے روزے کو قوت ارادی پیدا کرنے کیلئے ایک بنیادی عمل قرار دیا‘ اس کے ذریعے ابھرنے والی خواہشات پر قابو حاصل ہوتا ہے‘ نیز اس کی سالانہ تکرار سے ارادے کی کمزوری سے حفاظت ہوتی ہے پختگی حاصل ہوتی ہے‘ انہوں نے ان لوگوں کی مثال دی جنہوں نے سگریٹ نوشی چھوڑی‘ سب سے پہلے انہیں پورے دن سگریٹ چھوڑنے پر مجبور کیا گیا جس سے ان میں ہمیشہ کیلئے چھوڑنے کا جذبہ پیدا ہوا‘ چنانچہ انہوں نے ہمیشہ کیلئے اسے چھوڑ دیا۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ”سنت نبویؐ اور جدید سائنس“ ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

محمد رمضان چوہدری

کبھی غرور نہیں کیا‘ اللہ تعالیٰ سے رورو کر دعائیں کرتا ہوں کہ اس نے مجھے اس قابل سمجھا ورنہ میں تو کچھ بھی نہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اپنے کچھ معمولات عرض کررہا ہوں۔ حتیٰ الامکان باوضو رہتا ہوں‘ فرض نمازوں کے علاوہ تہجد‘ اشراق‘ چاشت اوراوابین بھی ادا کرتا ہوں۔ آپ نے جو ذکر یَااَللّٰہُ، یَاھُوَ، یَارَحْمٰنُ، یَارَحِیْمُ، یَاحَیُّ، یَاقَیُّوْمُ، یَاذَوالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامْ۔ اکتالیس دنوں میں سوا لاکھ مسلسل پوری کررہا ہوں۔ 20ویں سوالاکھ شروع ہے۔ صبح نماز فجر کے بعد ایک پاؤ قرآن پاک‘ سورۂ یٰسین‘ سورۂ فتح‘ سورۂ حشر تلاوت کرتا ہوں۔ شام کو سورۂ الم سجدہ‘ سورۂ یٰسین‘ سورۂ الرحمٰن‘ سورۂ واقعہ‘ سورۂ الحدید‘ سورۂ ملک‘ سورۂ مزمل‘ تلاوت کرتا ہوں۔ صبح وشام تسبیحات یہ ہیں۔ کلمہ طیبہ‘ لَآاِلٰہَ اِلَّااللّٰہُ وَحْدَہٗ لَاشَرِیْکَ لَہٗ اَحَدً اَصَمَدً اَلَمْ یَلِدْ وَلَمْ یُوْلَدْ وَلَمْ یَکُنْ لَّہٗ کُفُوًا اَحَدٌ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ۔ تیسرا کلمہ‘ استغفار‘ درود شریف‘ ہر فرض نماز کے بعد مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ، اَحْمَدُ رَّسُوْلُ اللّٰہِ 35 بار کا معمول ہے۔ ہر نماز کے وقت انمول خزانہ نمبر ایک پڑھتا ہوں اور تسبیحات مندرجہ اور گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ کافرون‘ سورۂ اخلاص‘ سورۂ فلق‘ سورۂ ناس‘ سورۂ فاتحہ‘ سورۂ بقرہ کی ابتدائی پانچ آیتیں پڑھ کر تمام انبیاء کرام علیہم السلام‘ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم‘ اولیاء اکرام رحمۃ اللہ علیہم اور تمام مسلمانوں کی روح کو ایصال ثواب والدین اور تمام رشتہ داروں کو بھی۔

انمول خزانہ نمبر 2 جب بھی وقت ملے تو اٹھتے بیٹھتے پڑھتا ہوں‘ تعداد نہیں۔ خواب کبھی برے آتے ہیں‘ کبھی بہت ہی اچھے اور جب صبح کو اٹھتا ہوں سب بھول جاتا ہوں۔ نماز حاجت دو رکعت ہر رکعت میں اکیس اکیس دفعہ سورۂ اخلاص اور درود شریف کی دو تسبیحات کرکے ثواب حضرت بی بی فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا، حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ، امام حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ، امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ اور سیدنا امیر حمزہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ اور تمام اہل بیت کی نذر کرتا ہوں یہ نماز حاجت صبح تہجد سے پہلے ادا کرتا ہوں۔ **حضرت صاحب!** میں کیا تھا آپ کو علم ہے اب میں جو کچھ بھی ہوں آپ کی دعاؤں کا صدقہ ہے۔ کبھی غرور نہیں کیا‘ اللہ تعالیٰ سے رورو کر دعائیں کرتا ہوں کہ اس نے مجھے اس قابل سمجھا ورنہ میں تو کچھ بھی نہیں۔ اگر سویا ہوا ہوتا ہوں تو عین نماز تہجد کے وقت آنکھ کھل جاتی ہے جیسے کسی نے جگایا ہو۔ **حضرت صاحب!** یہ آپ کی توجہ کا اثر ہے۔

فطرت سے ہٹنے کا عبرتناک نتیجہ

ذکیہ اقتدار، بہاولنگر

شازیہ ڈرائنگ روم کا جائزہ لینے لگی صوفوں کے کور بے حد بوسیدہ ہو چکے تھے' وائٹ واش تو شاید مکان بننے کے بعد ہوئی تھی' فرش جگہ جگہ سے اکھڑا ہوا تھا' چھت پر نگاہ ڈالی تو مکڑی کے جالے جھول رہے تھے' ہما کو دیکھتے ہی شازیہ نے آنکھیں نیچے کرلیں' ہما چائے لا چکی تھی۔

ہما کی شادی کو تیرہ برس ہو چکے تھے' جب سے بیاہ کے سسرال آئی تھی سکھ اس کے نصیب میں نہیں تھا' یوں بھی میاں کلرک تھے' معمولی آمدنی تھی' میاں نے رشوت کو اپنے اوپر حرام کر رکھا تھا' رشوت لے کر وہ اپنی آخرت کو خراب نہیں کرنا چاہتے تھے۔ بیوی بچوں کی روز نئی فرمائشیں تھیں' بچوں کی فیس' یونیفارم اور نہ جانے کیا کچھ' یوں ماسی رکھنے کا تو تصور ہی نہیں تھا اس لیے سارا کام ہما کو خود ہی کرنا پڑتا' سسر تو ہما کے آنے سے پہلے ہی آخرت کو سدھار چکے تھے' ساس چار پوتے پوتیوں کے بعد آخرت کا ٹکٹ کٹا کر اپنے رب سے جا ملیں جب تک ساس سلامت تھیں ہما کو بچوں کی فکر کم ہی ہوتی تھی۔ ساس بہو پر بچوں کا بوجھ کم ہی ڈالتی تھی۔

جب سے ساس رخصت ہوئی تھی ہما بالکل بوکھلا چکی تھی کسی بچے کو ٹھنڈ لگ گئی' کسی کو بخار نے گھیر رکھا' کوئی اچھل کود کر رہا تھا تو چوٹ لگ گئی' ایک بچہ سنبھل نہیں پاتا تو دوسرے کی آمد۔ اب آٹھ بچے تھے' ساس کو بھی رخصت ہوئے چھ برس ہو چکے تھے۔ ہما مصروفیت کی ایک مشین بن گئی تھی۔ صفائی سے لیکر سلائی تک خود کرتی' پھر آٹھ بچوں کو تین وقت صحیح وقت پر کھانا دینا۔

آج وہ دوپہر کے تمام کام نمٹا کر لیٹی ہی تھی کہ نیند کی جھپکی آ گئی اور وہ سو گئی۔ تھوڑی ہی دیر ہوئی کہ بچوں کے لڑنے اور رونے کی آوازیں آنے لگیں بچوں کا جھگڑا خاصا زور پکڑ گیا' مار پٹائی ہونے لگی' ہما نے لیٹے لیٹے بڑی بیٹی کو آواز دی بچوں کو سمجھا کر پیار سے الگ کردے' میں کچھ دیر آرام کرلوں' ثنا نے زوردار آواز میں کہا ''امی میرا صبح کو ٹیسٹ ہے میں اس کی تیاری کر رہی ہوں آپ خود ہی بچوں کو دیکھیں'' مجبوراً اسے خود ہی اٹھنا پڑا اور بچوں کی جو حالت دیکھی اسے بیک وقت غصہ اور ہنسی دونوں آ رہی تھی۔ دونوں بچے ایک دوسرے کو پکڑ کر کھینچ رہے تھے چل میں تجھے تھانے لیکر جاؤں گا جب ہما نے دونوں کو الگ کرکے پوچھا یہ تھانے کا کیا چکر ہے؟ تو بچوں نے بتایا کہ کل ٹی وی پر ڈرامہ آ رہا تھا وہ سب ایسا ہی کر رہے تھے۔ ہما نے بچوں کو سمجھایا تھوڑی دیر ٹی وی ڈراموں پر افسوس کیا کہ کس طرح ہمارے بچوں کو ٹی وی پروگرام دکھا کر گمراہ کیا جا رہا ہے۔

رات نو بجے جب وہ سب کاموں سے فارغ ہوئی تو اس کا انگ انگ دکھ رہا تھا۔ عشاء کی مختصر نماز پڑھی اور اپنے بستر پر جا گری' صبح کو آنکھ دیر سے کھلی' وضو کیا نماز پڑھی اور کچن کا رخ کیا۔ بچوں کو پراٹھے اور اچار دیا۔ میاں کیلئے فرائی پین میں انڈا فرائی کر رہی تھی توے پر سلائس گرم ہونے کیلئے رکھ چکی تھی۔ انڈا پلیٹ میں نکالنے کیلئے ابھی چمچ لیا ہی تھا کہ کچھ گرنے کی آواز آئی۔۔۔۔ ہما جونہی کمرے کی طرف دوڑی چھوٹا بچہ پلنگ سے چھلانگ لگاتے ہوئے کرسی سے جا ٹکرایا۔ ناک سے خون بہہ رہا تھا۔ بچے کو پٹی کرکے خود پھر کچن میں گئی' کیا دیکھا سلائس بری طرح جل چکے ہیں انڈا فرائی پین میں کوئلہ لگ رہا تھا۔ جانے اس نے اپنے شوہر کو ناشتہ میں کیا دیا۔ بچے سکول اور شوہر دفتر جا چکے تھے۔ اور وہ بے سدھ بستر پر اوندھے منہ گری' احساس تب ہوا کہ مسلسل بیل ہو رہی تھی۔ دروازہ کھولا تو اس کی کالج کے زمانے کی سہیلی شازیہ کھڑی تھی اسے دیکھ کر ہما بہت خوش ہوئی اور اس سے لپٹ گئی اور پوچھنے لگی تمہیں میرے گھر کا کیسے معلوم ہوا؟ مجھ سے ملنے کا خیال کیسے آیا۔۔۔؟ اتنی حیران کیوں ہو رہی ہو' کل میں بازار شاپنگ کر رہی تھی کہ اچانک تمہارے بھائی پر نظر پڑی' تمہارا حال احوال پوچھا اور ساتھ ہی تمہارا ایڈریس لے لیا' اس نے اچھی طرح راستہ سمجھا دیا اور میں یہاں پہنچ گئی' سناؤ کیسی ہو' کتنے بچے ہیں۔ شازیہ نے ایک ہی سانس میں سب کچھ پوچھ ڈالا۔ ارے بیٹھو گی نہیں' کھڑے ہی کھڑے سب کچھ پوچھو گی۔ آؤ اندر آؤ۔۔۔۔ ہما کے پیچھے شازیہ دھیرے دھیرے قدم اٹھاتی ہوئی ڈرائنگ روم میں صوفے پر بیٹھ گئی' تم بیٹھو میں چائے بنا کر لاتی ہوں' ہما نے کہا۔ شازیہ ڈرائنگ روم کا جائزہ لینے لگی صوفوں کے کور بے حد بوسیدہ ہو چکے تھے' وائٹ واش تو شاید مکان بننے کے بعد ہوئی تھی' فرش جگہ جگہ سے اکھڑا ہوا تھا' چھت پر نگاہ ڈالی تو مکڑی کے جالے جھول رہے تھے' ہما کو دیکھتے ہی شازیہ نے آنکھیں نیچے کرلیں' ہما چائے لا چکی تھی۔

ہما گھر کی کیا حالت بنا رکھی ہے اور تمہاری صحت بھی خاصی کمزور ہو چکی ہے' ایسی کونسی افتاد آن پڑی۔ ارے! شازیہ تم نے تو میری دکھتی رگ پر ہاتھ رکھ دیا۔ یہی کیا افتاد کم ہے بچوں کی لمبی قطار ہے' ستم یہ کہ آمدنی بھی بہت محدود ہے' کتنے بچے ہیں تمہارے۔۔۔؟ آٹھ! آٹھ بچے۔۔۔! شازیہ نے ہائیں کہہ کر سر پر ہاتھ مارا۔ ارے! ایک نہیں دو نہیں اکٹھے آٹھ بچے۔ تم انسان ہو یا مشین۔ ہما نے کہا ارے کیسی باتیں کرتی ہو یہ تو اللہ کا کرم ہے۔ کیا خبر کونسا بچہ زیادہ ذہین ہو' بڑے ہو کر کونسا بچہ اللہ کے دین کا کام زیادہ کرے۔ اللہ نہ کرے کسی کا ایکسیڈنٹ ہو جائے کون سا بچہ والدین کی زیادہ خدمت کرے۔ زیادہ بچے ہوں گے تو نعمتیں بھی زیادہ ملیں گی۔ زیادہ بچے آخرت میں بخشش کا ذریعہ ہیں۔ اصل رہائش تو قبر اور آخرت ہے۔ تم نے تو پوری تقریر ہی کر دی۔ شازیہ نے کہا۔ ارے میں تمہارے بھلے کو کہہ رہی تھی تم تو برا مان گئیں۔ اگلے سالوں میں اتنے ہی بچے اور ہو گئے تو کہاں بٹھاؤ گی اس فوج کو۔ اب دیکھو! میرے بھی دو بچے ہیں فیملی مکمل ہے۔۔۔۔ ارے صرف دو بچوں میں فیملی کیسے مکمل ہو گئی؟ ہما نے پوچھا۔ شازیہ کہنے لگی ارے بھئی بڑا بیٹا چھوٹی بیٹی۔ اس کے بعد میں نے فیملی پلاننگ کا رخ کیا۔

میری مانو تو مشورہ دوں مگر عمل بھی کرنا۔ میرے گھر کے قریب ہی فیملی پلاننگ کا دفتر ہے تم میرے گھر آ جانا تمہیں لے جاؤں گی۔ بچوں کی پیدائش کا سلسلہ تو ختم کرو۔ کوئی خاص مسئلہ نہیں ہوگا۔ اتوار کو بھی آفس کھلا ہوتا ہے۔ تمہارے شوہر گھر پر ہوتے ہیں۔ بچوں کو ان کے سپرد کرنا اور مجھ سے ملنے کا کہہ کر میری طرف جلدی آ جانا شوہر ناشتہ کروا دیں گے۔ دراصل ابلیس بہت عرصے سے اس گھر کو تاک رہا تھا انسان کو گمراہ کرنے کیلئے انسان کا سہارا چاہیے آج یہ سہارا شازیہ کی شکل میں میسر آ گیا۔ ہما پوری طرح سے ابلیس کے شکنجے میں کس چکی تھی۔ ابلیس اپنی چال میں کامیاب ہو چکا تھا اور ہما فطرت کی مخالفت کرتے ہوئے اپنے رب کی نافرمانی کا ارادہ کر چکی تھی اب اسے اتوار کے دن کا بے چینی سے انتظار تھا۔

آج اتوار تھا' ہما نے بڑی بیٹی ثناء سے کہا میں اپنی دوست کے گھر جا رہی ہوں سب بچوں کو اور اپنے بابا کو چائے بنا دینا اور خود بھی پی لینا میں جلدی آ جاؤں گی۔ ہما شازیہ کے گھر پہنچ گئی اور دونوں فیملی پلاننگ کے دفتر چلی گئیں۔ ثناء نے چائے بنا کر سب کو چائے دی' سارے بچوں اور ثناء کے والد نے چائے پی اور سب چائے پی کر پھر سو گئے۔ اب گیارہ بج چکے تھے لیکن ہما ابھی انتظار کر رہی تھی وہ اب پریشان ہو رہی تھی مگر اب یہ سب کچھ برداشت کرنا تھا۔ تقریباً ایک بج چکا تھا شازیہ رکشہ لائی اور ہما کو رکشے میں بیٹھنے کو کہا اور ساتھ میں تاکید کی اب گھر جا کر آرام کرنا بس دو دن میں ٹھیک ہو جاؤ گی۔ ہما مستقبل کے سہانے خواب دیکھتی ہوئی گھر پہنچی' گھر کا دروازہ کھلا دیکھ کر خوف سے جھرجھری لی۔ اندر قدم رکھا تو موت کا سا سناٹا تھا۔ بچے کیوں نہیں اٹھے' میرے شوہر کہاں ہیں؟ اچانک کسی کے قدموں کی آہٹ پا کر دروازے کی طرف دیکھا تو خالہ آتی دکھائی دی' انہیں دیکھ کر ہما کی جان میں جان آئی' اب خالہ کو ساتھ لے کر پہلے بچوں (باقی صفحہ 46 پر)

بندہ خدا، واہ کینٹ

نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نسخہ جات سے زندگی سنواریں

جو شخص یہ چاہتا ہو کہ مرتے دم تک اس کے تمام اعضاء درست رہیں اور وہ تندرست رہے تو یہ آیت روزانہ تین دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرے۔ اللہ پاک کے فضل سے میں خود اس پر عمل کرتا ہوں اور ہمیشہ تندرست رہتا ہوں

حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی حضرت انس رضی اللہ عنہ کو پانچ نصیحتیں: حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ مجھے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پانچ باتوں کی وصیت کی۔ فرمایا: 1۔ اے انس! کامل وضو کیا کرو، تمہاری عمر بڑھے گی۔

2۔ جو میرا امتی ملے، سلام کیا کرو، نیکیاں بڑھیں گی۔

3۔ گھر میں سلام کر کے جایا کرو، گھر کی خیریت بڑھے گی۔

4۔ چاشت کی نماز پڑھتے رہو، تم سے پہلے لوگ جو اللہ والے بن گئے تھے ان کا یہی طریقہ تھا۔

5۔ اے انس! چھوٹوں پر رحم کرو، بڑوں کی عزت و توقیر کرو تو قیامت کے دن میرا ساتھی ہوگا۔

زبان کی تیزی کا نبوی علاج: حضرت حذیفہ رضی اللہ عنہ نے نبی پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے اپنی زبان کی تیزی کی شکایت کی تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا تم استغفار سے کیوں غفلت میں پڑے ہو۔ میں روزانہ سو مرتبہ استغفار کرتا ہوں۔ ابونعیم کی دوسری روایت میں ہے کہ میں نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہو کر عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میری زبان گھر والوں کے بارے میں تیز ہو جاتی ہے جس سے مجھے ڈر ہے کہ یہ مجھے آگ میں داخل کردے گی۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا میں روزانہ سو مرتبہ استغفار کرتا ہوں تم بھی استغفار کرو۔ استغفار کی کثرت سے زبان کی تیزی زائل ہوجائیگی۔ (حیاۃ الصحابہ)

جنت الفردوس کا وارث بننے کیلئے مجرب عمل:

قد افلح المومنون سے فیھا خلدون تک۔

سورۂ مومنون کی (پارہ 18) کی پہلی گیارہ آیات رات کو سوتے وقت ضرور پڑھ لیا کریں۔ یہ آیتیں عزت کی حفاظت کرتی ہیں، بے نمازیوں کو نماز کی رغبت دلاتی ہیں، بے ہودہ اور بری باتوں سے روکتی ہیں اور سب سے بڑی بات کہ جنت الفردوس کا وارث بنا دیتی ہیں۔ ضرور عمل کریں۔

اولاد سے محروم حضرات کیلئے بہترین تحفہ: اگر آپ اولاد سے محروم ہیں تو اول و آخر درود ابراہیمی روزانہ ایک سو ایک دفعہ سورۂ کوثر بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کے ساتھ پڑھیں۔ انشاء اللہ آپ کی مراد پوری ہوگی۔

پائیدار جوانی کیلئے صدری راز: فَاَقِمۡ وَجۡہَکَ لِلدِّیۡنِ حَنِیۡفًا ؕ فِطۡرَتَ اللّٰہِ الَّتِیۡ فَطَرَ النَّاسَ عَلَیۡہَا ؕ لَا تَبۡدِیۡلَ لِخَلۡقِ اللّٰہِ ؕ ذٰلِکَ الدِّیۡنُ الۡقَیِّمُ ٭ۙ وَ لٰکِنَّ اَکۡثَرَ النَّاسِ لَا یَعۡلَمُوۡنَ ۔ (سورہ روم 30) جو شخص یہ چاہتا ہو کہ مرتے دم تک اس کے تمام اعضاء درست رہیں اور وہ تندرست رہے تو یہ آیت روزانہ تین دفعہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرے۔ اللہ پاک کے فضل سے میں خود اس پر عمل کرتا ہوں اور ہمیشہ تندرست رہتا ہوں۔

مصیبتوں سے نجات اور حصول مقاصد کیلئے خاص ورد

اول آخر 11 مرتبہ درود شریف پڑھیں پھر حَسۡبُنَا اللّٰہُ وَ نِعۡمَ الۡوَکِیۡلُ۔ درج ذیل گنتی کے مطابق پڑھیں۔

1۔ شر اور فتنہ سے بچنے کیلئے 341 مرتبہ روزانہ۔ 2۔ وسعت رزق اور ادائے قرض کیلئے 308 مرتبہ روزانہ 3۔ کسی خاص کام کی تکمیل کیلئے 111 مرتبہ روزانہ 4۔ مصائب پریشانی سے نجات کیلئے 140 مرتبہ روزانہ۔

جب انسان سوتا ہے۔۔۔: نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں کہ جب انسان سوتا ہے تو فرشتہ شیطان سے کہتا ہے کہ مجھے اپنا صحیفہ جس میں اس کے گناہ لکھے ہوئے ہیں دے۔ وہ دے دیتا ہے تو ایک ایک نیکی کے بدلے میں دس گناہ وہ اس کے صحیفہ سے مٹا دیتا ہے اور انہیں نیکیاں لکھ دیتا ہے پس تم میں سے جب بھی ارادہ کرے سونے کا تو وہ 33 مرتبہ سبحان اللہ۔ 33 دفعہ الحمدللہ اور 34 دفعہ اللہ اکبر کہہ لیا کرے۔ یہ مل کر سو مرتبہ ہوگیا۔ (ابن کثیر)

روحانی پھکی سے ہیموگلوبن صرف پندرہ دن میں ٹھیک

میری ہیموگلوبن بہت کم ہوجاتی تھی جس کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی اور اکثر ڈاکٹری مہنگی مہنگی ادویات استعمال کرتی تھی، پھر میں نے عبقری دواخانہ سے روحانی پھکی صرف 10 روپے کی منگوا کر استعمال کی تو صرف پندرہ دن بعد میری ہیموگلوبن 13.2 ہوگئی اور کوئی یقین نہیں کر رہا تھا اس کے ساتھ میں نے کوئی ڈاکٹری دوائی نہیں کھائی اور سب کہتے ہیں کہ دنیا کوئی کوئی دوائی اتنی تیزی سے اثر نہیں کرتی یہ سب روحانی پھکی کا کمال ہے۔ (شازیہ بتول)

صبیر شمسی، سمن آباد لاہور

قطع تعلق کرنے کا وبال

تیرا مال ویسا ہی محفوظ ہے، مجھے اپنی اولاد پر اطمینان نہ ہوا اس لیے میں نے فلاں جگہ اسے مکان کے اندر گاڑھ دیا۔

فقیہ ابواللیث رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ایک عجیب قصہ لکھا ہے وہ فرماتے ہیں کہ مکہ مکرمہ میں ایک شخص امانت دار اور نیک خراسان کے رہنے والے تھے۔ لوگ ان کے پاس اپنی امانتیں رکھوایا کرتے تھے ایک شخص ان کے پاس دس ہزار اشرفیاں امانت رکھوا کر اپنی کسی ضرورت سے سفر میں چلا گیا جب وہ سفر سے واپس آیا تو ان خراسانی کا انتقال ہوچکا تھا ان کے اہل و عیال سے اپنی امانت کا حال پوچھا۔ انہوں نے لاعلمی کا اظہار کیا ان کو بڑا فکر ہوا کہ بہت بڑی رقم تھی۔ علمائے مکہ مکرمہ کا ایک مجمع موجود تھا ان سے پوچھا کہ کیا کرنا چاہیے انہوں نے کہا کہ وہ تو بڑا نیک آدمی تھا ہمارے خیال میں جنتی تھا تم ایک ترکیب کرو۔ جب آدھی یا تہائی رات گزر جائے تو زم زم کے کنویں پر جا کر اس کا نام پکار کے اس سے دریافت کر۔ اس نے تین دن تک ایسا ہی کیا۔ وہاں سے کوئی جواب نہ ملا۔ اس نے پھر جا کر ان علماء سے تذکرہ کیا۔ انہوں نے انا للہ پڑھی اور کہا کہ ہمیں تو یہ ڈر ہوگیا کہ وہ شاید جنتی نہ ہو تو فلاں جگہ جا وہاں ایک وادی ہے جس کا نام برہوت ہے۔ اس میں ایک کنواں ہے اس کنویں پر آواز دے۔ اس نے ایسا ہی کیا وہاں سے پہلی بار میں ہی آواز آگئی کہ تیرا مال ویسا ہی محفوظ ہے، مجھے اپنی اولاد پر اطمینان نہ ہوا اس لیے میں نے فلاں جگہ اسے مکان کے اندر گاڑھ دیا۔ میرے لڑکے سے کہہ کہ تجھے اس جگہ پہنچا دے۔ وہاں سے زمین کھود کر اس کو نکال لے۔ چنانچہ اس نے ایسا ہی کیا اور مال مل گیا۔ اس شخص نے وہاں بہت تعجب سے اس سے یہ بھی دریافت کیا تو تو بہت نیک آدمی تھا تو یہاں کیوں پہنچ گیا۔ کنویں سے آواز آئی کہ خراسان میں میرے کچھ رشتہ دار تھے جن سے میں نے قطع تعلق کر رکھا تھا اسی حال میں میری موت آگئی اس کی گرفت میں میں یہاں پکڑا ہوا ہوں۔ (تنبیہ الغافلین)

15 سیکنڈ کا عمل اور مرتے ہی جنت

منٹ نہیں صرف پندرہ سیکنڈ میں آپ ایک مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ سکتے ہیں۔ ہر فرض نماز ادا کرنے کے بعد آپ اگر صرف ایک مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ لیا کریں تو انشاء اللہ مرنے کے فوراً بعد اللہ تعالیٰ آپ کو اپنے فضل سے جنت میں داخل فرمادیں گے۔ (نسائی) (ابوحماد قریشی، کراچی)

سانحہ کا اثر | معاشی جنگ | اکثر بیمار رہتی ہوں | میرے اوپر کوئی اثر ہے | محض دولت کیلئے

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

میرے اوپر کوئی اثر ہے

یوں لگتا ہے کہ میرے اوپر کوئی اثر ہے کیونکہ میرا ذہنی اور جسمانی نظام تلپٹ ہو کر رہ گیا اور دماغ ناقابل بیان حد تک طرح طرح کے خیالات کی آماجگاہ بن کر رہ گیا ہے دل پر بوجھ سا رہتا ہے اور اضطرابی کیفیت طاری رہتی ہے گھر سے باہر نکلتا ہوں تو گھبراہٹ طاری ہو جاتی ہے دل بہت کمزور ہو گیا ہے اور بات بات پر دھڑکن بہت بڑھ جاتی ہے اعصابی طور پر مفلوج ہو گیا ہوں اس صورتحال کے تدارک کیلئے کوئی عمل تلقین فرمائیں۔ اس کے علاوہ میرا بھائی ہے جس کی عمر اب تقریباً چودہ سال ہو گئی ہے لیکن وہ اب بھی انگوٹھا چوستا ہے اس کیلئے بھی کچھ بتائیں۔ **(محمد اشرف، راولپنڈی)**

مشورہ: آپ کے اوپر اثر وغیرہ نہیں ہے کیونکہ جسم اور ذہن دونوں ایک دوسرے سے متعلق ہیں اس لیے ایک کا اثر دوسرے پر ضرور پڑتا ہے آپ نہ صرف جسمانی نظام کی اصلاح کی طرف توجہ دیں بلکہ اپنے خیالات وافکار کی بھی نگہداشت کریں اگر آدمی کا مرکز یقین کمزور پڑ جائے یا شکوک واوہام کا غلبہ ہو جائے تو شعوری نظام کی قوت بکھرنے لگتی ہے اس کیلئے ضروری ہے کہ ارادی طور پر ذہنی مرکزیت میں اضافہ کیا جائے مندرجہ ذیل امور کی پابندی سے انشاء اللہ شعوری نظام کی بحالی میں مدد ملے گی۔

ایک مناسب سائز کا کاغذ لیں تین سو مرتبہ یَاحَفِیْظُ یَابَدِیْعُ پڑھ کر کاغذ پر ایک دائرہ بنا کر اس کے اندر ایک گہرا نقطہ بنا دیں اس کاغذ کو تہہ کر کے بھائی کے تکیے کے اندر رکھ دیں خیال رکھیں کہ یہ تکیہ کوئی دوسرا شخص استعمال نہ کرے رات کو جب بھائی گہری نیند سو جائے تو مناسب آواز سے یہ جملے پانچ منٹ تک دہرائیں ''اے (بھائی کا نام لیں)! تم انگوٹھا چوسنے کی عادت چھوڑ دو'' چند ہفتے یہ عمل دہرائیں۔

اکثر بیمار رہتی ہوں

کئی طرح کی پریشانیاں ہمارے گھر میں مستقلاً موجود ہیں میں اکثر بیمار رہتی ہوں کئی لوگوں نے پیسے بطور قرض لیے لیکن واپس نہیں کرتے دیگر کئی معاملات ایسے ہیں جن کی وجہ سے گھر کا سکون درہم برہم ہو کر رہ گیا ہے اس بابت مشورہ دیں اور کوئی اسم یا وظیفہ بتائیں جس سے حالات بہتر ہوں۔ **(ساجدہ، گوجرانوالہ)**

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح الٓمٓ ﴿۱﴾ اللہ لا الہ الاھو الحی القیوم کو پڑھ کر دعا کیا کریں وظیفے کی مدت نوے دن ہے اس کے ساتھ ساتھ ضروری ہے کہ تمام حالات کا تجزیہ کر کے دیکھا جائے کہ اگر کوئی غلطی یا کوتاہی سرزد ہو رہی ہے تو اس کی تلافی کی جائے صبر واستقامت کے ساتھ اللہ پر بھروسہ کیا جائے تو ضرور قدرت کی طرف سے آسانیاں اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔ نماز کی پابندی کریں اور نماز میں یہ تصور قائم کریں کہ آپ اللہ تعالیٰ کے حضور نماز ادا کر رہے ہیں اور اللہ تعالیٰ آپ کو ملاحظہ فرما رہے ہیں۔ دن رات کے اوقات میں جب بھی فارغ ہوں یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ کا ورد کیا کریں۔ غذا میں بہت زیادہ نمک اور جلی ہوئی اشیاء اور چکنائی سے پرہیز کیا جائے۔ علی الصبح پانی پر سو مرتبہ یَااَللّٰہُ یَارَبُّ الرَّحِیْمِ دم کر کے پی لیا کریں کم از کم دو ماہ تک اس پروگرام پر پابندی سے عمل کریں۔

اولاد کی نعمت حاصل نہیں

میری شادی کو تقریباً تین سال ہونے والے ہیں لیکن ابھی تک اولاد کی نعمت حاصل نہیں ہے تقریباً ایک سال پہلے امید کی کرن نمودار ہو کر ختم ہو گئی' مسئلہ یہ ہے کہ میرے شوہر کے ذہن میں یہ بات بیٹھ گئی ہے کہ اب ہمیں اولاد کی نعمت حاصل نہیں ہو سکتی اس وہم کا نتیجہ یہ ہے کہ وہ مجھ سے لاتعلق رہتے ہیں' دیگر معاملات میں وہ متوازن شخصیت کے مالک ہیں اور ہر طرح کا خیال رکھتے ہیں لیکن اس معاملے میں ان کی توجہ اور دلچسپی بالکل مفقود ہے۔ **(شائستہ بیگم، کراچی)**

جواب: رات کو جب آپ کے شوہر سو جائیں تو باوضو ہو کر یہ عمل کریں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ آپ اور آپ کے شوہر دونوں عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں اس تصور کے ساتھ ایک مرتبہ یَاوَدُوْدُ پڑھ کر شوہر کی خیالی تصویر پر دم کر دیں اور پھر آنکھیں کھول کر شوہر کے سر پر دم کر دیں اس طرح تین بار کیا جائے جن دنوں میں باوضو رہنا ممکن نہ ہو صرف تصور کے ساتھ دم کر دیں اسم کا ورد نہ کریں اس عمل کو کم از کم چالیس دن کیا جائے۔

دوا کے ساتھ وظیفہ

کافی عرصہ سے بھائی کی طبیعت خراب رہتی ہے اکثر سر درد کمر میں درد اور ٹانگوں میں درد کی شکایت کرتا ہے کئی ادویات استعمال کی ہیں لیکن مکمل سدباب نہیں ہوتا' دوا کے ساتھ کوئی بابرکت اسم و وظیفہ بھی تلقین کر دیں تاکہ جلد صحت کامل حاصل ہو۔ **(شبانہ، ملتان)**

مشورہ: رات کو سونے سے پہلے نیم گرم پانی کی ایک پیالی پر 41 مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ یَاحَفِیْظُ (تین بار) یَاشَافِیُ (تین بار) یَاکَافِیُ (تین بار) یا بدیع العجائب بالخیر یابدیع (تین بار) یَاحَفِیْظُ (تین بار) پڑھ کر دم کریں اور یہ پانی بھائی کو پلا دیں 40 دن یہ عمل کیا جائے انشاء اللہ صحت بحال ہو جائیگی۔

سانحہ کا اثر

دو برس قبل میری والدہ کا انتقال ہو گیا۔ میرے ذہن پر اس سانحہ کا اتنا اثر ہوا کہ میری پڑھائی ترک ہو گئی کیونکہ میری خواہش ہے کہ تعلیم ضرور حاصل کروں اس لیے میں نے سلسلہ تعلیم دوبارہ شروع کیا ہے لیکن جب پڑھنے بیٹھتی ہوں تو دماغ کام نہیں کرتا۔ امتحانات قریب آتے جا رہے ہیں لیکن ذہنی کارکردگی اسی طرح صفر ہے۔ **(سویرا نقوی، گوجرانوالہ)**

جواب: نماز فجر کے بعد یہ عمل کریں۔ اطمینان کے ساتھ آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیں۔ آنکھیں بند کر لیں۔ آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سینہ بھر جائے تو یَااَللّٰہُ یَاحَفِیْظُ پڑھ کر اسی طرح سانس باہر نکال دیں۔ اس طرح گیارہ بار سانس کا عمل کیا جائے۔ بعدازاں پانی پر گیارہ

مرتبہ یَارَحِیۡمُ دم کرکے پی لیا کریں۔ انشاء اللہ ذہن پر طاری جمود ختم ہوجائیگا اور ذہنی کارکردگی میں بھی اضافہ ہوجائیگا۔عمل کی مدت دو ماہ ہے بہت آزمودہ عمل ہے یقین کے ساتھ کریں انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔

کئی بار ایکسیڈنٹ ہوچکا

بچپن سے لے کرتا حال ناکامیوں کے علاوہ کچھ نہیں دیکھا' کئی بار ایکسیڈنٹ ہوچکا ہے۔ دماغ خالی رہتا ہے' چہرہ مرجھایا رہتا ہے اور جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ بن کر رہ گیا ہے۔ قوت ارادی برائے نام ہے۔ دوستوں تک سے بات کرتے ہوئے خوف محسوس ہوتا ہے۔ پڑھائی کیلئے دل پر جبر کرکے چندمنٹ سے زیادہ نہیں بیٹھ سکتا۔ دماغ الجھ کر رہ جاتا ہے۔ عبقری سے دیکھ کر وظیفے شروع کیے لیکن چھ سات دن بعد خیالات کی زیادتی محسوس کرکے ترک کردیئے۔ بعض وظائف سے خیالات میں ثقل بہت کم ہوگیا لیکن دوسرے وظیفے کو آسان محسوس کرکے میں نے پہلا وظیفہ ترک کرکے دوسرا شروع کردیا۔نتیجہ یہ ہے کہ میں کم وبیش اسی حالت میں ہوں۔(**توقیر بشیر' سرگودھا**)

مشورہ: حالات کے دباؤ سے آپ کے اندر ذہنی مرکزیت کی قوت ختم ہوگئی ہے جس کا نتیجہ یہ ہے کہ آپ کسی بھی کام کو یکسوئی اور پابندی سے نہیں کرسکتے۔یہی وجہ ہے کہ آپ نے عبقری میں شائع شدہ وظائف کو بھی چند دنوں کے بعد ترک و تبدیل کردیا۔اگر کسی ایک عمل پر کم از کم چالیس دن عمل پیرا رہتے تو طبیعت مطلوبہ یکسوئی اور مرکزیت حاصل کرلیتی۔

اب آپ یہ کریں کہ مندرجہ ذیل پروگرام پر کم از کم دو ماہ ضرور عمل کریں۔

1۔نماز پابندی سے ادا کریں اور ہر نماز کے بعد سومرتبہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوۡمُ کا ورد کیا کریں۔

2۔نماز فجر کے بعد کسی پرفضا اور سرسبز جگہ پر دس مندرہ منٹ تک چہل قدمی کریں اس طرح کہ ذہن کو تمام باتوں سے خالی کرکے توجہ کو اپنے بائیں پیر کے انگوٹھے پر قائم رکھیں انشاءاللہ ہفتوں میں نتائج سامنے آجائیں گے تاہم دو ماہ کی مدت ضرور پوری کریں۔

ہرطرف ناکامی ہی ناکامی

ایک عرصے سے گردش ایام کا شکار ہوں' بنے بنائے کام بگڑ جاتے ہیں' کسی کام کو شروع کرتا ہوں تو ابتداء میں کامیابی کے اشارے ملتے ہیں لیکن پھر حالات یوں بدل جاتے ہیں کہ نتیجہ ناکامی کی صورت میں نکلتا ہے۔اب تو حال یہ ہے کہ کوئی نیا کام کرتے ہوئے ڈرتا ہوں کہ شاید ناکامی مقدر بن گئی ہے۔کبھی خیال آتا ہے کہ ضرور میرے اندر کوئی خامی ہے یا مجھ سے کوئی کوتاہی سرزد ہوئی ہے جس کی وجہ سے کام کا نتیجہ اچھا نہیں نکلتا۔بعض لوگوں کا خیال ہے کہ ضرور میرے ساتھ کوئی غیرمعمولی معاملہ ہے کہ بار بار اس طرح ناکامی ہورہی ہے۔شاید کوئی برا عمل وغیرہ کرایا گیا ہے۔(**شعیب' ملتان**)

مشورہ: وسوسوں میں گرفتار نہ ہوں بلکہ ثابت قدم رہیں' اپنے تمام معاملات اور حالات کا غیرجانبدار ہوکر بغور جائزہ لیں تو بعض ایسی باتیں ضرور منکشف ہوجائیں گی جن کی وجہ سے نتائج کے حصول میں رکاوٹ کا سامنا ہے۔اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ وہ آپ کی رہنمائی فرمائیں۔اللہ کی طرف رجوع کرنے سے انشاءاللہ آپ کو رہنمائی ہوگی۔ ہر نماز کے بعد استغفار اور تیسرا کلمہ تین تین بار پڑھا کریں۔نماز فجر کے بعد کھڑے ہوکر دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر درودشریف کے ساتھ تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیرلیں۔اس طرح سات بار کریں اور دعا مانگیں۔

محض دولت کیلئے

میری شادی کو چوبیس سال ہوگئے ہیں۔میرے شوہر کی ایک خاتون سے شناسائی ہوئی جو گہرے تعلقات میں بدل گئی۔ نوبت یہاں تک پہنچی کہ انہوں نے اس عورت سے نکاح کرلیا۔وہ عورت اچھے کردار کی نہیں ہے اور محض دولت کیلئے ان کے پیچھے پڑی ہوئی ہے۔میرے شوہر اس کے خلاف کچھ بھی سننے کیلئے تیار نہیں ہیں اور انہوں نے صاف الفاظ میں کہہ دیا ہے کہ میں اس عورت کو نہیں چھوڑ سکتا۔ ویسے بھی میرے شوہر جوانی سے ہی شوخ طبیعت کے مالک ہیں۔ ایک عامل نے بتایا ہے کہ اس عورت نے میرے شوہر پر خاص قسم کےعملیات کرائے ہیں جن کا توڑ بہت مشکل ہے۔ میں صرف یہ چاہتی ہوں کہ وہ اپنے گھر پر اور بچوں پر توجہ دیں جوان کا حق ہے۔(**مسز اسلم' لاہور**)

مشورہ: آپ کے شوہر کی طبیعت اور مخصوص حالات یکجا ہوئے تو نتیجہ دوسری شادی کی صورت میں سامنے آگیا۔آپ کو چاہیے کہ شوہر کے حالات اور اپنے ازدواجی تعلقات کی مضبوطی کو بھی گہری نظر سے دیکھیں اور حالات کے مطابق اپنے اندر تبدیلیاں پیدا کریں کیونکہ زندگی کا ہر دور اپنے خیالات اور تقاضوں کے اعتبار سے الگ ہوتا ہے۔یہ تبدیلیاں ایسی ہوں کہ جو شوہر کو گھر سے دور کرنے کے بجائے گھر کے قریب کریں۔اس طرح آپ کے بچوں کے مستقبل کا بھی تحفظ ہوسکے گا۔ ان باتوں کو ذہن میں رکھنے کے ساتھ ساتھ آپ روزانہ رات کو ایک سوایک بار بسم اللہ شریف پوری پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں' وہم نہ کریں اور عملیات پر توجہ دینے کے بجائے نماز پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔

معاشی جنگ

معاشی پریشانی اور بیروزگاری کے ہاتھوں تنگ ہوں۔ والد کے ساتھ کام کرتا تھا لیکن ان کا کاروبار برے انجام سے دوچار ہوا۔کاروبار کی تباہی کے ساتھ ساتھ ایک بڑا قرض بھی چڑھ گیا۔کئی سالوں سے تن تنہا معاشی جنگ لڑ رہا ہوں لیکن سرمائے کی کمی کی وجہ سے خاطرخواہ نتائج سے محروم ہوں۔ کاروباری ساکھ خراب ہونے کی وجہ سے کوئی قرض دینے کو بھی تیار نہیں ہے۔ بیروزگاری اور مسلسل ناکامی نے میرے مزاج کو بھی تلخ بنادیا ہے۔ دوست عزیز دور رہنے لگے ہیں' میرے مزاج کی وجہ سے بھی کئی کام خراب ہوگئے۔

مشورہ: نماز عشاء کے بعد سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19،اول آخر درودشریف کے ساتھ اکیس بار پڑھ کر دم کریں۔نماز فجر کے بعد پانی پر ایک بار یَاوَدُوۡدُ دم کرکے پی لیا کریں۔ اس کے بعد ایک تسبیح یَافَتَّاحُ یَارَزَّاقُ کی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔

رمضان المبارک میں نیکیوں کے پہاڑ

☆ رمضان المبارک میں چند عمل اکابرین امت سے منقول چلے آرہے ہیں۔ ہر جمعہ کو 10 رکعتیں پڑھیں سورۂ فاتحہ کے بعد 11 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو 10 ہزار شہیدوں کا ثواب اور گویا 10 ہزار غلام آزاد کیئے' 70 برس اللہ کی عبادت کی۔

☆ اول شب جمعہ 12 رکعت غسل کرکے پاک کپڑے پہن کر پڑھیں' نماز کے بعد سورۂ مزمل ایک بار پڑھے اور 1000 بار درودشریف اور اس کا ثواب حضور نبی کریم ﷺ کو پہنچائے۔☆ رمضان کی آخری رات 10 رکعتیں ہر رکعت میں سورۂ اخلاص 10 بار پڑھے تمام مہینے کی عبادت قبول ہو۔☆ رمضان کے آخری جمعہ کو بعد نماز ظہر 4 رکعت' 2 سلام سے پڑھے پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ سورۂ زلزال ایک بار' سورۂ اخلاص دس بار' دوسری رکعت میں سورۂ کافرون تین بار بعد سلام دس بار درود شریف پڑھیں۔ تیسری رکعت میں سورہ تکاثر ایک بار سورۂ اخلاص دس بار اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی تین بار اور سورۂ اخلاص 25 بار بعد سلام دس بار درودشریف پڑھیں اس نماز کی بہت فضیلت ہے۔ قیامت تک انشاء اللہ تعالیٰ اللہ پاک ثواب عطا کرینگے۔

حاجی مہتاب حسین دہلوی

معدہ کے جملہ امراض سے یقینی نجات

مقوی معدہ چورن: چورن یعنی پھکی مقوی معدہ ہے اس سے اجابت صاف ہوجاتی ہے' بھوک خوب لگتی ہے' کھایا پیا ہضم ہوجاتا ہے۔ بوڑھے بچے جوان' مردوزن یہاں تک کہ حاملہ عورت اور بچہ تک بلا کھٹک استعمال کرسکتے ہیں یہ نہایت ہی خوشذائقہ لاجواب چورن ہے

محترم قارئین اکرام السلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ بندہ اپنے چندہ مجربات آپ کی خدمت میں حاضر کررہا ہے امید ہے آپ پسند فرمائیں گے۔

اکسیر قلب جواہر مہرہ

یہ دوا دل کی بیماریوں کیلئے نایاب تحفہ ہے۔ دل کی تمام بیماریوں' یعنی اختلاج قلب' دل دھڑکنا' ضعف قلب اور خفقان وغیرہ کیلئے آب حیات ہے۔ اکثر ایک ہی خوراک سے دل کو طاقت ہونی شروع ہوجاتی ہے اور چند خوراکوں میں تمام اعضاء رئیسہ طاقتور ہوجاتے ہیں طب یونانی میں غالباً سب سے بہترین نسخہ کہا جاسکتا ہے کیونکہ اس کی ایک ہی خوراک ایک دفعہ تو مریض کو بستر مرگ سے بھی اٹھا دیتی ہے۔ میرے خیال میں اس سے زیادہ تعریف کی ضرورت نہیں جو صاحب بھی بنائیں گے میرے بیان کی حرف بہ حرف تائید کریں گے۔ نسخہ کے اجزاء اور ترکیب تیاری ملاحظہ فرمالیں۔

اجزاء: ھوالشافی: زہر مہرہ خطائی 3 گرام' مروارید ناسفتہ 3 گرام' زمرد سبز 3 گرام' عتیق سرخ 6 گرام' مصطگی رومی 12 گرام' ورق نقرہ 6 گرام' ورق طلاء کلاں سائز 15 عدد' جدوار خطائی 12 گرام' نارجیل دریائی 12 گرام' سلاجیت 6 گرام' گل گلاب 24 گرام' زعفران 6 گرام' مشک 2 رتی' روح گلاب تین پاؤ۔

سلاجیت مشک اور زعفران کو روح گلاب میں ڈال دیں کہ یہ حل ہوجائیں باقی تمام ادویہ کوٹ کر کپڑ چھان کرکے کھرل میں ڈال کر کھرل کریں اور دو دو قطرے محلول کے کھرل میں ڈال کر کھرل کریں یہاں تک کہ تمام روح گلاب ختم ہوجائے تو شیشی میں محفوظ کرلیں اور صبح نہار منہ ایک رتی دوا مربہ سیب کی ایک قاش میں چیرا دے کر اس میں یہ دوا ڈال کر کھالیں اوپر سے عرق گاؤزبان 60 گرام' عرق گلاب 60 گرام میں حسب ضرورت شربت صندل ملا کر پی لیں۔

مفرح دل

اختلاج قلب دنوں میں دور ہوجاتا ہے' یہ مفرح ضعیفوں' کمزور جوانوں اور بچوں کو ازبس مفید ہے۔

اجزاء: کشتہ نقرہ' کشتہ صدف مروارید' کشتہ عتیق' کشتہ مرجان' کشتہ یشب ہر ایک 6، 6 گرام' دانہ الائچی خورد 30 گرام' طباشیر 12 گرام' گل گلاب 12 گرام' گل گڑھل 24 گرام' کوزہ مصری 120 گرام' روح کیوڑہ 120 گرام' مصری کے علاوہ تمام ادویہ کو کوٹ کر کپڑ چھان کرلیں اور کھرل میں ڈال کر کھرل کریں اور تھوڑا تھوڑا روح کیوڑہ ڈالتے جائیں یہاں تک کہ تمام روح کیوڑہ ختم ہوجائے اور نمی باقی نہ رہے تو آخر میں مصری بھی شامل کردیں۔ ایک گرام دوا مربہ گاجر میں لپیٹ کر کھالیں یہ دوا صبح نہار منہ لینی ہے۔ دوا کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔

امراض معدہ سے نجات

چورن یعنی پھکی مقوی معدہ ہے اس سے اجابت صاف ہوجاتی ہے' بھوک خوب لگتی ہے' کھایا پیا ہضم ہوجاتا ہے۔ بوڑھے بچے جوان' مردوزن یہاں تک کہ حاملہ عورت اور بچہ تک بلا کھٹک استعمال کرسکتے ہیں یہ نہایت ہی خوشذائقہ لاجواب چورن ہے۔ یہ چورن میرا سالوں سے تجربہ شدہ ہے میرے نایاب نسخہ جات میں سے ایک ہے شوق سے آزمائیں۔ جو خرچ ہوگا انشاء اللہ وصول ہوجائیگا۔ ہر گھر میں تیار رہنا چاہیے۔ نسخہ کے اجزاء اور ترکیب تیاری ملاحظہ فرمائیں۔ اجزاء: ہڑیر 120 گرام' بہیڑہ 120 گرام' آملہ 120 گرام' زیرہ سفید 60 گرام' سونف ایک پاؤ' نمک لاہوری ایک چھٹانک' لونگ مدار 12 گرام' کشتہ فولاد 24 گرام' کلونجی 24 گرام' اسطخدوس ایک چھٹانک' دانہ الائچی خورد 12 گرام' ست پودینہ شامل کرکے ڈھکنے والی شیشی میں ڈال لیں دوپہر اور شام کا کھانا کھانے کے بعد ایک چٹکی دوا پانی سے کھالیں۔

اکسیر ہاضم

نفخ معدہ' ترش ڈکار' کلیجہ جلنا' بھوک کا نہ لگنا' بدہضمی' اپھارہ وغیرہ کیلئے اکسیر ہے۔ اجزاء: سوڈا بائیکارب 120 گرام' ست لیموں 12 گرام' دانہ الائچی خورد 12 گرام' دھنیا ثابت 60 گرام' گل گلاب 120 گرام' چینی ایک پاؤ' ست اجوائن 6 گرام' ست پودینہ 6 گرام' کوٹنے پیسنے والی ادویہ کو کوٹ کر کپڑ چھان کرلیں اور دوپہر اور شام کا کھانا کھانے کے بعد چٹکی دوا پانی سے لے لیں۔

اکسیر معدہ

جملہ امراض معدہ میں ماشاء اللہ اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ اجزاء: نوشادر ٹھیکری 36 گرام' اجوائن 60 گرام' کالا نمک 36 گرام' پودینہ خشک 60 گرام' سناء مکی 60 گرام' تیزاب گندھک 36 گرام' تمام ادویہ کو پرات میں ڈال کر پھیلا دیں اوپر سے تیزاب گندھک ڈال کر تمام ادویہ میں ملا کر چھوڑ دیں۔ خشک ہونے پر کوٹ کر چھان لیں اور ایک چٹکی دوا پانی سے لے لیں۔

قبض کشا کیپسولز

قبض کو ام الامراض یعنی تمام بیماریوں کی جڑ کہا گیا ہے اس میں اکثر دردسر کی شکایت رہتی ہے۔ اجزاء: مصبر 24 گرام' تخم حنظل چھ گرام' سقمونیا 12 گرام' اجوائن خراسانی 24 گرام' غاریقون 24 گرام' تمام ادویہ کو کوٹ کر کپڑ چھان کرکے درمیانہ سائز کے کیپسولز بھرلیں اور درج ذیل قہوہ سے یہ کیپسول لے لیں۔ دودھ ایک پاؤ' گل گلاب ایک تولہ' چھوٹی الائچی ایک عدد' میٹھا حسب ذائقہ' تینوں چیزوں کو ایک دیگچی میں ڈال کر آگ پر پکائیں اور ایک یا دو جوش آنے پر اتارلیں اور نیم گرم دودھ سے یہ کیپسول یعنی ایک کیپسول لیں۔

صرف تین بار سورۂ قدر پڑھنے کی فضیلت

جو کوئی جمعہ کی نماز سے پہلے سورۂ قدر 3 بار پڑھے اللہ تعالیٰ اس روز کے تمام نماز پڑھنے والوں کی تعداد کے برابر اس کے نامہ اعمال میں نیکیاں لکھ دیتے ہیں۔

ہمارے آزمائے ہوئے چند ٹوٹکہ جات

منٹوں میں زکام غائب: جتنا بھی سخت فلو (زکام) ہو تو اگر کوئلے موجود ہوں تو سلگتے ہوئے کوئلوں پر تھوڑی سی ہلدی ڈال دیں اور سر پر کوئی دوپٹہ یا چادر اوڑھ کر ہلدی کا جو دھواں اٹھے گا سانس اپنی طرف کھینچ لیں۔ سینے سے لیکر دماغ تک جلن ہوگی بس تھوڑا برداشت کرنا ہوگا۔ پھر منٹوں میں زکام غائب۔

گلٹی کا آسان علاج: اگر جسم میں کسی حصے پر گلٹی ہو تو جو درد نہ ہو' بدنما لگتی ہو تو سوکھی خوبانیاں کھائیں انشاء اللہ آزمودہ علاج ہیں۔

آزمودہ منجن: بادام کے چھلکے' اخروٹ کے چھلکے' کھجور کی گٹھلیاں' میٹھا سوڈا' نمک' پھٹکڑی' لونگ' پودینہ ان سب چیزوں کو ہم وزن لیکر لوہے کی کڑاہی میں جلائیں۔ اچھی طرح جل جانے پر پیس لیں آزمودہ منجن تیار ہے۔ (بنت جمشید چغتائی)

رمضان المبارک میں کھجور کا شربت

رمضان کے اس مہینے میں ایک شربت سے متعارف کراتا ہوں جس کا تعلق دور نبوی ﷺ کے معمولات سے ہے احادیث کی کتابوں میں نبوی غذاؤں کا جب مطالعہ کرتے ہیں تو نبیذ ایک ایسی اصطلاح ملتی ہے جس کا استعمال اہل عرب اب بھی کرتے ہیں

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

جولائی کی گرمی اور عشق کی گرمی دونوں اکٹھی ہو رہی ہیں، ایک طرف موسم کی گرمی اور ایک طرف عشق الٰہی اور عشق رسول ﷺ کی گرمی، ویسے عاشق ہمیشہ جیت ہی جاتا ہے گرمی اس سے بھی کہیں زیادہ ہو، وہ شہروں میں ہو یا دیہاتوں میں وہ صحراؤں میں ہو یا کالے پہاڑوں میں عشق الٰہی اور عشق مصطفی ﷺ میں گندھے عاشق ہمیشہ جیت ہی جاتے ہیں۔

رمضان کے اس مہینے میں ایک شربت سے متعارف کراتا ہوں جس کا تعلق دور نبوی ﷺ کے معمولات سے ہے احادیث کی کتابوں میں نبوی غذاؤں کا جب مطالعہ کرتے ہیں تو نبیذ ایک ایسی اصطلاح ملتی ہے جس کا استعمال اہل عرب اب بھی کرتے ہیں لیکن عجم میں اس کا استعمال ختم ہو گیا ہے۔ گڑ ویسے کھائیں تو اپنے مزاج کی گرمی کا اظہار کرتا ہے اور اسی کا شربت بنا کر پی لیں تو بے بہا ٹھنڈک اور تسکین کو ظاہر کیے بغیر نہیں رہتا بالکل اسی طرح کھجور ہے۔

کھجور کا استعمال گرمی اور تری دکھاتا ہے لیکن اگر اسی کھجور کو پانی میں بھگو کر اور اس کا شربت بنایا جائے تو اس سے زیادہ پر تاثیر اور تسکین سے بھرپور شاید کوئی شربت ہوگا۔ پہلے دور میں لوگ کھجور کے فطری وٹامن جو کہ اے سے زیڈ تک ہیں ان سے بھرپور استفادہ کرتے تھے وہ وٹامن جانتے نہیں تھے لیکن وٹامن سے مدد ضرور لیتے تھے آج ہم وٹامن جانتے ہیں لیکن مصنوعی وٹامنز کی طرف توجہ کرتے ہیں۔ فطرت سے بھرپور کھجور وٹامنز کا ایک کیپسول ہے اور اس سے استفادہ خوش نصیب ہی کرتا ہے، ویسے بھی اس وقت پوری دنیا میں دل کے امراض، انجائنا، ہارٹ اٹیک کیلئے کھجور کا استعمال بہت تیزی سے رواج پکڑ رہا ہے کیونکہ دنیا واپس فطرت کی طرف پلٹ رہی ہے اور کھجور فطرت ہے۔ میں لاہور کے در و دیوار کو دیکھتا ہوں ہر کوچہ و بازار میں کھجور کا استعمال اور کھجور کا درخت اپنا رخ دکھا کر یہ اعلان کر رہا ہے کہ لوگو! ایک وقت تھا کہ میرے درخت کو کاٹ دیا جاتا اور رنگ برنگے پودے اور درخت لگائے جاتے لیکن میری حقیقت واضح ہے کہ کھجور سارے انبیاء علیہ السلام کی سنت سارے صحابہ اہل بیت رضوان اللہ علیہ اجمعین، اولیاء صالحین رحمۃ اللہ علیہ کی سنت ہے اور سب سے بڑی بات یہ ہے کہ اس کے اندر شفاء کی وہ حقیقتیں ہیں جو انسان کو مصنوعی اور کیمیکل بھری ادویات کی طرف جانے نہیں دیتیں۔ آئیں! ہم ذرا کھجور کا شربت آپ کی خدمت میں پیش کرتے ہیں کہ رمضان میں اس سے بھرپور لطف اٹھائیں۔

ایک صاحب مجھ سے کہنے لگے کہ رمضان کا مہینہ آ رہا گرمی کا مہینہ ہے، پیاس، لو، حدت، اور حبس مجھ سے ویسے ہی برداشت نہیں ہوتی پھر روزے کے ساتھ کیسے برداشت ہوگی؟ میں نے کہا بالکل آسان ہے، آپ ایسا کریں روزہ رکھنے کے بعد دو بڑے چمچ گلاب کے پھولوں کا گلقند کھا کر اوپر سے ایک گلاس پانی پی لیں یا پھر اس سے بہتر ہے کہ گلاب کے پھولوں کے دو چمچ کھا کر اوپر سے کھجور کا شربت پی لیں اسی طرح افطار کے وقت کھجور سے افطار کر کے چسکی چسکی کھجور کا شربت پئیں، گھونٹ گھونٹ نہ پئیں، پیاس گرمی، حدت، جلن سارے جسم کی نڈھالی پل بھر میں ختم ہو جائے گی۔

ویسے بھی سحری کے بعد گلقند کھانے والا اور کھجور کے گلاس کا ایک شربت پینے والا سارا دن ایسے تر و تازہ رہے گا کہ احساس تک نہیں رہتا کہ اسے روزہ ہے کہ نہیں ہے۔ جتنا بھی پر مشقت کام کرے اور جتنی زیادہ گرمی اور لو میں دن کا جتنا وقت گزارے اسے زیادہ سے زیادہ یہی احساس ہوگا کہ میرا روزہ ہے اس سے زیادہ احساس بالکل نہیں ہوگا کیونکہ کھجور کا شربت اور گلقند اپنے اندر ایک انوکھی افادیت رکھتے ہیں میں نے جب اس بندے کو یہ طریقہ بتایا تو وہ مطمئن ہو گیا اور پورا رمضان اسی ترکیب کے ساتھ گزارا۔ رمضان کے درمیان ملا تو کہنے لگا بہت مطمئن ہوں، روزے کا احساس تک نہیں بلکہ اب تو جی چاہتا ہے کہ رمضان دو ماہ کا ہو جائے۔ اس سے پہلے تو ایک دن کے روزے کیلئے بھی طبیعت میں بوجھ محسوس ہوتا تھا۔ ایک نہیں بے شمار مثالیں میرے پاس ہیں جب بھی کسی کو میں نے کھجور کے شربت پینے کی ترکیب دی سارا گھر کھجور کا شربت پینے لگا اور کھجور کا شربت پینے سے جہاں قلب و جگر کی تسکین ہوتی ہے وہاں کھجور کا شربت خود ہیپاٹائٹس، معدے کی تیزابیت، پیاس کی شدت، ہاتھ پاؤں کی جلن، منہ کی خشکی، لعاب دہن کا کم ہونا، پیشاب کی جلن اور قبض کا خود بہترین علاج ہے۔ ایسے لوگ جو کسی بھی ہٹیلی پیچیدہ مرض میں مبتلا ہوں اور روزہ رکھنے سے قاصر ہوں۔ وہ مایوس اور پریشان نہ ہوں کیونکہ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کے بارے میں سیرت کی کتابوں میں یہ بات ملتی ہے وہ گرمی کے روزے اور سردیوں کی تہجد کی دعائیں مانگتے تھے کیونکہ گرمی کے دن بڑے ہوتے ہیں اور سردیوں کی راتیں بڑی ہوتی ہیں۔ آئیں آپ کو احادیث کے حوالے سے نبیذ سے متعارف کرائیں۔ حضرت ابوقتادہ رضی اللہ عنہ، سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نبیذ بنانے کیلئے خشک اور کچی کھجور، خشک انگور اور خشک کھجور کے ملانے کچی اور تر کھجور کے ملانے سے منع فرمایا اور فرمایا ہر ایک سے الگ الگ نبیذ بناؤ۔ **(رواہ مسلم)**

نبیذ بنانے کا طریقہ: حسب مقدار کھجور لیکر شام کو (اگر کھجوریں خشک ہوں تو ان کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں اور گٹھلیاں نکال دیں) پانی میں بھگو دیں یعنی اگر کھجور ایک پاؤ ہو تو اس میں پانی تقریباً دو کلو ہو۔ صبح اٹھ کر کھجور کو ہاتھوں سے ملیں، ملتے ملتے تمام کھجور اور اس کے ریشے پانی میں حل ہو جائیں گے جی چاہے چھان لیں اور نوش جان کریں، ورنہ بغیر چھانے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر کھجوریں تازہ ہوں تو انہیں مت توڑیں اور ثابت ہی بھگو دیں صبح اٹھ کر مل چھان کر یا مل کر گٹھلیاں نکال دیں اور نوش کریں۔ چاہیں تو کھجور کے شربت میں دودھ بھی ملا سکتے ہیں اس طرح اس کی افادیت بھی بڑھ جاتی ہے اور جنت کے دو میوے یعنی دودھ اور کھجور اکٹھے ہو جاتے ہیں۔ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کی زندگی میں اکیلا کھجور کا شربت پینا بہت زیادہ ثابت ہے۔ شہنشاہ اورنگزیب عالمگیر رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ صبح ناشتے میں نبیذ کا استعمال کرتے۔ بڑے بڑے محدثین اولیاء صالحین حضرت پیران پیر شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ بھی نبیذ کا استعمال زیادہ کرتے۔ امام جعفر صادق رحمۃ اللہ علیہ سے بھی نبیذ کا استعمال ثابت ہے۔

احتیاط: نبیذ کا شربت بنا کر اگر گرمی کا موسم ہے ٹھنڈی جگہ یا فریج میں رکھیں۔ صبح کا بھگویا ہوا شام کو استعمال کریں اور شام کا بھگویا ہوا صبح استعمال کریں اگر فریج میں رکھیں تو خراب نہیں ہوتا لیکن احتیاطاً 12 گھنٹے سے زیادہ نہ رکھیں۔ بھگونے کے ایک گھنٹے بعد گرائینڈ کر کے بھی فوری استعمال کر سکتے ہیں۔ ایک دن گزرنے سے اور شدید گرمی سے اس کے اندر خمیر پیدا ہوتا ہے اور خمیر کا پیدا ہو جانا اس کے استعمال کو مشکوک بنا دیتا ہے۔ لہٰذا کوشش کریں اس کو تازہ ہی استعمال کریں۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

یہ ضد جس کا ذکر کیا' یہ والد کے سخت رویے کے نتیجے میں ہے۔ زیادہ سختی سے بغاوت جنم لیتی ہے۔ اب آپ شعور کی منزلوں میں قدم رکھ چکے ہیں۔ والد نے بھی رویہ بدل لیا ہے یا آپ نے ان کا سامنا کرنا چھوڑ دیا جو بھی ہوا پہلے جیسے حالات نہ رہے

میں بھی تو ماں ہوں

میری بیٹی کی عمر پندرہ سال ہے' بیٹا بھی پندرہ سال کا ہے۔ یہ دونوں جڑواں ہوئے تھے۔ دو بچوں کو ایک ساتھ رکھنا مشکل کام تھا' اس لیے بیٹی کو میری ساس نے اپنے ساتھ رکھا۔ پہلے وہ ہمارے ساتھ ہی رہتی تھیں اور پھر دیور کی شادی ہوگئی تو الگ گھر میں رہنے لگیں۔ اس طرح بیٹی کی پرورش الگ گھر میں ہوئی۔ مجھے بیٹے سے بے حد پیار تھا اور ہے بھی اس لیے بیٹی کا خیال کم آیا اور پھر دو سال بعد بھی بیٹی ہوگئی۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ میری ساس بیمار ہیں وہ دوسرے بیٹے کے گھر میں ہیں۔ میری بیٹی تعلیمی مصروفیات کے سبب میرے پاس ہے۔ اسے میرا بالکل احساس نہیں' نویں جماعت کی تیاری ایسے کرتی ہے جیسے ایم اے کر رہی ہو' میں پریشان ہوتی ہوں کہ گھر کا کچھ کام کرے' چھوٹی بیٹی میرے ساتھ ہاتھ بٹاتی ہے مجھے دکھ ہوتا ہے کہ بڑی بیٹی خود غرض ہے' اسے فکر ہے تو اپنی دادی کی۔ میرا اور بہن بھائیوں کا خیال ہی نہیں۔ اگر بات کی جائے یا نصیحت کریں تو سخت جواب دیتی ہے۔ دادی کی فکر کرتی ہے حالانکہ میں بھی تو ماں ہوں۔ **(راشدہ خضر' جہلم)**

مشورہ: بچے ان رشتوں سے قریب ہوتے ہیں جن سے انہیں محبت ملتی ہے' دادی نے بچی کی پرورش کی' اپنے ساتھ رکھا' اب وہ بیمار ہیں تو ان کی فکر کرنا فطری بات ہے۔ یہ بھی سچ ہے کہ آپ ماں ہیں' اسے یقیناً آپ سے بھی محبت ہوگی لیکن آپ کی طرف سے محبت کا وہ اظہار نہیں ہے جو دوسرے بچوں کو ملا۔ آپ نے اس کے رویہ کی سختی یا خامی کو تو محسوس کر لیا لیکن یہ نہیں سوچا کہ وہ ایسا کیوں کر رہی ہے۔ ایک بیٹی کا ماں سے دور رہنا عام بات نہیں ہے۔ اتنے زیادہ وقت وہ آپ کی توجہ سے محروم رہی ہے اس کمی کو کچھ تو پورا کرنا چاہیے۔ آپ اس کا خیال رکھیں اگر وہ پڑھتی ہے تو اچھی بات ہے۔ اسے زیادہ سہولیات دیں۔ محبت سے سمجھائیں کہ فرصت کے وقت گھر کے کام کرنے چاہئیں۔ بہن اور بھائی کو بھی تلقین کریں کہ وہ اس سے احترام اور محبت سے پیش آئیں۔ کسی سے تعارف کروائیں تو بہت ہی اچھے انداز سے کہ اسے آپ کی نظروں میں اپنے اہم ہونے کا احساس رہے۔ اس کے ساتھ دادی کی فکر آپ بھی کیا کریں' اس طرح آپ اس کی فکر میں حصہ لے سکیں گی اور پھر وہ بھی آپ کے مسائل اور دیگر معاملات میں بھی دلچسپی لے گی۔ بڑوں کو اپنے بہترین رویہ کا اظہار کرنا پڑتا ہے تب ہی بچے بھی اچھے رویے اپناتے ہیں۔

کوئی ضدسی ہے

میرے والد بہت سخت مزاج ہیں۔ بچپن میں' میں ان سے بہت پٹتا رہا۔ والدہ بچاتی تھیں تو وہ ان پر بھی بہت غصہ کیا کرتے۔ پھر یہ ہوا کہ وہ مجھے پٹتا چھوڑ کر گھر سے چلی جایا کرتی تھیں۔ اب میں اٹھارہ سال کا ہوں۔ سگریٹ پینے لگا ہوں۔ امتحان کی فیس جمع کروادی تھی مگر امتحان نہیں دیا۔ جن اوقات میں والد گھر پر ہوتے ہیں' میں گھر سے باہر رہتا ہوں' یوں لگتا ہے اب وہ مجھے پیٹتے پیٹتے تھک گئے ہیں۔ میں چاہتا ہوں اچھا انسان بن کر رہوں لیکن کوئی ضدسی ہے جو برائی کی طرف لے جاتی ہے۔ **(شاکر' پشاور)**

مشورہ: یہ ضد جس کا ذکر کیا' یہ والد کے سخت رویے کے نتیجے میں ہے۔ زیادہ سختی سے بغاوت جنم لیتی ہے۔ اب آپ شعور کی منزلوں میں قدم رکھ چکے ہیں۔ والد نے بھی رویہ بدل لیا ہے یا آپ نے ان کا سامنا کرنا چھوڑ دیا جو بھی ہوا پہلے جیسے حالات نہ رہے۔ آپ اپنی زندگی سنواریں' اس کا سب سے زیادہ فائدہ آپ کو خود ہی ہوگا۔ جذبہ بغاوت پر قابو پانے کی مکمل اور کامیاب کوشش سے اچھے انسان بن سکتے ہیں۔ سب سے پہلے سگریٹ نوشی ترک کر دیں' فوراً ارادہ کر کے آئندہ کبھی سگریٹ کو ہاتھ نہ لگائیں۔ ایسے لوگوں میں نہ بیٹھیں جو سگریٹ نوشی کرتے ہوں۔ پھر بروقت امتحان دیں۔ اپنے منفی جذباتی رویے کو مثبت میں بدلنے والے لوگ ہی مضبوط ہوتے ہیں۔

مریضانہ رویہ

کئی ماہ سے میرے شوہر کی حالت بہت عجیب ہوگئی ہے۔ بار بار کہتے ہیں کہ میں بہت پہنچا ہوا ہوں۔ مجھے معلوم ہے کیا ہونے والا ہے۔ پوری پوری رات جاگتے ہیں بڑبڑاتے رہتے ہیں۔ آسمان کو دیکھ کر اشارے بھی کرتے ہیں۔ سسرال میں لوگوں کا خیال ہے کہ ان پر کسی جن وغیرہ کا سایہ ہوگیا ہے۔ لوگ ان سے اپنی باتیں پوچھتے ہیں یہ بڑی حد تک صحیح بتا دیتے ہیں لیکن کاروبار کی طرف توجہ نہیں رہی۔ یوں لگتا ہے جیسے اپنی ذمہ داریوں کا احساس ہی ختم ہو چکا ہے میرے تو ابھی بچے بھی چھوٹے ہیں۔ شوہر کی باتوں سے لگتا ہے جیسے دماغ ٹھیک نہیں رہا۔ **(رخسانہ شیخ' سبی)**

مشورہ: اگر یہ مان لیں کہ جن کا سایہ ہے تو بھی یہ بات نہیں مانی جاسکتی کہ وہ آنے والے وقت کے بارے میں کچھ بتا سکتے ہیں کیونکہ علم غیب تو جنوں کو بھی نہیں۔ محض اتفاق ہوتا ہے جو کوئی بات پوری ہو جاتی ہے ورنہ آپ کے شوہر کے رویے سے ذہنی مریض ہونے کی نشاندہی ہو رہی ہے۔ خود کو پہنچا ہوا شخص سمجھنا' بڑے بڑے دعوے کرنا اور حقیقت میں ذمہ داریوں کو فراموش کر دینا اور کاروبار کی بھی پروا نہ کرنا تو مریضانہ رویہ ہی ہے۔ آپ انہیں دماغ کے ڈاکٹر کو دکھا سکتی ہیں۔

میرے مسئلے کا بھی حل ہوگا؟

میری عمر پچیس سال ہے' دیکھنے میں پینتیس سال کا لگتا ہوں' وہ اس لیے کہ میرے سر میں بہت زیادہ سفید بال ہیں۔ ہم عمروں میں بہت عجیب سا لگتا ہے۔ جب لوگوں کے ہر مسئلے کو حل کیا جاسکتا ہے تو میرے مسئلے کا بھی حل ہوگا۔ **(رشید علی' ملتان)**

مشورہ: آج کل بال سفید ہو جانا کوئی اتنا بڑا نقصان نہیں ہے کہ انسان پریشان ہو جائے۔ آپ جلد کے ماہر ڈاکٹر سے رابطہ کریں اور ان کی ہدایت کے مطابق دوا یا غذا پر توجہ دیں۔ اس کے علاوہ ان سے ایسے ہیئر کلر کے بارے میں بھی معلوم کر سکتے ہیں جس کے مضر اثرات نہ ہوں یا بہت کم ہوں ورنہ مہندی وغیرہ بھی لگائی جاسکتی ہے۔

درود شریف کا معجزہ

جب آزاد کشمیر میں زلزلہ آیا تو ایک شخص نے ایک انتہائی قدآور سیاہ شخص کو دیکھا جس کا قد آسمانوں کو چھو رہا تھا۔ وہ ہاتھوں سے پہاڑوں کو جیسے جیسے اشارہ کر رہا تھا ویسے ویسے تباہ ہو رہے تھے اور زمین دھنس رہی تھی اس شخص نے اس قدآور سے پوچھا کہ یہ تم کیا کر رہے ہو؟ تو وہ بولا چپ ہو جاؤ اگر تمہاری زبان پر اس وقت درود شریف کا ورد نہ ہوتا تو تمہارا حشر بھی ایسا ہی ہوتا۔ **(طہرین فیاض' اٹک)**

شب قدر کی عظمت، برکت اور عبادات

حبیب القمر مدنی، کوٹلی آزاد کشمیر

خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو ہر رات گناہوں سے بچتے ہیں جس دن یا رات کوئی گناہوں سے بچ گیا وہ دن یا رات اس کیلئے عید کی طرح ہے۔ کتنے غافل اور جاہل ہیں وہ لوگ جنہیں شب قدر کی عظمت کا پاس و لحاظ نہیں ہے

اللہ جل شانہٗ نے امت محمد ﷺ کو جہاں دیگر بیش بہا خزائن وفضائل سے نوازا، وہاں شب قدر جیسی عظیم الشان رات دیکر احسان اعظم کر دیا۔ شب قدر سال میں صرف ایک ہوتی ہے۔ ایک سال کے بارہ مہینوں کی گنتی اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم میں ذکر کی ہے۔ بارہ مہینوں کے 365 ایام بنتے ہیں گویا 365 ایام میں سے شب قدر صرف ایک شب ہے اور یہ نہ صرف سارے سال سے افضل ہے بلکہ ہزار مہینوں سے افضل و اشرف ہے۔ ہزار مہینوں کے 83 سال اور 4 ماہ سے بھی اشرف اور محترم ہے۔ فرض کریں ایک عاقل بالغ مسلمان اپنی میں سے اگر صرف بیس سال بھی عبادت کرتا ہے اور 20 دفعہ شب قدر کو پالیتا ہے اسے تو بیس ہزار سے ضرب دیں کیونکہ ایک شب قدر ہزار مہینوں سے افضل ہے۔ لہٰذا 20 شب قدر کے (1000x20) 20,000 مہینے بنیں گے اب 20 ہزار مہینوں کے سال بنالیں۔ ہزار مہینوں کے 83 سال اور چار ماہ بنتے ہیں تو بیس ہزار مہینوں کے 1660 سال بنتے ہیں۔ چونکہ ہزار مہینوں کے 83 سال اور 4 ماہ بنتے ہیں اب 1660 میں 6 سال اور 8 ماہ جمع کریں تو یہ اعداد و شمار 1666 سال اور 8 ماہ بنیں گے اگر کوئی صاحب ایمان 20 سال مسلسل شب قدر پائے اور عبادت و دعا کا بھی التزام کرے تو اس کی آخرت کیلئے کمائی 1666 سال اور 8 ماہ کے برابر بلکہ افضل ہوگی۔ اسی طرح اگر کسی کی عمر 40 سال ہو اور اس نے ہر رمضان المبارک میں شب قدر کی تلاش کی ہو اور اسے مل بھی گئی ہو تو 20 لیلۃ القدر کے سال ڈبل کر کے دیکھ لیں کہ کتنے سالوں کی عبادت سے بھی زیادہ فضیلت ملتی ہے یعنی اسے 3332 سال کی عبادت کا ثواب ملا۔ اسی طرح فرض کیا کہ ایک بندے کی عمر 80 سال ہے اور وہ ہر سال شب قدر پا رہا ہے ایسے میں 6666 سال بنتے ہیں۔ یہ وہ فضیلت کا معیار ہے جو پچھلی امتوں کو نصیب نہیں ہوا۔ جیسا کہ خود حضرت آدم علیہ السلام کی عمر ہزار سال تھی۔ حضرت نوح علیہ السلام کی عمر 950 سال تھی جوں جوں وقت گزرتا گیا لوگوں کی قوت اور عمر میں کمی آتی گئی۔ امت محمدیہ ﷺ آخری امت رحمت ہے۔ امت محمد ﷺ کے لوگوں کی عمروں کی اوسط 60 سے 70 سال تک ہے بھلا یہ کیسے ہوسکتا تھا کہ امت محمد ﷺ کی عمریں بھی اتنی قلیل ہوں اور افضل بھی ہوں لہٰذا اللہ رب العزت نے بعض ایسی عنایات سے نوازا کہ ہم قلیل عمروں کے باوجود پچھلی امتوں کے لوگوں پر فضیلت لے جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں کم سے کم وقت میں یہ اعزاز بخشا ہے۔ فرض کیا پچھلی امتوں میں سے کسی فرد کی عمر ہزار سال تھی اور وہ عابد و زاہد اور متقی و پرہیزگار بھی رہا لیکن اسے اجر و جزا ہزار سالوں کی ہی ملے گی لیکن امت محمد ﷺ کی امت کا ایک فرد 80 سال مسلسل شب قدر بھی پا رہا ہے تو اس کا اجر و ثواب 6666 سال اور 8 مہینوں سے بھی کہیں زیادہ ہے۔ کیا ہزار سال اور کیا 6666 سال۔

کتنے خوش قسمت اور خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو شب قدر کی قدر و منزلت کو سمجھتے ہیں شب قدر کی تلاش و جستجو کرتے ہیں۔ اللہ کے پیارے اور متقی و مزکی بندوں کے نزدیک تو ہر رات قدر کی رات ہوتی ہے وہ ہر رات اللہ کے حضور عاجزی سے سجدہ ریز ہوتے ہیں اور خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو ہر رات گناہوں سے بچتے ہیں جس دن یا رات کوئی گناہوں سے بچ گیا وہ دن یا رات اس کیلئے عید کی طرح ہے سب سے بڑی خوشی کی بات یہی ہے کہ انسان اللہ تعالیٰ کا محبوب اور پیارا بن جائے۔ کتنے غافل اور جاہل ہیں وہ لوگ جنہیں شب قدر کی عظمت کا پاس و لحاظ نہیں ہے۔

رمضان کے مقدس لمحات حضرت حکیم صاحب کیساتھ

صحابہ کرام و اہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین، اولیاء کرام اور بزرگان دین رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ رمضان المبارک کی آمد سے پہلے ہی خود کو اور اپنے اوقات کو رمضان کے قیمتی لمحات کیلئے فارغ کر لیتے تھے۔ ان قیمتی گھڑیوں، بابرکت لمحات، اصلاح نفس، تزکیہ باطن، اور اپنی زندگی سنوارنے والوں کیلئے حضرت حکیم صاحب کی صحبت اور زیر نگرانی تسبیح خانہ میں وقت گزارنے کا نادر موقع۔ پورا مہینہ، چند دن یا آخری عشرہ بھی قیام کی اجازت ہے۔ خواہش مند حضرات دفتر ماہنامہ عبقری میں رابطہ فرمائیں۔ حسب موسم بستر ہمراہ لائیں، سحری اور افطاری کا فری انتظام ہوگا۔ **نوٹ: اعتکاف میں بیٹھنے والے (صرف مرد) ابھی سے رابطہ کریں۔** (ادارہ)

عبقری آپ کے شہر میں

(**کراچی:** رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-2168390)
(**پشاور:** اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666)
(**راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194)
(**لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688)
(**سیالکوٹ:** ہلال بک سٹال ریلوے روڑ، 0321-7120318)
(**ایبٹ آباد:** طیبہ بک سنٹر 0344-9381998) (**خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ)
(**ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121)
(**رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626)
(**علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684)
(**ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622)
(**جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441)
(**حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439)
(**درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڑ پاکپتن 0333-6954044)
(**کلورکوٹ:** حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس) (**ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی)
(**مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077)
گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027)
(**چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035)
(**شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211)
(**بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755)
(**بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190)
(**وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714)
(**بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177)
(**ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845)
(**وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591)
(**ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315)
(**حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026)
(**سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548)
(**کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805)
(**حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113)
(**اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893)
(**میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550)
(**خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654)
(**واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384)
(**فیصل آباد:** عادل ٹریڈرز۔ 0301-7118200)
(**بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو 0333-6320766) (**بنوں:** امیر احمد 0333-9748847)
(**صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624)
(**قلعہ دیدار سنگھ:** مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال 0300-7451933)
(**بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693)
(**کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515)
(**کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222)
(**منڈی بہاؤالدین:** 1۔ حذیفہ دواخانہ، 0345-6810615۔ 2۔ آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514)
(**احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638)
(**نارووال:** باؤجی نیوز ایجنسی 0333-8749464)
(**گوجرانوالہ:** رحمن نیوز ایجنسی، 0300-6422516)
(**سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480)
(**چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810)
(**لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947)
(**گوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032)
(**تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728)
(**حضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166)
(**ایبٹ آباد:** طیبہ بک سنٹر) (**مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116)
(**میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818)
(**کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760)
(**رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737)
(**مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095)
(**سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ 0300-5665317)
(**کاموکی:** رمضان، سکائی گارمنٹس شاپ 0344-4070752)
(**حسن ابدال:** مکتبہ نور الہدیٰ 0306-5601613)
(**اوکاڑہ:** اشرف نیوز ایجنسی 0300-6968538)
(**لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی 0345-8709947)

بچوں کا صفحہ

محمد عبدالحنان، لاہور

منے میاں! اللہ دیکھ رہا ہے!!!

اللہ کی نافرمانی سے ہر وقت بچو اور اللہ کے سارے احکامات پر عمل کرو جس پر اللہ تم سے راضی ہو جائے گا اور تمہیں دنیا میں راحت، سکون، اطمینان عطا کرے گا اور مرنے کے بعد ہمیشہ ہمیشہ کیلئے جنت میں داخل کرے گا۔

اللہ دیکھ رہا ہے

ایک دفعہ کا ذکر ہے ایک گاؤں میں ایک شخص رہتا تھا اس کا نام عبدالرحمن تھا۔ اس کے تین بیٹے تھے تینوں اپنے والد سے بہت محبت کرتے تھے۔ عبدالرحمن بھی اپنے بیٹوں سے بہت محبت کرتا تھا۔ ایک مرتبہ عبدالرحمن نے اپنے تینوں بیٹوں کو بلایا اور ان کو ایک ایک سیب دیا اور کہا کہ اس سیب کو ایسی جگہ جا کر کھاؤ جہاں تمہیں کوئی نہ دیکھ رہا ہو۔ جو ایسا کرنے میں کامیاب ہو گیا میں اسے انعام دوں گا۔ تینوں بیٹے والد کو اللہ حافظ کہہ کر اور ان سے دعائیں لے کر گھر سے نکلے۔

دوسرے دن عبدالرحمن نے پھر تینوں کو بلایا اور باری باری سب سے پوچھا۔ سب سے پہلے بڑے بیٹے عبداللہ سے پوچھا۔ کیا تم اس کو ایسی جگہ کھانے میں کامیاب ہو گئے جہاں تمہیں کوئی نہ دیکھ رہا ہو؟ عبداللہ نے جواب دیا ''الحمدللہ ابا جان! میں نے وہ سیب ایک درخت کے پیچھے جا کر چھپ کر کھایا وہاں مجھے کوئی نہیں دیکھ رہا تھا۔'' پھر عبدالرحمن نے اپنے دوسرے بیٹے سے پوچھا ''یوسف! تم بتاؤ تم نے کیا کیا؟'' ''یوسف نے کہا! ابا جان میں نے وہ سیب کمرے میں بند ہو کر اندھیرا کر کے کھایا اور مجھے یقین ہے کہ وہاں مجھے کسی نے نہیں دیکھا۔ عبدالرحمن نے تیسرے بیٹے سے پوچھا سلیم! تم نے کیا کیا؟'' سلیم نے کہا ابا جان! میں نے کتاب اسمائے الحسنیٰ میں پڑھا ہے اللہ کا ایک نام ہے البصیر ہر ایک کو ہر حال میں دیکھنے والا میں نے بہت سوچا اور تلاش کیا لیکن مجھے کوئی ایسی جگہ نہ ملی جہاں میرا اللہ مجھے نہ دیکھ رہا ہو۔ اللہ تو ہر جگہ دیکھتے ہیں اس لیے میں یہ سیب نہ کھا سکا۔ عبدالرحمن اپنے سب سے چھوٹے بیٹے کی عقلمندی پر بہت خوش ہوا اور اس کو انعام دیا۔ پھر عبدالرحمن نے اپنے بیٹوں سے کہا۔

میرے پیارے بیٹو! بے شک اللہ ہم سب کو ہر وقت ہر جگہ دیکھتا ہے ہماری باتوں کو سنتا ہے اور جو خیالات ہمارے دل میں آتے ہیں ان کو بھی جانتا ہے۔ وہ عَلِیْمٌ بِذَاتِ الصُّدُوْرِ یعنی دلوں کے چھپے ہوئے رازوں کو بھی جانتا ہے۔

اللہ کی نافرمانی سے ہر وقت بچو اور اللہ کے سارے احکامات پر عمل کرو جس پر اللہ تم سے راضی ہو جائے گا اور تمہیں دنیا میں راحت، سکون، اطمینان عطا کرے گا اور مرنے کے بعد ہمیشہ ہمیشہ کیلئے جنت میں داخل کرے گا۔

بھائی جان کے جوتے

بھائی جان کا اصل نام تو بلال تھا مگر امی ابو انہیں منے میاں ہی کہہ کر پکارتے تھے ان کے دوست انہیں بلال کے نام سے جانتے تھے۔ میٹرک میں ہونے کی وجہ سے ان سے ایسی حرکت کی توقع نہیں تھی جیسی گزشتہ تین مہینوں سے کر رہے تھے۔

بھائی جان مسلسل ہر ماہ اپنے جوتے گم کر رہے تھے۔ تیسری بار جب وہ جوتوں کے بغیر سکول سے گھر آئے تو امی بے حد پریشان ہوئیں اور انہوں نے بھائی جان سے پوچھا۔ انہوں نے جو وجہ بتائی وہ امی سے مشکل ہی سے ہضم ہو پائی۔ رات کو سب ابو کے سامنے موجود تھے۔ ''ہاں منے میاں! بتاؤ آج جوتے کہاں گئے؟'' ابو نے پوچھا۔ ''ابو! میں نے امی کو بتا تو دیا ہے۔'' بھائی جان نے رونی صورت بنا کر جواب دیا۔

''مگر اس پر اعتبار کرنا تو مشکل ہے۔ یہ کیسے ہو سکتا ہے کہ سکول سے واپسی پر تم مسجد میں نماز پڑھنے گئے اور واپسی پر جوتے اپنی جگہ پر نہیں تھے۔ ہر بار جوتوں کے گم ہونے کی تم یہی وجہ بتاتے ہو۔''

اس مسجد میں جہاں تم نماز پڑھتے ہو میں بھی اکثر وہیں نماز پڑھتا ہوں مگر میرے تو کیا، کسی اور کے جوتے بھی وہاں گم نہیں ہوئے۔ منے میاں اصل بات بتاؤ۔ ہر بار ایک ہی بہانہ نہیں چلے گا۔ ''جی ابو۔۔۔ ابو۔۔۔۔'' بھائی جان ہکلائے۔ ابو نے اس کے بعد کچھ نہ کہا اور پھر ہم سب اپنے اپنے کمروں میں سونے کیلئے چلے گئے۔ دوسرے دن صبح ابو بھائی جان کے اسکول گئے اور پرنسپل صاحب سے مل کر انہیں ساری صورتحال بتائی۔ پرنسپل صاحب نے کلاس ٹیچر کو بھی اپنے کمرے میں بلایا اور انہیں بھی تمام صورت حال سے آگاہ کیا۔ کلاس ٹیچر نے اس بارے میں اپنے مکمل تعاون کا یقین دلایا۔ ابو مطمئن ہو کر وہاں سے دفتر چلے گئے۔ کلاس ٹیچر دوبارہ اپنی کلاس میں گئے تو انہوں نے خود بھائی جان کو اپنے پاس بلا کر بڑی آہستگی کے ساتھ جوتوں کے گم ہونے کے بارے میں پوچھا، مگر بھائی جان یہاں بھی بات گول کر گئے۔ دوسرے دن کلاس ٹیچر نے کسی خیال کے تحت ان تینوں بچوں کو اپنے پاس بلایا جنہیں کئی دنوں سے نئے جوتے پہن کر نہ آنے پر انہوں نے سزا دی تھی۔ ان تینوں کے والدین کی مالی حالت بھی اچھی نہیں تھی، اس لیے وہ نئے جوتے خریدنے کی سکت نہیں رکھتے تھے۔ یہ بات ٹیچر کو بھی معلوم تھی، مگر سکول کا نظم وضبط قائم رکھنے اور بچوں کو صفائی کا پابند بنانے کیلئے انہوں نے ان بچوں کو سزا دینا ضروری سمجھا تھا۔ وہ تینوں مسلسل کئی دنوں سے پھٹے ہوئے جوتے پہن کر آرہے تھے۔ آج جب کلاس ٹیچر نے ان کے جوتے دیکھے تو وہ نئے معلوم ہوئے۔ انہوں نے ان تینوں کو پرنسپل صاحب کے کمرے میں بلالیا اور نئے جوتوں کے بارے میں پوچھا تو انہوں نے سب کچھ صاف صاف بتادیا۔ کچھ دیر بعد کلاس ٹیچر نے فون پر ابو کو اصل حقیقت سے آگاہ کیا۔ ابو یہ سن کر بہت خوش ہوئے۔

رات کو کھانے کے بعد ابو کے کمرے میں بھائی جان کی حاضری تھی۔ ابو کے کمرے میں صرف انہیں ہی بلایا گیا تھا۔ جب وہ کمرے میں سلام کر کے داخل ہوئے تو ابو نے انہیں بیٹھنے کا اشارہ کیا، پھر ابو بولے: '' ہاں بھئی منے میاں! تمہارے جوتوں کے تین جوڑوں کے گم ہونے کی اطلاع اور اصل حقیقت تو مجھے معلوم ہوگئی ہے۔'' ابو نے کہا اور کچھ دیر سانس لینے کیلئے رکے۔ ''جی وہ ابو۔۔۔۔'' بھائی جان نے کچھ کہنے کیلئے منہ کھولا۔ ''مجھے معلوم ہو گیا ہے کہ پہلی بار جوتے گم ہونے کا بہانہ بنا کر تم نے اپنے کلاس فیلو عبدالعزیز کی مدد کی، کیونکہ وہ ٹیچر کے کہنے کے باوجود نئے جوتے خریدنے کی طاقت نہیں رکھتا تھا، دوسری بار یہی تجربہ تم نے ساتھی مدثر اور تیسری بار شاہد کیلئے کیا۔ ابو کچھ دیر رکے اور پھر کہا: ''بیٹا! مجھے خوشی ہے کہ تم اپنے دوستوں اور ہم جماعت ساتھیوں کا اس قدر خیال رکھتے ہو مگر اس میں ایک غلطی ہوگئی تم نے اس سارے معاملے میں جھوٹ کا سہارا لیا۔ کیا یہ بہتر نہ ہوتا کہ تم مجھے اور اپنی امی کو اعتماد میں لیتے تو ہم تمہیں کبھی اس کام سے نہ روکتے۔ منے میاں! تم نے کتابوں میں پڑھا ہوگا کہ ہمارا مذہب اسلام ہم سے یہ چاہتا ہے کہ جو چیز ہمارے پاس ضرورت سے زائد ہے اس پر دوسروں کا حق سمجھیں۔ آج ہم پر اللہ تعالیٰ کا یہ کرم ہے کہ اس نے ہمیں اپنی ضرورتوں سے زیادہ عطا کیا ہے۔ اس لیے اپنے اطراف کے لوگوں کی ضروریات کا خیال رکھنا ضروری ہے۔''

''جی ابو! میں آئندہ خیال رکھوں گا'' یہ کہتے ہوئے بھائی جان کو ایسا محسوس ہوا جیسے ان کے سر سے منوں بوجھ اتر گیا، پھر وہ اجازت لے کر کمرے سے باہر آ گئے۔ یوں کئی دنوں سے زیر بحث رہنے والا جوتوں کا معاملہ بالآخر حل ہو گیا۔

بھوت کیساتھ سچی اورانوکھی ملاقات

عمران علی

انہوں نے پوری طرح محسوس کیا کہ جو کچھ ان کے سامنے ہورہا ہے وہ ایک ناقابل فہم چیز اوران کی خام خیالی ہے جب بچی نے انہیں پکڑا تو وہ بہت پریشان ہوگئیں اور جیسے ہی بچی نے اپنی چھوٹی چھوٹی انگلیاں ان کے کانپتے ہوئے پاؤں پر پھیریں تو ان کا انگ انگ درد کرنے لگا

میں آغاز سے قبل یہ بتانا چاہوں گا کہ یہ کہانی سچائی پر مبنی ہے اوراسے کئی برسوں پہلے میرے والدین نے مجھے سنایا تھا۔ یہ واقعہ میری ماں کے ساتھ اس وقت پیش آیا جب وہ ویک اینڈ پر نانا نانی کے ہاں انہیں ملنے کیلئے گئی تھیں۔ ہم پنسلوانیا میں رہتے تھے اور وہاں کبھی کبھار جاتے تھے۔ یہ تقریباً سو سالہ پرانا اوردومنزلہ فارم ہاؤس ہے جسے میرے نانا نانی کے خاندان والوں نے بنایا تھا۔ کہانی کچھ یوں ہے:۔

پہلی رات اس گھر میں کوئی واقعہ پیش نہ آیا مگر دوسری رات کافی دیر تک ہم جاگتے رہے۔ میرے ماں باپ نے مجھے خوب باتیں سنائیں جب کہ میرا بھائی اور بہن گھر کے اس پرانے حصے میں ہی تھے۔ می اور پاپا سونے کیلئے اوپر والے پورشن میں چلے گئے جہاں مہمانوں کے سونے کیلئے دو بیڈ رومز کے سوا کچھ نہ تھا اور عموماً وہاں نہ کوئی سوتا تھا نہ ہی کوئی جاتا تھا۔ میرے بہن بھائی سامنے والے بیڈروم میں جہاں می شادی سے پہلے سویا کرتی تھیں سورہے تھے اس لیے می وہاں پر بہت سکون محسوس کرتی تھیں۔ وہ بستر پر لیٹتے ہی نیند کی آغوش میں چلے گئے۔

تقریباً آدھی رت کو پاپا باتھ روم جانے کیلئے اٹھے جو کہ نیچے والے پورشن میں تھا۔ جب وہ کمرے سے نکلے تو انہوں نے دروازہ اچھی طرح بند کردیا جبکہ ماں برآمدے سے آنے والی آواز سن کر اٹھ بیٹھی۔ انہوں نے دیکھا کہ کمرے کا دروازہ کھلا ہے اور پاپا باتھ روم جارہے ہیں اچانک ان کو اپنے سامنے دروازے میں لمبے لمبے بالوں اور رات کے وقت سونے کا سوٹ پہنے ہوئے ایک لڑکی دکھائی دی۔ اس کا سوٹ اتنا لمبا تھا کہ وہ فرش پر لگ رہا تھا۔

کیونکہ امی قدرے غنودگی میں تھیں اس لیے انہوں نے یہی سمجھا کہ شاید وہ میں ہی ہوں لیکن جب انہیں پورے چاند کی روشنی میں واضح طور پر وہ جسم یا سایہ دکھائی دیا تو وہ ہکا بکا ہوگئیں کیونکہ وہ جسم نما سایہ اب آہستہ آہستہ ان کی طرف بڑھ رہا تھا۔ بغیر کسی خطرے کے انہوں نے محسوس کیا کہ ان کے ذہن پر کوئی چیز غالب آرہی ہے جو ٹھیک نہیں ہے۔ اس دھندلے سے سایہ کے بال ہلکے بھورے تھے۔

اچانک انہیں ایسا لگا کہ وہ اس بچی کو نہیں جانتیں لیکن اس کے باوجود وہ ان کی طرف آرہی تھی۔ جیسے جیسے وہ ان کے نزدیک آرہی تھی انہوں نے خود کو پیچھے اپنے بستر کی طرف سرکتے ہوئے محسوس کیا اور پھر اس بچی نے میری ماں کو بہن بہن پکارنا شروع کردیا۔ اس کے بعد پتھرا سی گئیں اور انہیں ایسا لگا جیسے وہ بچی ان کے پاؤں پکڑنے کیلئے آگے بڑھ رہی ہے۔ بچی اتنی قریب آچکی تھی کہ وہ مزید پیچھے نہیں ہٹ سکتی تھیں۔

انہوں نے پوری طرح محسوس کیا کہ جو کچھ ان کے سامنے ہورہا ہے وہ ایک ناقابل فہم چیز اوران کی خام خیالی ہے جب بچی نے انہیں پکڑا تو وہ بہت پریشان ہوگئیں اور جیسے ہی بچی نے اپنی چھوٹی چھوٹی انگلیاں ان کے کانپتے ہوئے پاؤں پر پھیریں تو ان کا انگ انگ درد کرنے لگا اور پھر اس کے بعد کچھ دکھائی نہ دیا۔

ماں جب بیدار ہوئیں تو انہیں اپنے جسم میں بہت درد محسوس ہورہا تھا۔ انہیں ایسا لگ رہا تھا جیسے انہوں نے کسی ٹریننگ کے بغیر میراتھن میں حصہ لیا ہو۔ انہوں نے ابو سے پوچھا کہ جب وہ رات کو باتھ روم جانے کیلئے اٹھے تھے تو کیا وہ دروازہ بند کرنا بھول گئے تھے انہوں نے کہا کہ وہ باتھ روم ضرور گئے تھے مگر وہ پوری طرح ہوش وحواس میں تھے اور انہوں نے دروازہ بند کیا تھا۔ ماں نے اسے ایک ڈراؤنا خواب سمجھا اور چپ ہوگئیں۔ جب ہم ناشتہ کرچکے تو ماں نے نانا ابو کو اس صورتحال کے بارے میں بتایا اور انہوں نے کچھ ایسی باتیں بتائیں جنہیں سن کر ہمارے رونگٹے کھڑے ہوگئے۔

انہوں نے بتایا کہ ان کی ایک چھوٹی بہن تھی جو بالکل ان (میری ماں) جیسی تھی اور وہ اوپر والے مکان میں میری ماں کے سامنے والے بیڈروم میں ہی سوتی تھیں' گیارہ سال کی عمر میں نمونیا کا شکار ہوکر مرچکی تھیں اور اپنی ماں کی دیکھ بھال کے باوجود نائٹ گاؤن پہنے ہوئے ہی دم توڑ گئی۔ نانا جان میری ماں کو ہمیشہ کہا کرتے تھے کہ ان کی شکل اپنی دادی سے ملتی جلتی ہے۔ یہ کہانی سننے کے بعد ہم اپنی کار میں واپس پنسلوانیا آ گئے اور میں اتنا ڈر چکی تھی کہ اس دن سے لے کر آج تک میں اس گھر کے اوپر والے پورشن میں نہیں سوئی۔

چار مفید ومضر چیزیں

حکیم ریاض حسین' میانوالی

چار چیزیں فہم وادراک کیلئے ضرررساں ہیں۔ ترش چیزوں اور پھلوں کا دائمی استعمال' چت سونا' رنج وغم۔

چار چیزوں سے جسم تباہ ہوجاتا ہے۔ رنج' غم' فاقہ کشی اور شب بیداری۔

چار چیزوں سے فرحت حاصل ہوتی ہے۔ سبزوشاداب چیزوں کی طرف دیکھنا' آب رواں کا نظارہ کرنا' محبوب چیز کا دیدار' پھلوں کا نظارہ کرنا۔

چار چیزوں سے آنکھوں میں دھندلا پن پیدا ہوتا ہے۔ ننگے پاؤں چلنا' صبح وشام نفرت انگیز گراں چیز یا دشمن کو دیکھنا' زیادہ آہ وبکا کرنا' باریک خطوط کا زیادہ غور سے دیکھنا۔

چار چیزوں سے بدن کو تقویت ملتی ہے۔ نرم وملائم ملبوسات زیب تن کرنا' اعتدال کے ساتھ حمام کرنا' مرغن اورشیریں غذا استعمال کرنا اور عمدہ خوشبو لگانا۔

چار چیزوں سے چہرہ خشک ہوجاتا ہے۔ اس کی شگفتگی شادابی اور رونق ختم ہوجاتی ہے۔ دروغ گوئی' بے حیائی' جاہلانہ طرز کے سوالات کی کثرت اور فسق وفجور کی زیادتی۔

چار چیزوں سے چہرے پر رونق اور شگفتگی آتی ہے۔ مروت' وفاداری' جودوسخاوت اور پرہیزگاری۔

چار چیزیں باہم نفرت وعداوت کا سبب بنتی ہیں۔ تکبر وگھمنڈ' حسد' دروغ گوئی اور چغل خوری۔

چار چیزوں سے روزی بڑھتی ہے: نماز تہجد کی ادائیگی صبح سویرے بکثرت اللہ تعالیٰ سے مغفرت کی طلب' صدقہ کرنا اور دن کے شروع اور آخر وقت میں خدا کا ذکر واذکار۔

چار چیزوں سے روزی روک دی جاتی ہے۔ صبح کے وقت سونا' نماز سے غفلت سستی اور خیانت۔

چار چیزیں فہم وادراک کیلئے ضرررساں ہیں۔ ترش چیزوں اور پھلوں کا دائمی استعمال' چت سونا' رنج وغم۔

چار چیزوں سے فہم وادراک کی قوت میں اضافہ ہوتا ہے۔ کم گوئی' کم کھانا' اولیاء وصالحین کی صحبت اختیار کرنا' اچھی ودینی کتب کا مطالعہ کرنا۔

عقل کیلئے متعدد چیزیں ضرررساں ہیں' جماع کی کثرت' بےضرورت افکاروخیالات' مےنوشی زیادہ ہنسنا اور رنج وغم یہ تمام چیزیں عقل کو نقصان پہنچاتی ہیں۔

یتیم کی آہ سے جنت بھی تباہ

نصیر احمد، ایبٹ آباد

خداوند کریم کی درگاہ میں فریاد پیش کر دی۔ اللہ تعالیٰ سے مخاطب ہوئی کہ اے اللہ تو بہت طاقت والا ہے۔ خالق کائنات ہے تو انصاف کر اور ان ظالموں سے مظلوموں کو نجات دے۔ اس مظلومہ کی دعا اللہ تعالیٰ نے قبول فرمائی۔

زمانہ قدیم سے اکثر غریبوں اور مسکینوں پر ظلم ڈھائے جاتے رہے۔ ظالموں کی ظلم کی داستانیں قیامت تک بیان کی جاتی رہیں گی اس دنیا میں ہلاکو خان، چنگیز خان اور حجاج بن یوسف وغیرہ سرفہرست ہیں۔ سابقہ دور میں فرعون اور شداد وغیرہ بھی کم ظالم نہیں گزرے۔ تاریخ شاہد ہے کہ ظالموں کا حشر عبرتناک ہوا۔ قوم عاد کو اللہ تعالیٰ نے بہت طاقت بخشی تھی، پتھروں کو تراش کر اپنے مضبوط گھر بناتی تھی۔ ان کے بارے میں مشہور ہے کہ یہ مٹھی میں درخت کو پکڑ کر اکھیڑ لیتے تھے اس قوم کی طاقت کا ذکر اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں بھی فرمایا ہے۔ اس قوم میں دو بھائی تھے ایک کا نام شدید اور دوسرے کا نام شداد تھا۔ شدید بڑا تھا اور شداد چھوٹا تھا۔ شداد کے بارے میں مشہور ہے کہ اس کی پیدائش ایک کشتی میں ہوئی، دریا میں طغیانی آئی اور اس کی والدہ سمیت تمام سوار غرق ہوگئے۔ تمام سواروں میں یہ صرف اکیلا بچا۔ اللہ تعالیٰ نے اپنی قدرت کاملہ سے اسے سلامت رکھا اور اس کی پرورش فرمائی۔ اس کا بڑا بھائی شدید سات سو سال کے لگ بھگ حکمرانی کرکے جہنم داخل ہوا۔ اس کے مرنے کے بعد اس کا چھوٹا بھائی شداد تخت نشین ہوا۔ بیان کیا جاتا ہے کہ تمام روئے زمین پر اس کی حکومت تھی، ہزاروں کے حساب سے ملک تھے نظام سلطنت چلانے کیلئے ہر ملک میں اپنے نائب بادشاہ اور وزراء وغیرہ مقرر کررکھے تھے۔

حضرت ہود علیہ السلام نے شداد کو اللہ تعالیٰ پر ایمان لانے کی دعوت دی آپ علیہ السلام نے فرمایا کہ تم کو اللہ تعالیٰ نے ایک عظیم سلطنت دی ہے ہر قسم کے خزانوں اور نعمتوں سے مالا مال کیا ہے اللہ تعالیٰ کا شکر بجالاؤ اور اس پر ایمان لاؤ۔ اس کے بدلہ میں اللہ تعالیٰ تم کو جنت میں بلاحساب و کتاب داخل فرمادیں گے۔ آپ علیہ السلام نے راہ نجات کی باتیں سنائیں مگر اس ملعون پر ان کی باتوں کا کوئی اثر نہ ہوا۔

جواباً کہنے لگا کہ بہشت کے بارے میں جو سن رکھا ہے میں بالکل اس جیسی اس دنیا میں بھی بنالوں گا۔ چنانچہ شداد نے تمام ماتحت بادشاہوں کو احکامات جاری کیے کہ ہر قسم کا خزانہ سونا، چاندی، قیمتی جواہرات، کستوری اور زعفران وغیرہ اپنے اپنے ملکوں سے اکٹھے کرکے برائے تعمیر بہشت بھیجے جائیں۔ اعلیٰ قسم کے معمار بلائے گئے جنت کے ڈیزائن سے آگاہ کیا گیا۔

حکم دیا کہ چالیس گز نیچے سے زمین کھود کر اس پر سنگ مرمر کی بنیاد رکھ کر بہشت تعمیر کی جائے۔ حکم کی تعمیل پر کام شروع ہوگیا دودھ، شہد اور شراب کی نہریں جاری کردی گئیں۔ سونے اور چاندی کے درخت لگادیئے گئے۔ خوبصورت لڑکے اور لڑکیاں بہشت میں پہنچادی گئیں۔ ہوبہو اصلی جنت کی طرز کی نقلی جنت تیار ہوگئی۔ شداد نے ایک ایسا ادارہ قائم کیا جو تمام ممالک سے خزانہ جمع کرتا اور لاکر پیش کرتا تھا۔ اس نے حکم دے رکھا تھا کہ کسی انسان کے پاس ایک درہم چاندی تک نہ رہنے دیا جائے۔ سب لاکر بہشت میں جمع کی جائے۔ ایک شہر میں ایک غریب بڑھیا رہائش پذیر تھی اس کا خاوند فوت ہوگیا تھا صرف ایک ہی بیٹی تھی۔ بیٹی کے گلوبند میں ایک درہم چاندی تھی جب شداد کے اہلکاروں کو پتہ چلا تو وہ لینے آگئے۔ بڑھیا نے بڑی منت سماجت کی اور لڑکی بھی آہ وزاری کرنے لگی۔ لڑکی نے رونا اور چلانا شروع کردیا اور درخواست کی کہ اس کے پاس صرف یہی ایک درہم کی دولت ہے اور یتیم ہے معاف کیا جائے مگر شداد کے اہلکاروں کو ترس نہ آیا اور گلوبند جبراً لے لیا۔ لڑکی کے پاس کوئی چارہ نہ تھا۔ خداوند کریم کی درگاہ میں فریاد پیش کردی۔ اللہ تعالیٰ سے مخاطب ہوئی کہ اے اللہ تو بہت طاقت والا ہے۔ خالق کائنات ہے تو انصاف کر اور ان ظالموں سے مظلوموں کو نجات دے۔ اس مظلومہ کی دعا اللہ تعالیٰ نے قبول فرمائی۔ حدیث شریف میں رسول کریم ﷺ نے فرمایا ہے کہ پرہیز کرو مظلوم کی بددعا سے، بیشک وہ قبول ہوتی ہے۔ علماء کرام سے یہ بھی حدیث مبارکہ سنی ہے کہ مظلوم کی آہ اور اللہ تعالیٰ کے درمیان پردہ نہیں ہوتا۔ جونہی منہ سے نکلتی ہے قبولیت اختیار کرلیتی ہے۔

بہشت تو شداد کے حکم پر تعمیر ہوگئی مگر اس بدبخت کو دیکھنے کا موقع نہ مل سکا۔ روزانہ ارادہ کرتا مگر کوئی نہ کوئی کام آڑے آجاتا۔ اسی طرح دس سال گزر گئے۔ آخر ایک دن اس نے جانے کا مصمم ارادہ کرلیا۔ تقریباً دو سو گھوڑ سواروں کے ہمراہ روانہ ہوگیا جب بہشت کے باہر پہنچا تو دیکھا دروازے پر ایک آدمی کھڑا ہے شداد نے پوچھا تو کون ہے؟ اس نے جواب دیا کہ میں ملک الموت ہوں۔ پھر سوال کیا یہاں کس لیے آئے ہو جواب ملا تیری روح قبض کرنے آیا ہوں۔ یہ سن کر شداد کے ہوش وحواس اڑ گئے اور مخاطب ہوکر کہا کہ جنت کا نظارہ کرنے تک مہلت دی جائے مگر ملک الموت نے فرمایا کہ مہلت کسی صورت میں نہیں مل سکتی۔ شداد گھوڑے سے اترنے لگا۔ ایک پاؤں بہشت کے دروازے پر اور دوسرا رکاب میں تھا کہ ملک الموت نے روح قبض کرلی۔ شداد ملعون جہنم رسید ہوا۔ ایک فرشتہ نے آسمان کی چیخ ماری۔ شداد کے سارے ساتھی ڈھیر ہوگئے اور جہنم رسید ہوگئے۔ یہ بدبخت نہ اپنی تیار کردہ جنت سے کسی نعمت کی فائدہ اٹھاسکے اور نہ نظارہ کرسکے۔ شداد ملعون کو نہ سلطنت کام آئی اور نہ مال۔ بددعا کی قبولیت نے سب کچھ خاک میں ملادیا۔ بے شک اللہ تعالیٰ ہر چیز پر قادر ہے اور اس کی گرفت سخت ہے۔

جریان جیسی نامراد بیماری سے مفت چھٹکارا

ایک خداترس حکیم کے پاس ایک کم آمدنی والا مریض گیا جو جریان جیسی نامراد بیماری میں مبتلا تھا۔ کم آمدنی کے باعث ایسی دوائیں نہ استعمال کرسکتا تھا جس میں دودھ، مکھن وغیرہ استعمال کرنے ہوں۔ حکیم صاحب نے 2 نسخہ جات بالکل مفت بتادیئے اور دوسرے اس پر کچھ خرچ نہیں آتا جس کے استعمال کرنے پر مریض بہت جلد صحت مند ہوگیا۔ کبھی کبھار اگر گرم اشیاء کے استعمال سے اگر مرض پیدا ہونے کا خوف ہو تو نسخہ مفت استعمال کرتا ہے چہرہ پر سرخی آجاتی ہے۔ اس کے علاوہ بھی وہ بالکل فٹ رہتا ہے لیجئے

نسخہ جات حاضر ہیں نسخہ نمبر ایک مفت: صبح سویرے جب آنکھ کھلے پاخانہ وغیرہ کی حاجت ہو تو فارغ ہوکر نہایت مطمئن ہوکر کپڑے اتار دیں۔ صرف جانگیہ پہن لیں سر کے بل کھڑے ہوجائیں اگر آسانی سے نہ ہوسکے تو دیوار کا سہارا لیں۔ پہلے دن ایک منٹ یا دو منٹ ایسا کریں۔ دوسرے دن وقت بڑھا کر دو منٹ کرلیں۔ ہفتہ کے بعد پانچ سات منٹ کرلیں۔ پھر جتنا آسانی سے ہوسکے سر کے بل کھڑے رہیں۔ دس پندرہ دن بعد صحت ملاحظہ کریں۔ انشاء اللہ جریان کا نام تک نہ رہے گا احتیاط یہ لازمی ہے کہ گرم چیزوں اور گندے خیالات سے پرہیز کریں۔

نسخہ نمبر 2: شیشم کے پتے ایک مٹھی بھر لے کر رات کو ایک پاؤ پانی میں بھگو دیں صبح مل چھان کر 24 گرام شہد ملا کر پی لیں۔ جریان کیلئے حکمی دوا ہے ضرورت مند حضرات فائدہ اٹھائیں اور حکیم صاحب کیلئے دعا کریں کہ جن کے ذریعہ خدمت خلق کرنا اور رب العالمین کو راضی کرنا آسان ہوگیا۔ **(نصیر احمد، ایبٹ آباد)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جون کے جواب

1۔ آپ سحری کے وقت اور افطار کے بعد اور سونے سے پہلے ٹھنڈی مرادآ کسیر البدن اور جوہر شفاء مدینہ کی ایک ایک خوراک لیں۔ آپ کے تمام مسائل بھی حل ہونگے اور رمضان کے گزرنے کا پتا بھی نہیں چلے گا۔ **(محمد شہزاد' اسلام آباد)**

ii۔ آپ ہرنماز کے بعد ایک تسبیح یَاحَافِظُ یَاحَفِیْظُ کی توجہ سے پڑھیں' اپنی بیماریوں کا اور کمزوری کا تصور کرلیں انشاء اللہ کوئی بیماری آپ کو تنگ نہیں کریگی۔ **(شہلا نواز' ملتان)**

2۔ محترم بھائی! سب سے پہلے تو آپ اپنا ارادہ مضبوط کرلیں اس مقصد کیلئے رمضان المبارک بہترین موقع ہے آپ ہرنماز کے بعد یَامَانِعُ کی ایک تسبیح پڑھیں اور اپنی کمی کوتاہیوں کو سامنے رکھیں۔ انشاء اللہ دل سے ان کمزوریوں سے نفرت ہوجائے گی۔ افطار کے وقت دعائیں قبول ہوتی ہیں اس لیے اپنے لیے استقامت مانگیں ضرور کامیابی ملے گی۔ **(غلام علی' لاہور)**

3۔ سحری کرنے کے بعد آپ دو گلاس یا جتنی طبیعت چاہے کچی لسی کے پئیں یعنی آدھا گلاس پانی اور آدھا گلاس دودھ مکس کرکے ہلکا نمک شامل کرلیں اور یہ پی لیں۔ افطار کے بعد بھی ایسا کرلیں بہت ہی زبردست اور میرا آزمودہ ٹوٹکہ ہے۔ پیاس کا پتا ہی نہیں چلے گا۔ **(ناجیہ' فیصل آباد)**

ii۔ آپ تین کھجوریں لے لیں پہلے ایک کھجور منہ میں ڈالیں اور پانی کا ایک گھونٹ بھرلیں اور کھجور کو منہ کے اندر ہی اس پانی کے اندر گھماتے رہیں' ایک دو منٹ بعد وہ پانی کا گھونٹ اندر لے جائیں اور کھجور کو چبا کر نگل لیں۔ اسی طرح تین کھجوریں لیں۔ بظاہر نہایت سادہ اور نہ سمجھ میں آنے والا ٹوٹکہ ہے لیکن اس سے گرمی میں پیاس نہیں محسوس ہوتی۔ پچھلے سال رمضان المبارک سے پہلے عبقری میں دیا گیا تھا اور میں نے تمام رمضان ایسا کیا' مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا حالانکہ میری عمر 70 سال سے زیادہ ہے۔ **(محسن انصاری' لاہور)**

4۔ بہن! آپ دونوں میاں بیوی تین سوا لاکھ سورۂ کوثر کے کریں۔ دونوں اپنا انفرادی کریں۔ **(علی احمد' کراچی)**

ii۔ آپ ہر وقت' ہر پل یَاخَالِقُ' یَابَاعِثُ' یَامُصَوِّرُ روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھیں۔ آپ کی زبان ہر وقت اس ذکر سے تر رہے۔ **(ثانیہ' لاہور)**

جولائی کے سوال

1۔ میں گھی' مکھن' بالائی' دودھ وغیرہ استعمال کرلوں تو مجھے ریشہ ہوجاتا ہے اور گاڑھا گاڑھا بلغم آنے لگتا ہے۔ ناک بند ہوجاتی ہے' براہ مہربانی کوئی بہن بھائی مجھے اس کا حل بتائیں کیونکہ مجھے مکھن' بالائی وغیرہ کھانا بہت پسند ہے۔ **(علی احمد' لاہور)**

2۔ محترم قارئین السلام علیکم! چنبل کی بیماری ایلو پیتھک اور ہومیو پیتھک علاج سے ٹھیک ہونے میں نہیں آرہی۔ دونوں طریقہ علاج کو آزمایا ہے۔ اس کا طبی اور روحانی علاج جو مجرب ہو تحریر فرمائیں۔ **(عبدالغفور چغتائی' اٹک)**

3۔ جناب میرا مسئلہ یہ ہے کہ تمام رات لایعنی بے مقصد' اوٹ پٹانگ' بے سروپا' انتہائی پریشان کن خواب آتے ہیں۔ صبح بیداری کے وقت طبیعت نڈھال' تھکی تھکی ہوتی ہے' دماغ انتہائی کمزور ہوگیا ہے۔ میں خوابوں سے چھٹکارا چاہتا ہوں میرے اس مسئلے کا کوئی حل کسی قاری کے پاس ہو تو مطلع فرمائیں۔ عین نوازش ہوگی۔ بندہ تمام عمر دعاؤں میں یاد رکھے گا۔ **(سعید اختر' فیصل آباد)**

4۔ قارئین! میں اپنے وجود سے تنگ آچکی ہوں گھر والوں کیلئے بوجھ ہوں' میری شادی نہیں ہوپارہی نہ ہونے کی وجہ یہ ہے کہ میرے چہرے کے دو حصوں پر بہت سا میل جم گیا ہے۔ وہ یوں کہ میں نے تقریباً 10 سال پہلے کریموں کا بے جا استعمال کیا جس سے میری جلد کھردری ہوگئی اور میں جس علاقے میں رہتی ہوں وہاں کا پانی بھی کھارا ہے اور میری جلد بھی خشک قسم کی تھی جلد کی خشکی اور صفائی کیلئے میں صرف گیلا تولیہ کرکے چہرے پر پھیرتی ہوں' کسی بہن بھائی کے پاس جلد کی سخت میل دور کرنے اور آنکھوں کی صفائی کا آزمودہ نسخہ ہو تو ضرور لکھے۔ **(شازیہ کنول)**

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

خالد محمود اعوان' کراچی۔ نادیہ۔ محمد آصف' کنڈیارو۔ جلیل احمد۔ اہلیہ محمد عرفان۔ محمد عظیم صادق' لاہور۔ مدیحہ' لاہور۔ حکیم محمد عمر بلوچ' گوجرانوالہ۔ نصرت شاہ' ملتان۔ محمد شعیب اقبال' لاہور۔ افتخار احمد' رابعہ بی بی' عمارہ مظہر' ماجدہ امتیاز' گجرات۔ عبدالرحمن' اٹک۔ عصمت' شکیلہ' گجرات۔ عمار اعجاز' محمد عمر۔ والدہ جنید علی' لاہور۔ مولانا سلیم سومرو' کنڈیارو۔ محمد کامران' اٹک۔ فارینہ ارم' گجرات۔ محمد سعید علوی' چکوال۔ مفتی عبیداللہ' بلوچستان۔

مناقب صحابہ واہل بیت

انتخاب: مکی احمد پوری

پروردۂ نبی حضرت عمر بن ابی سلمہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ جب حضور نبی اکرم ﷺ پر حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا کے گھر میں یہ آیت مبارکہ "اے اہل بیت! اللہ تو یہی چاہتا ہے کہ تم سے (ہر طرح کی) آلودگی دور کردے اور تم کو خوب پاک وصاف کردے" نازل ہوئی۔ تو آپ ﷺ نے حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا' حضرت حسن اور حسین رضی اللہ عنہم اجمعین کو بلایا اور ایک چادر میں ڈھانپ لیا۔ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ حضور نبی اکرم ﷺ کے پیچھے تھے آپ ﷺ نے انہیں بھی اپنی کملی میں ڈھانپ لیا پھر فرمایا: الٰہی! یہ میرے اہل بیت ہیں' ان سے ہر آلودگی کو دور کردے اور انہیں خوب پاک وصاف فرمادے۔" **(ترمذی' حاکم)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ جب یہ آیت نازل ہوئی۔ "اے محبوب! فرمادیجئے کہ میں تم سے صرف اپنی قرابت کے ساتھ محبت کا سوال کرتا ہوں" تو صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا: یارسول اللہ! ﷺ آپ ﷺ کی قرابت والے کون ہیں جن کی محبت ہم پر واجب کی گئی ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: علی رضی اللہ عنہٗ' فاطمہ رضی اللہ عنہا اور ان کے دونوں بیٹے (حسن اور حسین رضوان اللہ علیہم اجمعین) **(طبرانی)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ جب حضور نبی اکرم ﷺ حجۃ الوداع سے واپس تشریف لائے اور غدیر خم پر قیام فرمایا۔ آپ ﷺ نے سائبان لگانے کا حکم دیا' وہ لگادیئے گئے۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا: "مجھے لگتا ہے کہ عنقریب مجھے (وصال کا) بلاوا آنے کو ہے' جسے میں قبول کرلوں گا۔ تحقیق میں تمہارے درمیان دو اہم چیزیں چھوڑ کر جارہا ہوں' جو ایک دوسرے سے بڑھ کر اہمیت کی حامل ہیں: ایک اللہ کی کتاب اور دوسری میری عترت۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ میرے بعد تم ان دونوں کے ساتھ کیا سلوک روا رکھتے ہو اور یہ دونوں ایک دوسرے سے جدا نہ ہوں گی یہاں تک کہ حوض کوثر پر میرے سامنے آئینگی' پھر فرمایا: بے شک اللہ میرا مولا ہے اور میں ہر مومن کا مولا ہوں۔ پھر حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کا ہاتھ پکڑ کر فرمایا: جس کا میں مولا ہوں' اس کا یہ ولی ہے' اے اللہ! جو اسے (علی کو) دوست رکھے اسے تو دوست رکھ اور جو اس سے عداوت رکھے اس سے تو بھی عداوت رکھ۔" **(نسائی' حاکم)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

اذان کچھ ایسے ادا کی

خواب: ہم چند دوست ایک جگہ پر ہوتے ہیں جن میں سے میرے تین دوستوں کا روزہ ہوتا ہے اور وقت مغرب کی اذان اور افطار کا وقت ہوتا ہے۔ ان میں سے ایک دوست کہتا ہے کہ میں اذان دیتا ہوں مگر میں نے کہا کہ میں اذان دیتا ہوں اور میں نے اذان دینی شروع کی۔ جناب اذان دینی تو میں نے بالکل ٹھیک طرح سے شروع کی اور بہت پیارے طریقے سے سُر میں اذان دے رہا تھا مگر جب میں نے اذان میں رسول ﷺ کی شہادت دینے کے کلمات ادا کیے تو پہلی بار تو یہ ٹھیک کہا مگر دوسری مرتبہ میرے منہ سے یہ کلمات کچھ ایسے نکلے ''اشھد ان اللہ اکبر'' یعنی میں نے اذان ایسے دی اور اس کے بعد میں نے باقی اذان ٹھیک طرح سے ادا کی۔ **(سہیل احمد، خیرپور)**

تعبیر: آپ کا خواب بہت مبارک ہے اور اس بات کا اشارہ ہے کہ انشاءاللہ آپ کو جلد ہی زیارت حرمین شریفین کی سعادت نصیب ہوگی تاہم اس بات کی تنبیہ بھی کی گئی ہے کہ اپنی زندگی کو سنت رسول ﷺ کے مطابق ڈھالنے کی کوشش کریں آپ درود شریف کثرت سے پڑھا کریں اور کتاب اسوۂ رسول اکرم ﷺ کا مطالعہ کریں۔

منہ میں تعویذ

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے گھر میں ہوں (میں شادی شدہ ہوں) وہاں میں اپنی سوتیلی والدہ سے لڑ رہی ہوں، اتنے میں مجھے لگتا ہے کہ انہوں نے اپنے دانتوں میں کچھ دبایا ہوا ہے میں زبردستی ان کا منہ کھولتی ہوں اور ان کے دانتوں سے کاغذ کی شکل میں تعویذ نکال لیتی ہوں جس پر وہ ہنستی ہیں اور اپنے کمرے میں چلی جاتی ہیں۔ میں اپنی بہن سے کہتی ہوں کہ ہمیں یہ تعویذ کسی کو دکھا لینے چاہئیں تاکہ مقصد پتا چلے۔ پھر منظر بدلتا ہے اور اب میری بہن کے ہاتھ میں ایک کاغذ ہوتا ہے جس پر کچھ لکھا ہوتا ہے میری بہن وہ پڑھ کر مجھے بتاتی ہے کہ میری دائیں ران پر سخت جادو ہے پھر میں اپنی بہن سے کہتی ہوں کہ ہمیں اس کاغذ پر اس کا جواب لکھنا چاہیے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(رخسانہ نور، ملتان)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر بندش ہے اور اس بات کا اشارہ بھی ہے کہ اگر توجہ سے علاج کرایا گیا تو انشاءاللہ یہ بندش ختم ہوجائے گی۔ آپ معوذتین 313 بار روزانہ بعد نماز مغرب پڑھ کر پانی میں دم کرکے پی لیا کریں اور حصول اولاد کیلئے درود شریف ہر نماز کے بعد کثرت سے پڑھا کریں۔

تم کون ہو؟

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اور میرا شوہر اپنے کمرے میں بیٹھے ہیں (اس کمرے کی کھڑکی گلی کی طرف ہے) کہ تین یا چار موٹرسائیکل والے وہاں آکر کھڑے ہوتے ہیں اور الٹی سیدھی باتیں شروع کردیتے ہیں جس پر میرے شوہر کو غصہ آتا ہے اور وہ باہر چلے جاتے ہیں تو ان میں سے کوئی موٹرسائیکل سوار میرے شوہر کو گولی مار دیتا ہے۔ میں انہیں دیکھتی نہیں ہوں لیکن مجھے یہی پتہ چلتا ہے۔ اس کے بعد منظر بدلتا ہے اور میرا دیور جو کہ غیرشادی شدہ ہے کمرے سے آتا ہے اور باہر جانے لگتا ہے اسے کچھ معلوم نہیں ہوتا کہ باہر کیا ہوا ہے۔ میں اسے باہر جانے سے روکتی ہوں تو اتنے میں میرا بیٹا جو دراصل میرے دیور کے پاس ہوتا ہے۔ لیکن کوئی اور ڈاڑھی والا لڑکا آتا ہے جو تقریباً 22-21 سال کا ہوتا ہے اسے سلیمان یعنی اپنا دیور سمجھتی ہوں اور اصل دیور سے لے کر یہ کہتی ہوں محسن (میرے بیٹے کا نام) کو سلیمان یعنی اس لڑکے کو دو جسے میں نہیں جانتی۔ دو تین دفعہ ایسے ہی کہتی ہوں لیکن جس نے بچہ اٹھایا ہوتا ہے اسے دیکھتی ہوں تو کہتی ہوں یہ سلیمان ہے تو تم کون ہو؟

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو کسی پریشانی میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہے۔ آپ فوری طور پر صدقہ دیں اور لاحول کی ایک تسبیح بعد نماز فجر پڑھ لیا کریں۔

پرانا گھر اور محلہ کی چڑیل

خواب: ہمارا وہی پرانا گھر اور محلہ ہے جہاں میرا بچپن گزرا ہے۔ اس گھر کے صحن میں ایک ادھیڑ عمر انتہائی خوبصورت عورت میرے پیچھے بھاگتی ہے اور میں اس سے بچنے کیلئے اسے مارتی ہوں اور خوف کی وجہ سے محلے کے دوسرے گھروں میں چھپتی ہوں اور کہتی ہوں دروازہ بند کرلو۔ ایک چڑیل ہے جو حملہ کررہی ہے اور ڈر کے مارے میرا برا حال ہوتا ہے پھر میں دیکھتی ہوں کہ وہی عورت ہمارے پرانے گھر کے صحن میں بیٹھ کر میری رشتہ دار خواتین سے میری شکایت کررہی ہوتی ہے اور کہتی ہے کہ اب یہ مجھ سے دور بھاگ رہی ہے اور ڈر رہی ہے۔ فلاں وقت اس نے فلاں نیکی کی وہ بھی میں دیکھ رہی تھی اور وہ میری نیکی بتاتی ہے۔ اس کے بعد میں نے دیکھا کہ میں اپنے موجودہ گھر کے صحن میں کھڑی ہوں اور دس فٹ بلندی پر کپڑے سکھانے کی رسیاں بندھی ہیں ان پر ایک عجیب الخلقت آدمی لٹک کر مجھ پر حملہ کرتا ہے لیکن میں نیچے کھڑے ہو کر ڈنڈے کی مدد سے اس کا وار روکتی ہوں اور خوب ڈنڈے اس کے اوپر مارتی ہوں اور اپنے اوپر حملہ نہیں ہونے دیتی۔ پھر میں دیکھتی ہوں ایک جگہ ہے جہاں ایک نابینا بزرگ اپنی بیٹی کے ساتھ رہتے ہیں میں اپنی والدہ کے ساتھ وہاں جاتی ہوں تو دیکھتی ہوں کہ ان کے گھر بڑے سے صحن میں بہت سی خواتین بیٹھی ہیں میں بھی وہاں بیٹھ کر سوچتی ہوں کہ یہ بزرگ، ہم سب خواتین کو جمع کرکے بڑے بابا (بزرگ) کے پاس لے جائیں گے پھر وہ ہماری حاجتیں سن کر ہمیں تعویذ وغیرہ دیں گے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں دیکھتی ہوں کہ میں دوبارہ ان کے گھر گئی اور خواتین جمع ہیں لیکن اس بار میں ان نابینا بزرگ کے پاس ہی بیٹھ جاتی ہوں وہ تسبیح پڑھ رہے ہوتے ہیں اتنے میں ان بزرگ کی آواز میرے کانوں میں آتی ہے وہ تسبیح پڑھتے ہوئے کہہ رہے ہوتے ہیں کہ اے اللہ اس لڑکی کی شادی کردے تو یہ آواز سن کر میں بزرگ کی طرف دیکھتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ یہ تو نابینا ہیں انہیں کیسے پتہ چلا کہ میں ان کے پاس بیٹھی ہوں۔ میں یہ سوچ ہی رہی ہوتی ہوں کہ ان بزرگ کی آنکھوں میں مجھے جو بند ہوتی ہیں ایک طاقت نظر آتی ہے اور وہ آنکھیں جو بالکل صحیح ہوتی ہیں ادھر ادھر گھومنے لگتی ہیں۔ **(پروین، گجرات)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر اوپری اثرات ہیں جس کی وجہ سے آپ کے کاموں میں رکاوٹ پیدا ہوجاتی ہے آپ فوری طور پر صدقہ دیں اور سورہ بقرہ روزانہ پڑھ کر پانی میں دم کرکے پی لیا کریں۔ 90 دن تک یہ عمل کریں انشاءاللہ حائل رکاوٹیں دور ہوں گی۔

عزیز الرحمن عزیز، پشاور

قرض خواہوں سے نیک سلوک اور دولت

جب دوسرے تیسرے دن منگل تھا تو جناب بلور دین صاحب نے یاداشت کرادی کہ میں بھی جاؤنگا۔ منشی صاحب نے جی صاحب کہا اور اپنے کسی دوسرے کام میں مصروف ہوگیا۔ منگل وار کو بلور دین صاحب نے منشی سے کہا کہ چلو تانگہ آنے جانے کا کرالو

یہ واقع پشاور شہر کے ایک بہت بڑے تاجر جن کا کاروبار شہر کے بارونق بازار دالگراں بازار میں بہت ہی اچھی شہرت رکھنے والے خاندانی کاروباری تھے ان مشہور زمانہ ہستی کا نام جناب بلور دین تھا۔ یہاں پشاور میں یا دوسرے شہروں میں بھی کاروباری طریقہ جسے (اگرائی) رقم کی وصولی کا ایک معروف طریقہ چلا آرہا ہے اور ہر ہفتے میں ایک دن (منگل) کو اُگرائی ہوا کرتی تھی اور سارے شہر کے دکانداروں سے جن کے ذمے بقایا ہوتا تھا لیکر ایک صاحب (منشی) کا یہ کام تھا۔ شہر صدر کے تمام قرضدار حضرات سے اسی طرح وصولی ہوتی تھی اور ایسا ہوتا تھا کہ کبھی کبھی مرحوم بلور دین صاحب خود کھاتہ چیک کرتے تھے کہ کس نے دیئے اور کس نے نہیں دیئے۔ اسی طرح ایک دفعہ چیکنگ کے دوران نوتھیہ جو کہ پشاور صدر میں ایک علاقہ ہے میں ایک دکاندار کے ذمے پتہ نہیں کتنے منگل گزر گئے اور وصولی نہ ہوئی تو لامحالہ موصوف نے منشی سے پوچھا کہ یہ صاحب رقم کیوں نہیں دے رہے؟ تو منشی نے کوئی تسلی بخش جواب نہ دیا اور آئیں بائیں شائیں کرنے لگا۔ بہرحال موصوف نے منشی صاحب سے کہا کہ جب جاؤ منگل کو تو مجھے بھی ساتھ لے جانا۔

جب تیسرے دن منگل آیا تو جناب بلور دین صاحب نے یادداشت کرادی کہ میں بھی جاؤنگا۔ منشی صاحب نے جی صاحب کہا اور اپنے کسی دوسرے کام میں مصروف ہوگیا۔ منگل وار کو بلور دین صاحب نے منشی سے کہا کہ چلو تانگہ آنے جانے کا کرالو۔ ان دنوں شاذ ہی گاڑیاں نظر آتی تھیں منشی صاحب نے تانگہ کرا کر لا کھڑا کیا اور اگرائی کیلئے روانہ ہوگئے جب منزل مقصود (نوتھیہ) پہنچے اور اس دکان کے سامنے تانگہ رکا تو اس دکاندار کی نظر جناب بلور دین صاحب پر پڑی تو رنگ فق ہوگیا اور گھبراہٹ میں عجیب وغریب حرکتیں کرنے لگا مگر بلور دین صاحب ان کے ساتھ بڑے اخلاق اور اپنائیت سے ملے حال احوال پوچھا اور بیٹھ گئے اس دکاندار نے کہا کہ میں ابھی آیا تا کہ آپ کیلئے چائے لیکر آؤں اور دکاندار دکان سے غائب ہوگیا اب بلور صاحب نے مذکورہ دکان کا جائزہ لینا شروع کردیا' دکان تو بالکل خالم خالی تھی۔ موصوف سوچ میں پڑ گئے اور خاموشی سے انتظار کرنے لگے' چائے والا چائے رکھ کر چلا گیا اور کچھ دیر بعد دکاندار آموجود ہوا اور دیری کیلئے معافیاں مانگنے لگا اور کچھ رقم منشی کے حوالے کی اور علیک سلیک کے بعد واپسی ہوئی دوسرے منگل کی پھر تانگہ منشی اور جناب بلور دین صاحب اس دکاندار کے پاس تھے گزشتہ منگل کی طرح آج بھی اس دکاندار نے وہی طرز عمل اپنایا اور چائے کا کہہ کر غائب ہوگیا۔ موصوف بلور دین صاحب نے ساتھ والے دکاندار سے پوچھا کہ یہ کہاں غائب ہوجاتا ہے اس دکاندار نے بتایا کہ یہ آپ کے احترام سے دکان سے غائب اور کسی سے قرض رقم لیکر آپ کو دینے کیلئے بھاگ گیا ہے تو بلور دین صاحب مرحوم نے کہا کہ یہ تو کوئی بات نہ ہوئی چلو آنے دو ہم اس سے مل کر بات کرلیں گے۔ جب دکاندار تشریف لایا تو منشی صاحب نے دکاندار سے کہا کہ آپ کے ذمے اتنی رقم بقایا ہے اور ہاں بلور دین صاحب نے کہا ہے کہ تم دکان پر آؤ تمہارے ساتھ کوئی کام ہے۔ دکاندار تو لرز گیا کہ نہ جانے اب کیا ہوگا خیر جب تانگہ مڑا تو ہمسایہ دکاندار نے اسے کہا ابھی جاؤ مگر وہ ڈر رہا تھا اور نہ جانا چاہتا تھا مگر ہمسایہ کے سمجھانے بجھانے پر وہ تیار ہوگیا اور اس کی قسمت کھل گئی جب دکاندار بازار دالگراں پہنچا تو بلور دین صاحب مرحوم اس کیلئے کھڑے ہوگئے اور بڑی اپنائیت کے ساتھ ملے اور مزدوروں کو کہا کہ ان کیلئے ایک ایک بوری ہر قسم کے چاول اور جو کچھ ہمارے پاس نہیں ہے وہ منڈی سے ہمارے نام لیکر آؤ کسی چیز کی کمی نہ ہو۔ بہرحال تا کہ اس کا گاہک واپس نہ جائے دکاندار صاحب تو حقیقتاً اتنے خوش ہوئے کہ اس کے دل کا حال تو اللہ ہی کو معلوم ہے۔ ان کے اس طرح کے حسن سلوک کے سینکڑوں واقعات ہیں' آج اُسی حسن سلوک کی وجہ سے ان کا خاندان پشاور کا مشہور ومعروف اور کھاتا پیتا خاندان بن گیا ہے۔ اللہ ہم سب کی مشکلیں آسان فرمائے۔ آمین۔

مستجاب الدعوات کیلئے حیرت انگیز عمل

ایک آزمودہ عمل ہے جو کہ میں اپنے مرشد جناب حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کے حکم واجازت سے کرتا ہوں اور جب بھی یہ عمل کرکے میں نے جو دعا مانگی ہے وہ قبول ہوئی ہے اور اللہ پاک نے میرے بہت سے کام بنادیئے ہیں۔ وہ عمل یہ ہے کہ دو رکعت نفل نماز حاجت کی نیت سے پڑھیں اور ہر سجدہ میں 40 بار آیت کریمہ پڑھیں اس کے بعد صدق دل سے گڑگڑا کر دعا کریں تمام مشکلات حل ہوجائیں گی۔ (محمد شہزاد مجذوبی' کراچی)

محمد ناصر زلفی، سکھر

عبقری نے بھائی کو نئی امید دیدی

میرے بھائی کو دیکھ کر کئی لوگوں نے مجھ سے پوچھا اور میں نے ان کو عبقری اور حکیم صاحب کا بتایا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بعد سلام عرض ہے کہ میرے بڑے بھائی محمد راشد بچپن سے ہی مختلف بیماریوں کا شکار تھے کبھی جباڑی بند ہونا' جھٹکے لگنا اور کبھی ہاتھ پاؤں کا مڑنا اور کبھی سر میں درد ہونا' ہم سکھر کے رہائشی ہیں اور سکھر میں اچھے سے اچھے ڈاکٹر کو دکھایا لیکن کوئی فائدہ نہ ہوا پھر ہم بھائی کو کراچی لے گئے وہاں بھی ہر ڈاکٹر کو دکھایا' گیارہ سال کراچی میں علاج چلا لیکن ڈاکٹروں کی سمجھ میں نہ آیا' کوئی کہتا تھا کہ دماغ کی تکلیف ہے اور کوئی کہتا تھا کہ اعصابی کمزوری ہے اور کسی نے کہا روحانی تکلیف ہے کسی اچھے مولوی کو دکھاؤ پھر ہم نے سکھر اور کراچی میں کوئی عامل نہیں چھوڑا لیکن انہوں نے بھی ڈاکٹروں والی بات بتائی' ہم تو بہت پریشان ہوگئے تھے' بھائی کو دیکھ کر گھر میں والدہ کی طبیعت بھی خراب ہوجاتی تھی اور پھر گھر میں ایک بیمار ہو تو پورا گھر پریشان ہوجاتا ہے اور پھر جس کا جوان بیٹا اور جوان بھائی بیمار ہو تو اس کی پریشانی ہر کوئی سمجھ سکتا ہے لیکن ہم نے ہمت نہ ہاری اور ہر ممکن کوشش میں لگے رہے جس نے بھی جس کے بارے میں بتایا ہم نے اس کو ضرور چیک اپ کروایا اور علاج بھی کیا لیکن اللہ نے شفاء حضرت حکیم صاحب کے ہاتھ سے دینی تھی اور ذریعہ بنا عبقری میگزین۔ میں جہاں ملازمت کرتا ہوں وہاں میرے مالک شفیع صاحب ہیں ایک دن میں شفیع صاحب کے پاس بیٹھا ہوا تھا تو انہوں نے مجھ سے میرے بھائی کے بارے میں پوچھا' میں نے کہا بھائی کا علاج حکیم صاحب سے چل رہا ہے میں نے جب سے علاج شروع کروایا ہے جب سے اب تک الحمدللہ نہ کوئی دورہ پڑا اور نہ کوئی جھٹکے لگے اور نہ کوئی طبیعت خراب ہوئی اور اب میرے بھائی کو دیکھ کر کئی لوگوں نے مجھ سے پوچھا اور میں نے ان کو عبقری اور حکیم صاحب کا بتایا اور وہ بھی علاج کیلئے سکھر سے لاہور حکیم صاحب کے پاس گئے اور اللہ کی مہربانی سے ان کو بھی فائدہ ہوا' میری ان لوگوں سے بھی گزارش ہے جو عبقری پڑھتے ہیں اگر اللہ نہ کرے کسی کے گھر میں کوئی ہمارے یار شتے داروں میں تو وہ میری طرح ایک کوشش اور کرے انشاء اللہ ان کو بھی حضرت حکیم صاحب کی پڑھائی سے شفاء دے گا اور ناممکن روحانی مشکلات اور علاج جسمانی بیماریوں سے نجات کیلئے عبقری سے دوستی بڑھائیں کیونکہ موجودہ حالات آپ کے سامنے ہیں ایسے حالات میں حکیم صاحب کی محنت اور کوششیں ماہنامہ عبقری کی صورت میں ہر گھر کی ضرورت ہے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

ذیابیطس پر قابو پانا سیکھیے

میں ایک گاؤں میں رہتی ہوں۔ مردان گئی تو پتہ چلا کہ مجھے ذیابیطس ہوگئی ہے۔ ہم لوگ علاج نہیں کراسکتے' بس میں نے گڑ اور شکر کھانی چھوڑ دی ہے۔ آپ مجھے بتایئے کہ گاؤں میں رہتے ہوئے میں کیسی غذا کھاؤں جس سے میری صحت ٹھیک رہے' میرے تین بچے ہیں اور مجھے بہت کام کرنا پڑتا ہے۔ **(نعمانہ گل' دیر)**

بی بی! آج کے دور میں ذیابیطس کا مرض عام ہے۔ اس مرض میں مبتلا ہر مریض زندگی میں محرومی کا احساس اور عجیب سی کسک محسوس کرتا ہے۔ ہر وقت یہ احساس رہتا ہے کہ ہمیں کیوں ذیابیطس ہوگئی؟ جو لوگ اس مرض سے سمجھوتہ کرکے زندگی گزارتے ہیں وہ کامیاب رہتے ہیں۔ وہ اپنی غذا پر قابو پاکر اور ورزش' یوگا کرکے اپنی بیماری پر قابو پالیتے ہیں۔ قدرت کی عطا کردہ چیزوں اور نعمتوں سے اپنے آپ کو روکنا مشکل لگتا ہے۔

ذیابیطس کا خوف اور مایوسی نفسیاتی طور پر مریض کو بے چین کردیتی ہے۔ آپ گاؤں میں رہتی ہیں کام کاج کرتی ہیں' پتے دار تازہ سبزیاں' کچی اور پکی خوب کھایئے۔ جدید تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ ریشے والی غذا زیادہ کھانے سے ذیابیطس پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ جامن کا موسم ہے' خوب کھایئے۔ اس کی گٹھلیاں بھی سکھا کر پیس کر رکھ لیجئے۔ اس سفوف کو چھوٹے کیپسول میں ڈال لیں اور نہار منہ ایک کیپسول روزانہ استعمال کریں' بہت فائدہ مند ہیں۔ گوار کی پھلیاں بھی اس موسم میں ہوتی ہیں۔ آپ تازہ نرم پھلیاں کاٹ کر پکایئے۔ تھوڑا سا دہی ڈال کر بھون کر اس میں ہرا دھنیا ملا کر کھایئے۔ گوار کی پھلی کھانے سے خون میں شکر کی بڑھی ہوئی مقدار کم ہوجاتی ہے۔

آپ کی عمر بائیس سال ہے' آپ غذا سے بھی ذیابیطس پر آسانی سے قابو پاسکتی ہیں۔ روزانہ خوراک میں کالے چنے کا شوربہ' چاروں دالیں' بیسن کی روٹی' بھنڈی' کدو' پھول گوبھی' بند گوبھی' مرچ' اروی کے پتے' کھیرا' پھلیاں' توری' پالک' ٹینڈے' کریلے اور ساگ خوب کھایئے۔ شکر' گڑ سے پرہیز کیجئے۔ شکر قندی' مٹھائی' گنا' انگور' کھجور' شربت' سفید چنے اور ماش کی دال نہ کھایئے۔ آپ کو چاہیے کہ ہفتے میں ایک دن مردان جاکر خون میں شکر کی مقدار ضرور چیک کرائیں۔ غذا سے آپ ذیابیطس پر قابو پاسکتی ہیں' پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ اس عمر میں بہت سارے لوگ غذا میں احتیاط کی وجہ سے صحت یاب ہوجاتے ہیں۔

اللہ کی خاص رحمت

میری والدہ سخت بیمار تھیں' ڈاکٹروں نے جواب دے دیا تھا۔ ایسے میں انہیں کسی نے دعاؤں کی چھوٹی سی کتاب دی اور کہا کہ عشاء کی نماز پڑھ کر جائے نماز پر بیٹھے بیٹھے دعاؤں کا ورد کریں اور یہ سوچیں کہ اللہ تعالیٰ کی خاص رحمت ان پر ہے بیمار کی دعا ضرور قبول ہوتی ہے۔ میری امی نے ایسا ہی کیا۔ ایک ہفتہ میں ان کے چہرے پر رونق آگئی۔ دوسرے ہفتے انہیں بھوک لگنے لگی دو ماہ بعد جب وہ ڈاکٹر کے پاس گئیں تو وہ بھی حیران رہ گیا ان کی آدھی سے زیادہ بیماری ختم ہوچکی تھی۔ ڈاکٹر نے وٹامن کی چند گولیاں تجویز کیں۔ اب میری والدہ صحت یاب ہیں۔ یہ نہایت حیرانی کی بات ہے کہ دعاؤں کے ذریعے ایک لاعلاج موذی مرض سے انہیں شفاء مل گئی۔ کیا واقعی عبادت میں شفاء ہے؟؟؟ **(رمشہ' ساؤتھ افریقہ)**

بہن! آپ کو مبارک ہو کہ آپ کی والدہ صحت یاب ہوگئیں۔ آج کل جدید طبیب وڈاکٹر علاج کے ساتھ ساتھ عبادت اور دعا پر بھی زور دے رہے ہیں۔ امریکہ کے ہارورڈ میڈیکل اسکول میں طب کے پروفیسر ڈاکٹر ہربرٹ بسنین نے ایک کتاب دی ریلیکس ریسپانس لکھی جس نے پوری دنیا میں تہلکہ مچا دیا تھا۔ آپ حیران ہوں گی کہ اس کی 35 لاکھ کاپیاں فروخت ہوچکی ہیں۔ کتاب میں ڈاکٹر نے بڑے اچھے طریقے سے روحانی اور مذہبی طب کے بارے میں بتایا ہے۔ وہ لکھتا ہے کہ بہت ساری بیماریاں ذہنی تناؤ سے جنم لیتی ہیں۔ ذہنی دباؤ سے دماغ پر بوجھ پڑتا ہے' دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ یہ تناؤ آج سے نہیں بلکہ جب سے دنیا وجود میں آئی ہے' موجود ہے۔ جب انسان غاروں میں رہتا تھا تو صرف خوف کے وقت یہ تناؤ بڑھتا تھا۔ آج کے تیز رفتار دور میں ہر لمحہ انسان کو تناؤ کی ایسی گرفت میں جکڑ لیتا ہے کہ اس سے نجات نہیں ملتی۔ ایسی صورت میں عبادت' دعا اور مراقبے سے ذہنی تناؤ ختم ہوجاتا ہے۔ ڈاکٹر ہربرٹ نے ایک اور نئی کتاب ٹائم لیس ہیلنگ لکھی ہے جو طبی حلقوں کے علاوہ عام لوگوں میں بھی بہت مقبول ہورہی ہے۔ تیس سالہ تجربات' واقعات' مشاہدات اور تحقیقات کے بعد یہ کتاب رقم کی گئی ہے۔ دعا سے بہت اثر ہوتا ہے آپ کی امی اس حقیقت کو جان گئی ہیں۔ دوسروں کیلئے دعا کی جائے تو اس کا بھی بہت اثر ہوتا ہے۔ قرآن پاک میں بہت ساری دعاؤں کا ذکر ہے۔ اللہ کا شکر ہے کہ ہم مسلمان ہیں اللہ پر یقین رکھتے ہیں اور یہی یقین ہماری دعاؤں کو شرف قبولیت بخشتا ہے۔ اپنی امی سے کہئے کہ وہ پابندی سے عبادت کرتی رہیں بلکہ جب بھی انہیں وقت ملے تو جاکر دوسرے مریضوں کی عیادت کریں اور ان کو بھی دعا اور عبادت کی تلقین کریں۔

ناک پر دانے

میرا چہرہ صاف ہے مگر ناک پر سیاہ کیل ہیں جو برے لگتے ہیں۔ مجھے اس کا علاج بتایئے۔ میرے ہونٹوں کے کونوں اور اندر کی طرف دانے ہوجاتے ہیں جو بہت تکلیف دیتے ہیں۔ میں ایک گاؤں میں رہتی ہوں مجھے بتایئے کہ میں کیا کروں؟؟؟ **(صائمہ)**

بی بی! ناک کے مساموں میں میل جم جاتا ہے جو سیاہ کیلوں کی طرح لگتا ہے۔ بھاپ دے کر روئی کی مدد سے دبا دبا کر یہ میل نکالا جاتا ہے۔ آپ یوں کیجئے کہ ایک چمچہ بیسن میں آدھے لیموں کا رس ملایئے اور تھوڑا سا پانی ملا کر ناک پر اچھی طرح لگایئے۔ پانچ منٹ بعد انگلی سے اچھی طرح مل مل کر اتاریئے' اس کے بعد ٹھنڈا پانی یا برف کی ڈلی لے کر لگایئے' اس سے مسام سکڑ جائیں گے۔ ہفتے میں تین بار یہ عمل کیجئے' ناک کا میل صاف ہوجائے گا۔ ہونٹوں پر دانے فولک تیزاب کی کمی سے نکلتے ہیں۔ آپ فولک ایسڈ کی گولیاں منگا کر کھایئے' اس سے آرام آجائے گا۔

کدو کھائیں' ٹھنڈک کا منفرد احساس پائیں

سبطین الحسن' اسلام آباد

نزلہ بخار میں اینٹی بائیوٹک دوا استعمال کرنے کے بعد عموماً سینے میں خراش' خشک کھانسی اور بلغم میں کبھی کبھی خون آنے لگتا ہے۔ ایسے میں ہلکے گرم دودھ میں ایک چھوٹا چمچہ روغن کدو ملا کر صبح شام پینے سے نزلہ اور سینے کی خراش دور ہوجاتی ہے۔

65ء کی جنگ میں مجھے اچھی طرح یاد ہے لوگوں میں جذبہ ایمانی شدت سے فروزاں تھا۔ کراچی میں ہمارے قریبی عزیز تھے۔ عمر 25 برس تھی۔ محلے میں خندق کھودتے کھودتے انہوں نے اللہ اکبر کے نعرے لگائے۔ پھاوڑا لے کر خندق سے باہر نکلے اور دوسرے لوگوں کو بھارتی دشمن سمجھ کر حملہ کرنے لگے۔ صبح سے انہوں نے تن تنہا دو خندقیں کھود ڈالی تھیں۔ ڈاکٹر کے پاس لے کر گئے۔ اس نے کہا ان کے دماغ پر گرمی چڑھ گئی ہے۔ انہیں مینٹل ہسپتال لے جائیں کیونکہ یہ اپنے ہوش میں نہیں۔ بمشکل انہیں لاہور لایا گیا اور ہسپتال میں داخل کرادیا۔

انہیں زنجیروں میں جکڑ کر رکھا گیا مگر جب کبھی وہ موقع پاتے ''اللہ اکبر'' کے نعرے لگاتے' زنجیریں توڑ دیتے' چہرہ خون کی حدت سے لال تھا۔ کھاتے پیتے بھی نہیں تھے۔ ان کی حالت دیکھ کر بے حد افسوس ہوتا۔ تیسرے دن مجھ سے نہ رہا گیا۔ حکیم امیر احمد صاحب سے پوچھا: ''ایسے حال میں کوئی دوا اثر کرسکتی ہے؟ ان کو نیند آتی ہے نہ کھانا کھاتے ہیں۔ چیخیں مارتے ہیں مجھے چھوڑ دو۔ میں جہاد پر جارہا ہوں۔ کسی کو نہیں چھوڑوں گا۔ بھارت ہمارا دشمن ہے۔ مجھے سرحد پر چھوڑ دو۔ میں سب سے نمٹ لوں گا۔ جسم میں قوت اس قدر ہے کہ بغیر کھائے زنجیریں توڑ دیتے ہیں۔ آٹھ دس آدمی مل کر پکڑتے ہیں پھر کہیں انجکشن لگتا ہے۔

حکیم صاحب مسکرا کر کہنے لگے ''پریشان مت ہوں' ہرا گھیا منگوایئے' اسے کدوکش کرکے دہی یا چھاچھ میں ملایئے۔ اس کی مالش ہاتھ پاؤں پر خوب کیجئے۔ کھانے میں کدو کا رائتہ' کالی مرچ ڈال کر دیجئے۔ روغن کدو منگا کر اس کی مالش سر اور کنپٹیوں پر کی جائے۔ کدو کا حلوہ بنا کر رکھیے۔ وہ دن میں ایک بار کھایئے۔ دو ہفتے میں یہ ٹھیک ہوجائے گا۔''

حکیم صاحب نے تھوڑا سا دوا کا سفوف بھی دیا کہ کھانے میں چھڑک کر چپ چاپ کھلا دیا کیجئے۔ ہم لوگوں نے اسی طرح عمل کیا۔ دو روز بعد ہی جنونی کیفیت میں کمی آگئی اور چہرے کی سرخی بھی کم ہونے لگی۔ تیسرے دن وہ تمام رات سوئے۔ صبح سب کو پہچانا۔ دو ہفتے میں بالکل ٹھیک ہوگئے۔ احتیاطاً ایک ہفتہ انہیں ہسپتال میں رکھا۔ پھر گھر لے آئے۔ حکیم صاحب نے ایک ماہ کی دوا دی اور روغن کدو ہفتے میں تین بار مالش کرنے اور پینے کیلئے تجویز کیا۔ اس علاج سے بالکل ٹھیک ہوگئے اور آئندہ انہیں کبھی کوئی شکایت نہیں ہوئی۔

حضرت عطا رضی اللہ عنہ' بن ابی رباح روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ''تمہارے لیے کدو موجود ہے۔ وہ عقل کو بڑھاتا اور دماغ کو طاقت دیتا ہے۔'' نزلہ بخار میں اینٹی بائیوٹک دوا استعمال کرنے کے بعد عموماً سینے میں خراش' خشک کھانسی اور بلغم میں کبھی کبھی خون آنے لگتا ہے۔ ایسے میں ہلکے گرم دودھ میں ایک چھوٹا چمچہ روغن کدو ملا کر صبح شام پینے سے نزلہ اور سینے کی خراش دور ہوجاتی ہے۔ گلا صاف ہوجاتا ہے اور خون نہیں آتا۔ یہی روغن پیشاب کم آنے اور جلن اور درد کیلئے بھی مفید ہے۔ صبح و شام شربت بزوری کے ساتھ چائے کا ایک چمچہ روغن کدو پینے سے پیشاب کی جلن ختم ہوجاتی ہے اور پیشاب کھل کر آتا ہے۔ دائمی قبض کیلئے روغن کدو بے حد مفید ہے۔ معدے کی تیزابیت اور آنتوں کی خشکی دور ہوجاتی ہے۔

اسی طرح جن لوگوں کی ناک بند رہتی ہو یا بار بار چھینکیں آکر ناک میں جلن ہوجائے تو وہ بھی روغن کدو استعمال کریں اور ناک میں اندر کی طرف دو بار لگائیں' فائدہ ہوگا۔ جن لوگوں کو نیند نہ آتی ہو وہ شام کا کھانا جلدی کھا کر سوتے وقت روغن کدو پی لیں اور ایک چمچ تیل کی سر سے گدی تک خوب مالش کریں۔ ایک ہفتے کے اندر ہی خشکی دور ہوکر گہری نیند آنے لگے گی۔

گرمی کے موسم میں بخار تیز ہو' مریض بے چین ہوجائے تو نرم گھیا کدوکش کرکے یا باریک ٹکڑے کاٹ کر سر پر رکھنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ گول گھیا لے کر بیچ میں سے دو ٹکڑے کرلیجئے' پھر دونوں کو ملا کر ٹوتھ پک لگا دیجئے۔ اس پر گوندھا ہوا آٹا لگا کر تندور میں رکھ دیجئے۔ آٹا سرخ ہوجائے تو نکال کر آٹا ہٹایئے اور گھیئے کا پانی نچوڑ لیجئے۔ یہ پانی انار کے شربت یا شربت بزوری میں ملا کر پلانے سے بخار کی تیزی' بے چینی اور گھبراہٹ دور ہوجاتی ہے۔

بخار بہت تیز ہو تو نرم گھیے کے چار ٹکڑے کرکے دہی کی لسی میں بھگو کر ہاتھ اور پاؤں پر ملیے۔ پانچ سات منٹ ملنے سے گھیئے کے ٹکڑے بخار کی حدت سے گرم اور سیاہ ہوجائیں گے اس کی وجہ سے ٹمپریچر کم ہوجائے گا۔

عبقری ٹرسٹ تیرا شکریہ!

اعتماد سے عبقری ٹرسٹ کی معاونت کریں آپ کے عطیات صحیح حقداروں تک پہنچیں گے

میں فیصل آباد سے (ج) لکھ رہی ہوں' ہمارا خاندان 9 افراد پر مشتمل ہے۔ 5 بہنیں' 2 بھائی اور والدین' ہمارا گھر ایک چھوٹے کمرے اور ایک ہال نما کمرے پر مشتمل ہے۔ سیڑھیوں کے نیچے ایک چھوٹا سا بیت الخلاء ہے جس میں بمشکل بندہ بیٹھ سکے' وہی غسل خانہ بھی ہے' دروازے کی جگہ پردہ لٹک رہا ہے۔ میرے والد 6 سال سے فالج کے مریض ہیں۔ ایک بھائی 9th کلاس کا سٹوڈنٹ ہے اور دوسرا میٹرک کے پیپر دے کر فارغ ہے۔ ہمارا ذریعہ آمدن والدہ اور بڑی بہن کا کپڑے سینا ہے لیکن اس مہنگائی کی صورتحال میں ہماری زندگی سسک سسک کر گزر رہی ہے۔ ہمیں نہیں معلوم کہ بریانی کیسے بنتی ہے؟ کسٹرڈ کس بلا کا نام ہے؟ صبح کا ناشتہ ہو تو دوپہر کا پتہ نہیں ہوتا۔ گوشت صرف بڑی عید پر ہمارے گھر آتا ہے۔ گھر کے افراد ایک دوسرے کی شکل دیکھنے کے روادار نہیں ہیں۔ ہر بندہ دوسرے کو کاٹ کھانے کو دوڑتا ہے۔ ہماری محرومیوں نے ہمیں بہت زیادہ چڑچڑا کردیا ہے اور ایک دوسرے کا دشمن بنادیا ہے۔ ان محرومیوں میں صرف ہمارے پاس سوچیں ہی ہیں۔ عبقری کسی ہمسائی نے دیا میں نے ان کو بھی وہی تلخیوں بھرا خط لکھا اور خون کے آنسوؤں میں ڈوبی تحریر لکھی اور بھول گئی کچھ عرصہ بعد ایک خاتون ہمارے گھر آئی اور تعارف کروایا کہ عبقری ٹرسٹ کی طرف سے آئی ہوں مجھے یقین نہیں آرہا تھا بٹھانے کو کرسی نہیں تھی۔ اس خاتون کے شوہر باہر گلی میں کھڑے تھے اس خاتون نے ہمارے گھر کا جائزہ لیا ہم سے بات چیت کی' ہمیں سمجھ ہی نہیں آرہی تھی کہ کیا کہیں۔ پہلی بار کوئی ہمارے گھر آیا تھا۔ عرصہ دراز سے ہمارے عزیز ہمیں چھوڑ چکے ہیں۔ اس خاتون نے کسی تکلف سے منع کیا ہمارے پاس تکلف کرنے کو تھا ہی کیا؟ خیر وہ خاتون چلی گئیں۔ ایک ماہ بعد دوبارہ آئیں اور ہمارے لیے کپڑے لائیں اور کچھ مالی مدد بھی کی۔ پتہ چلا کہ ان کا میکہ فیصل آباد میں ہے حکیم صاحب نے ان کو خاص طور پر ہماری تحقیق کرنے کو کہا تھا پھر عبقری ٹرسٹ کی کوششوں سے ہی میرا بھائی برسر روزگار ہوگیا۔ ہر ماہ عبقری ٹرسٹ کی طرف سے ہمیں باقاعدگی سے امداد ملتی ہے۔ ہمارے حالات پہلے سے بہت بہتر ہیں۔ ہماری محرومیاں پہلے کی بنسبت بہت کم ہوگئی ہیں۔ میرا تو امدادی اداروں سے یقین اٹھ چکا تھا اور میں ان کو دھوکہ فریب اور شہرت کا ذریعہ سمجھتی تھی لیکن شاید ایسے ہی لوگوں کی وجہ سے اس دنیا کا نظام چل رہا ہے۔

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

آزمودہ مجربات

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

رمضان اور ہماری صحت

(بنت صدیق' سرگودھا)

روزہ کا مقصد: روزہ کا اصل مقصد حصول تقویٰ ہے لیکن اس کے ساتھ جسمانی فائدے بھی بے شمار ہیں گویا اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں کو روزہ رکھنے کے عوض اپنے قرب و رضا کے علاوہ بے شمار دنیاوی و جسمانی فوائد سے بھی نوازا ہے۔

روزہ کا اول جسمانی فائدہ کم کھانا ہے اسلام دین فطرت ہے اور ہر عمل میں توازن پر زور دیتا ہے۔ چاہے وہ ''روزی کمانا ہو یا عبادات' رسول اللہ ﷺ کی پوری زندگی میں کم کھانے کی عادت نمایاں نظر آتی ہے۔ روزہ میں دس سے بارہ گھنٹہ معدہ کو جو آرام ملتا ہے وہ صحت کیلئے بے حد فائدہ مند ہے اور یہ عام مشاہدہ ہے کہ پیٹ بھرے آدمی کی نسبت خالی پیٹ آدمی زیادہ مستعد اور چست بھی رہتا ہے۔

زیادہ کھانے سے تیزابیت' معدہ کا السر' وزن کی زیادتی' ہائی بلڈ پریشر' ہائی کولیسٹرول' جوڑوں میں درد' ذیابیطس اور دل کے امراض پیدا ہوجاتے ہیں۔

مگر افسوس روزہ کے اس فائدہ کو حاصل کرنے کی بجائے ہمارا عمل اس کے برعکس ہے' کم کھانے اور پیٹ کو خالی رکھنے کے اس ماہ کو ہم نے کھانے پینے کا مہینہ قرار دیا ہے۔

غور کریں! تو بارہ گھنٹے کے آرام کے بعد معدے پر بھاری غذا کی یلغار ایسے ہی نقصان دہ ہے جیسے کئی دن بستر پر لیٹنے کے فوراً بعد انسان انتہائی تھکا دینے والی ورزش شروع کردے۔ رمضان المبارک میں جسمانی فوائد کیلئے ہمیں چاہیے کہ سحری ضرور کریں' یہ سنت بھی ہے اس میں ہلکی غذائیں اتنی مقدار میں کھائیں کہ توانائی بھی رہے اور گرانی بھی نہ ہو' ساتھ پانی کے دو چار گلاس پی لیں۔

رمضان کا خاص عمل تراویح ہے قرآن پڑھنے اور سننے کے روحانی فوائد کے علاوہ اس میں تقریباً ایک ڈیڑھ گھنٹہ کی ہلکی ورزش بھی ہوجاتی ہے۔

افطار میں کھائی جانے والی غذا ہضم ہوجاتی ہے ایک گھنٹہ قرآن سننے سے اعصابی تناؤ میں بھی کمی آجاتی ہے۔

رمضان میں بار بار اس چیز کی ترغیب ملتی ہے کہ روزہ دار غصہ نہ کرے' بدکلامی یا جھگڑے سے پرہیز کرے' زبان کا روزہ بھی رکھے' ان ساری ہدایات میں جہاں اللہ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے وہاں یہ سب احکام ذہنی سکون کیلئے بھی بیش قیمت ہیں۔

ڈیپریشن' اعصابی تناؤ' کم خوابگی وغیرہ جو آج کے مصروف اور مادہ پرست دور کے تحفے ہیں ان سب کا علاج اگرچہ دواؤں سے بھی ہوتا ہے مگر ذہن پرسکون رکھنے کیلئے ان تمام باتوں سے بھی مدد ملتی ہے۔ سگریٹ و تمباکو کی عادت میں جو شخص بھی مبتلا ہے اسے ان سے چھٹکارا کی فکر کرنی چاہیے۔

قرآن کریم میں فرمایا گیا ہے کہ اپنے آپ کو ہلاکت میں نہ ڈالو۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ جو افراد عام دنوں میں ایک گھنٹہ بھی سگریٹ کے بغیر نہیں گزار سکتے۔ رمضان کے پورے روزے رکھ لیتے ہیں۔ انہیں سوچنا چاہیے کہ جب قوت ارادی سے بارہ گھنٹے بغیر تمباکو کے گزر سکتے ہیں تو کیوں نہ اس مبارک ماہ کو اس بری حرکت سے ہمیشہ کیلئے نجات کے طور پر استعمال کریں۔

یہ چند فوائد ذکر کیے گئے ہیں لیکن روزہ کا اصل مقصد حصول تقویٰ کو پیش نظر رکھا جائے۔

رمضان میں پیاس ختم

(محمد عارف حویلیاں پھلانوالی)

محترم حکیم صاحب! میرا یہ آزمایا ہوا نسخہ ہے جو آٹھ' نو سال سے آزماتا چلا آرہا ہوں جس آدمی نے روزہ رکھنا ہو اور وہ یہ چاہے کہ اسے سارا دن پیاس نہ ستائے وہ یہ عمل کرے' مجھے اللہ تعالیٰ کی ذات پر یقین ہے اسے انشاءاللہ پیاس نہیں ستائے گی' وہ عمل یہ ہے جب سحری کا وقت ہو تین عدد کھجوریں لے لیں پہلی کھجور سے گٹھلی نکال لیں منہ میں ڈال کر دانتوں سے چبالیں پھر پانی کا ایک گھونٹ منہ میں ڈال کر ایک سے دو منٹ تک کھجور کے ذروں کو پانی کے ساتھ منہ کے اندر دائیں بائیں پھیرتے رہیں پھر وہی کھجور کے ذروں والا پانی نگل لیں اسی طرح دوسری مرتبہ بھی کھجور نگل لیں پھر تیسری مرتبہ بھی کھجور نگل لیں' انشاء اللہ سارا دن پیاس بھی نہیں ستائے گی اور بھوک بھی روزے کی حالت میں نہیں ستائے گی' یہ میرا آزمایا ہوا ہے چند سالوں کا عمل آرہا ہے جسے میں ہر سال رمضان میں عمل کرتا ہوں کیونکہ مجھے پیاس بہت لگتی ہے۔ حضور نبی کریم ﷺ اور صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین بھی سحری اور افطار میں کھجور اور پانی کا استعمال کیا کرتے تھے۔ اس عمل کو ان کی برکات سمجھتا ہوں جو بھی اس پاکیزہ عمل کو کرے گا وہ ضرور اس کا فائدہ بھی حاصل کریگا۔

نسخہ کیمیا برائے روحانی امراض

(ڈاکٹر الطاف حسین یوسفزئی' ملتان)

ایک اللہ والے نے ایک نسخہ کیمیا برائے روحانی امراض عنایت فرمایا۔ رمضان کی مقدس ساعتوں میں ضرور بنائیں۔

سخن شیریں کے مغز' مروت کے پتے' تواضع کے پھول' حسن خلق کے بیج' فکر کا چھلکا' تدبر کی شاخ' شکر کا رس' خوشی کا پھول' تصور کا گوند' شوق کی خوشبو' حق کی تلخی' غم کی جڑ' ذکر کا جوہر' صبر کا شہد' استقامت کا پانی' ریاضت کا چھٹو' تقویٰ کا بٹہ' معرفت کی چھاننی' طریقت کی دیگچی' موتو قبل انت موتو کا چولہا' ہجر کا ایندھن' پیار کی ہوا' عمل کا ڈبہ' عشق کی کسوٹی' ذکر و فکر کا نمک' اخلاص نیت کی ہریڑ' توبۃ النصوح کی کستوری' صبغۃ اللہ کا رنگ' فضل و کرم کا آملہ' مخفی راز کا ست' اخوت کا عرق' سب اجزاء کو ریاضت کے چھٹو میں تقویٰ کے بٹے پر کوٹ کر باریک کرلیں اور معرفت کی چھاننی سے چھان لیں پھر طریقت کی دیگچی میں ڈال کر موتو قبل انت موتو کے چولہے پر رکھ دیں اور نیچے ہجر کے ایندھن کی آگ جلائیں جب پکنے لگے تو توحید کے چمچ سے ہلاتے جائیں۔ خوب پک جائے تو نیچے اتارلیں اور پیار کی ہوا سے ٹھنڈا کریں۔ ٹھنڈا ہوجائے تو سچ کے ہاتھوں سے تین سو ساٹھ گولیاں بنالیں۔ یہ نسخہ ہر مریض روحانی کیلئے سال بھر کیلئے کافی ہے' ان گولیوں کو عمل کے ڈبہ میں بند رکھیں تاکہ خراب نہ ہوجائیں۔

طریقہ استعمال: جب ساری دنیا سوجائے تو رات کے پچھلے

پھر تہجد کے وقت اٹھ کر حکم کے پیالے میں اللہ ھو کا پانی پی لیں اوراس کے ساتھ ایک گولی خاموشی کے ذہن میں ڈال کر اللہ ھو کا پانی پی لیں۔ واضح رہے کہ گولی کھانے سے قبل چھ گھونٹ وفاداری کے دودھ سے نوش کریں اور گولی کھانے کے بعد چھ گھونٹ وفاداری کے دودھ کے پی لیں۔

غذا: اسم ذات کی غذا کھائیں' اطاعت الٰہی کا لباس پہنیں' صراط مستقیم کا جوتا پہنیں۔ فاتقو اللہ کی دستار باندھیں' رحمت کی چھڑی ہاتھ میں رکھیں۔ عمل کی مسواک کریں' حیا کا سرمہ آنکھوں میں لگائیں محبت کا خرچ جیب میں رکھیں اور دنیا سے پیار کا سودا خریدیں۔ **پرہیز:** چونکہ ہر دوائی کے ساتھ پرہیز بھی ہوتا ہے اس لیے اس دوائی کے ساتھ بھی پرہیز ضروری ہے جس دوائی کے ساتھ پرہیز نہ ہو وہ دوائی شفاء نہیں دیتی بلکہ الٹا عذاب بن جاتی ہے۔

میرے بھائی' بہنو اور بزرگو! اب دوائے حقیقت کا پرہیز سنو اوراس پر عمل کر کے روحانی امراض سے چھٹکارا حاصل کرو۔

جھوٹ کا رزق' غیبت کی دال' گناہوں کا حلوہ' سود کا زردہ' تکبر کے چاول' شہوت کا گوشت' صرافہ کا پلاؤ' لالچ کا انڈا' غرور کا پھل' طمع کی مولی' ہلدی کا پیاز' غفلت کا چکوترہ' نخوت کا لہسن' بدخلقی کا شلجم' حرص کی چائے ان سب اشیاء سے پرہیز کرنا لازم ہے جبکہ دوائے حقیقت کھارہے ہیں جو انسان اس نسخے کو استعمال کریگا اور درج بالا اشیاء سے پرہیز کریگا یقیناً سب روحانی بیماریوں سے شفاء پائیگا اور کامیاب ہوگا ایسے انسانوں پر جنت واجب ہے اور اس پر خدا کی رحمت ہے۔ یہ انسان دوزخ کی مصیبت سے بالکل بری ہے۔ ایسے انسان پر اللہ اوراس کے فرشتے سلام بھیجتے ہیں۔

ہماری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ ہم سب کو نیک عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے اور سب کو خلق عظیم ایثار کرنے کی توفیق بخشے۔

اے ہمارے پروردگار یہ حقیر سی کوشش وعمل آپ کی درگاہ اور آپ کے محبوب ﷺ کی درگاہ میں منظور ومقبول ہو۔ (آمین)

متوازن زندگی گزارنے کے رہنما اصول

(سیدہ عالیہ افزاء بخاری' ٹوبہ ٹیک سنگھ)

اللہ تعالیٰ نے انسان کو متوازن زندگی گزارنے کے رہنما اصول اپنے دین اسلام اور محبوب رسول نبی کریم ﷺ کے ذریعے بتائے اور کسی قسم کا کوئی بوجھ نہیں ڈالا' اسے ہر طرح سے آزادی دی' روزگار کے جائز طریقے سکھائے' رشتوں کی پہچان کروائی' سکون کے طریقے بتائے' خوشیوں کے جائز ذرائع بتائے' حرام حلال کی تمیز کروائی' الغرض ہر طرح کی رہنمائی عطا کی اس کے باوجود یہ غافل انسان اپنی مانتا ہے نفس کا پجاری ہے اور ساتھ ہی دولت کا بھی پجاری ہے۔ دولت اس کیلئے اس کے تمام رشتوں سے زیادہ اہمیت رکھتی ہے۔ موت تو کل آنی ہے اور کل کس نے دیکھا ہے یہ سوچ اسے خدا سے دور کرتی ہے اور زندگی اسے ہمیشہ رہنے والی محسوس ہوتی ہے اور وہ اسے زیادہ تر ناجائز طریقوں سے گزارتا ہے یہی وجہ ہے کہ گناہوں اور جرائم کی رفتار بڑھ گئی ہے اور نیکیوں کی رفتار کم ہوگئی ہے دوسروں کے حق پر ڈاکہ ڈالا جارہا ہے' غریبوں اور کمزوروں کو تنگ کیا جارہا ہے' خون ناحق کیا جارہا ہے' دولت سے سکون تلاش کرنے کی کوشش کی جارہی ہے' ڈیپریشن' بے سکونی' بے چینی اور بے تابی نے ہر گھر میں ڈیرے ڈال لیے ہیں' حرام موت عام ہوگئی ہے۔ زندگی سے نفرت ہوتی جارہی ہے' غریب بھوک سے تنگ اور اچھے حالات کی آس لگائے بغیر خودکشی کرلیتا ہے امیر اپنی ناجائز خواہشات کو جب پورا ہوتے نہیں دیکھتا تو خودکشی کرلیتا ہے۔ زندگی اور موت لازم وملزوم ہیں اور اللہ جو اپنے بندے سے ستر ماؤں سے بڑھ کر پیار کرتا ہے اس سے تعلق ہی ہمیں زندگی میں بھی سکون عطا کرے گا اور موت کے بعد بھی برے انجام سے بچائے گا اور تمام مسائل جو ہمیں اب درپیش ہیں مثلاً گھریلو جھگڑے اتفاق کی کمی' دشمنوں کا ڈر' اولاد کی نافرمانی' سکون کی کمی اور موت کا ڈر۔

اگر ہم اس اللہ کو جو ہماری شہ رگ سے بھی زیادہ قریب ہے کو اپنے ہر کام اپنی ہر سوچ اپنی ہر یاد پر مسلط کردیں تو پیدائش سے موت تک کا یہ سفر خوشگوار بھی ہوگا اور پرسکون بھی۔

ہرنیا کی تکلیف سے بچاؤ

(حکیم ناصر)

پیٹ کے نچلے حصے میں اندرونی دباؤ سے ابھار پیدا ہوجاتا ہے' کھڑے ہونے اور چلنے کی حالت میں یہ تنگ کرتا ہے اور لیٹنے کی صورت میں دب جاتا ہے۔ اس کی کئی قسمیں ہیں۔ پیٹ کی آنتوں اور بیرونی کھال کے درمیان جو پردہ ہوتا ہے وہ پھٹ جاتا ہے اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ پیٹ کے نچلے حصے میں کوئی بھاری کام کرنے یا ضرورت سے زیادہ اچھل کود' بھاگنے وغیرہ کی حرکت سے نقص کا شکار ہوجاتے ہیں' نزلہ زکام میں کھانسنے یا زبردست قبض ہونا بھی اس کا باعث بنتی ہے کہ اجابت کے وقت خاصا زور لگ جاتا ہے۔ بہرحال کوئی بھی وجہ ہو ہرنیا ایک موذی مرض ہے اور تنگی کا باعث ہے۔

اس تکلیف سے بچاؤ کے حیلے: اگر اس کو نظر انداز کیا جائے اور کوئی کارروائی نہ کی جائے تو خطرناک صورت اختیار کرجاتا ہے۔ مثلاً آنتیں باہر نکل کر مڑتڑ جاتی ہیں اور سخت درد ہوتی ہے اور ساتھ ہی ہاضمے میں اجابت کا راستہ بن جاتا ہے۔ اس صورت حال میں فوری آپریشن ہی ضروری کارروائی ہے لیکن اگر مناسب احتیاط برتی جائے تو یہ نوبت نہیں آسکتی۔ اسی احتیاط کے بارے میں ہم بتانا چاہتے ہیں ویسے ہرنیا کا مکمل علاج آپریشن ہی ہے لیکن اگر مریض پر ڈر یا خوف طاری ہو تو دوسرا طریقہ اختیار کرنا پڑتا ہے۔

اس عمل کا مرکزی نکتہ قبض کو دور کرنا ہے: قبض کو دور کرنے کی تراکیب کوئی مشکل نہیں' تندرستی قائم رکھنے کیلئے کچھ نہ کچھ قربانی تو دینی ہی پڑے گی۔ آپ کو گوشت کی بوٹی یا قیمہ نہ کھائیں چوس کر نکال دیں۔ میدے کے نان' تلی ہوئی بیسن کی اشیاء سے پرہیز' آلو جیسی بادی اشیاء نہ کھائیں۔ کھانے کے ساتھ سبزی کی سلاد ضرور استعمال کریں۔ گندم کے چھان کا باریک حصہ چھلنی میں گزار کر حاصل کرلیں اس کے برابر چھلکا اسپغول ملالیں۔ بس صبح وشام دو دو چمچ پانی سے نگل لیا کریں۔ نیز موسم کے لحاظ سے دوپہر بارہ بجے امرود یا خربوزہ نمک لگا کر کھالیا کریں۔ قبض نہیں ہوگی' ہرنیا تنگ نہیں کرے گا۔ کھانا بھوک رکھ کر کھائیں۔ بحکم ربی آرام سے گزر ہوگی راقم التحریر پچاس سال سے اس طرح گزارا کررہا ہے۔ بعمر 86 الحمدللہ۔

اسپغول کے فوائد وکمالات

محمد طارق عبداللہ

اسپغول کو عام طور پر پیچش کے امراض میں زیادہ استعمال کروایا جاتا ہے اور یہ پیچش بیکٹیریا سے ہوں یا وائرس دونوں میں اس کا استعمال واجب قرار دیا گیا ہے۔ اسپغول کا لعاب آنتوں کو خراشوں سے محروم رکھتا ہے اور ان خراشوں پر لعابی تہہ چڑھا دیتا ہے

اسپغول کا یہ نام فارسی کے دو لفظوں سے مل کر بنا ہے۔ ایک لفظ ''اسپ'' یعنی گھوڑا اور دوسرا ''غول'' یعنی کان۔ گویا گھوڑے کا کان یعنی اس دوا کی شکل گھوڑے کے کان سے ملتی ہے۔ فارسی کا یہ نام اس قدر مشہور ہوا کہ برصغیر میں بھی سب اسے اسپغول کے نام سے پکارنے لگے۔

اس کا پودا ایک گز بلند ہوتا ہے اور ٹہنیاں باریک ہوتی ہیں۔ سرخ رنگ اور سفیدی مائل چھوٹے بیج ہوتے ہیں جسے اسپغول کہتے ہیں۔ ذائقہ میں پھیکا ہوتا ہے اور منہ میں ڈالنے پر لعاب پیدا کرتا ہے۔ تاریخ کی کتابوں میں مذکور ہے کہ اسپغول کا اصل وطن ایران ہے۔ اگرچہ درست ہو مگر دنیا میں اکثر جگہوں پر یہ خودرو پیدا ہوتا ہے۔ عرب میں بھی اس کو پایا گیا ہے۔

اسپغول کے فوائد وخواص

ڈاکٹروں نے اسے استعمال کیا اور اس کے عام فوائد کی تصدیق کی اور لیبارٹری میں اس کا کیمیائی تجزیہ کیا گیا اس سے جو بات سامنے آئی یعنی اسپغول کے بیجوں میں فیٹس یعنی حشمی روغن پایا گیا۔ زلالی مادہ اور فالودہ نما جیلی جیسا لعاب ہے۔ دراصل یہ لعاب ہی وہ مادہ ہے جو انسانی جسم میں بیماری کے خلاف اپنا اثر دکھاتا ہے۔

اس لعاب کی ایک حیرت انگیز مثال یہ ہے کہ انسانی جسم میں چوبیس گھنٹے تیزاب یعنی ہائیڈروکلورک ایسڈ جیسے تیز اثر تیزاب اور لبلبے کے تیزاب میں رہنے کے باوجود اسپغول کے لعاب کا برائے نام حصہ ہضم ہوتا ہے اور تمام ہضم کے عمل کے درجات کو طے کرتا ہوا بڑی آنت میں موجود جراثیم پر اثرانداز ہوتا ہے اور ان کو کولونائزیشن کو منجمد کر دیتا ہے ان تیزابوں کی اثرانگیزی اس پر کچھ اثر نہیں کرتی اور پھر آگے جاکر یہ لعاب یعنی جیلی ان جرثوموں مثلاً مبسی لس شیگا' سیسی لس فلیکس نز' سینسی لس کولائی اور سیسی کر کالرا بھی اس پر اثرانداز نہیں ہوسکتے۔ مشاہدے میں یہ بات بھی سامنے آئی کہ اسپغول کا لعاب چھوٹی آنت کی کیمیائی خمیرات کا زیادہ اثر نہیں لیتا اور نہ معدے کے کرشات کا اثر لیتا ہے اور نہ بڑی آنت میں موجود جراثیم اس کا کچھ بگاڑ سکتے ہیں۔ یہ لعاب آنتوں کے زخموں اور خراشوں پر بلغمی تہہ چڑھا دیتا ہے اور بیکٹیریا کے نشوونما کو احسن طریقہ سے روک دیتا ہے اور جو زہریلے مواد جو ان بیکٹیریا کی موجودگی سے پیدا ہوتے ہیں ان کو جذب کرلیتا ہے۔ اسپغول کے بارے میں جو اطباء رائے رکھتے ہیں ان کے مطابق یہ دوسرے درجے کا سرد ہے اور بعض کے نزدیک تیسرے درجے کا سرد ہے۔

اسپغول کا استعمال

اسپغول کو عام طور پر پیچش کے امراض میں زیادہ استعمال کروایا جاتا ہے اور یہ پیچش بیکٹیریا سے ہوں یا وائرس دونوں میں اس کا استعمال واجب قرار دیا گیا ہے۔ اسپغول کا لعاب آنتوں کو خراشوں سے محروم رکھتا ہے اور ان خراشوں پر لعابی تہہ چڑھا دیتا ہے جس سے فضلہ کا زہریلا اثر ان خراشوں اور زخموں پر نہیں ہوتا۔ اسپغول میں دو طرح کے معجزاتی کرشمے ہیں اگر مریض کو قبض ہو تو پاخانہ کھولتا ہے اور اگر پیچش ہو تو اس کا تدارک کرتا ہے یعنی دونوں صورتوں میں مستعمل ہے۔

یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ اسپغول تخم ہے اور اس کا چھلکا جس کو مخصوص طرح سے الگ کیا جاتا ہے اس کو بھوسی کہا جاتا ہے۔ اسپغول میں قبض پیدا کرنے کی یعنی میکانکی رکاوٹ بننے کی قدرتی خاصیت موجود ہوتی ہے جبکہ اس کی بھوسی میں یہ میکانکی رکاوٹ بننے کی صلاحیت نہیں ہوتی اس لیے اسپغول کے بیج کو وہاں استعمال کرنا ضروری ہے جہاں رکاوٹ پیدا کی جائے اور بھوسی کو اکثر اطباء وہاں استعمال کرتے ہیں جہاں قبض پیدا کرنا مقصود ہو۔ گرمی کے بخار میں تسکین رہتی ہے۔ سینہ اور زبان' حلق کے کھرکھرے پن میں بھی فائدہ پہنچاتا ہے۔ سرکہ اور گل روغن کو باہم ملا کر اور اسپغول کے لعاب کے ساتھ استعمال سردرد کیلئے مفید ہے۔ سخت سوزش اور جلن والے دانوں' کن پیڑے اور گھٹنوں کی درد میں تیل میں اسپغول کو پکا کر باندھنے سے افاقہ ہوتا ہے۔ سخت اور خون کی آمیزش والے پیچش میں تخم ریحان' بیل گری' تخم بالنگو' اسپغول کو برابر وزن لے کر استعمال کرنا فوری تدارک کا باعث ہے۔ پیٹ کی عمومی امراض اور تبخیر معدہ میں اس کی صبح وشام خوراک لینا فائدہ مند ہے۔ رات کو 2 چمچ اسپغول ایک کپ پانی میں بھگو دیں اور صبح تھوڑی سی چینی ملا کر کھائیں اس معدہ کی حدت یعنی گرمی کم ہوجاتی ہے۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 8 جولائی بروز اتوار 3 بجکر 7 منٹ سے 4 بجکر 23 منٹ تک' 18 جولائی بروز بدھ عصر تا مغرب' 27 جولائی بروز جمعہ صبح 10 بجے سے لیکر 11 بجکر 17 منٹ تک یَامَتِیْنُ یَااَللّٰہُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیرمسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا کو اللہ تعالیٰ قبول کرتے ہیں۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کریں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پچھلے تقریباً 5 ماہ سے بیروزگار تھا' میں نے جگہ جگہ نوکری کیلئے درخواستیں دے رکھی تھیں لیکن کہیں سے جواب نہ آیا۔ کچھ عرصہ پہلے میں نے عبقری کے رسالہ میں روحانی محفل کا پڑھا اور اس سے فیض پانے والوں کے تجربات پڑھے تو مجھے امید کی کرن نظر آئی۔ میں نے توجہ اور دھیان سے روحانی محفل کرنا شروع کردی۔ ابھی صرف ایک ماہ ہی کی تھی کہ مجھے وہاں سے نوکری کی آفر آئی جہاں سے میں نے کبھی خواب میں بھی نہیں سوچا تھا اور آج میں روحانی محفل کی وجہ سے خوشحال زندگی گزار رہا ہوں۔ **(شیراز حیات' گوجرانوالہ)**

عبدالغفار ندیم' مظفرگڑھ

باپ کا بیٹے کو راہ راست پر لانے کیلئے عجیب امتحان

میں بولا کہ بیٹا ایک آزمائش ہے اگر تم اس آزمائش میں کامیاب ہوگئے تو میں تمہاری راہ میں کبھی رکاوٹ نہ بنوں گا اگر میں جیت گیا تو تم وعدہ کرو کہ تم میری ہر بات مانو گے یہ سن کر بیٹے نے کہا کہ اباجی آزمائش بتاؤ تو میں بولا کہ میں تمہارے دوستوں کو آزمانا چاہتا ہوں

ایک بزرگ جن کا نام کریم بخش خان قوم بھٹہ نے اپنا ایک واقعہ سنایا جو کہ قارئین عبقری کی نذر کرتا ہوں کریم بخش خان نے بتایا کہ میرا بیٹا محمد اسلم نوجوانی میں حد سے زیادہ بگڑ گیا بری محفلوں میں اٹھنا' بیٹھنا' اور نشہ کرنا اس کا معمول بن گیا۔ بہت سمجھایا لیکن وہ سمجھنے کے موڈ میں ہرگز نہ ہوتا بلکہ سمجھانے پر صرف ایک ہی جواب دیتا کہ اباجی آج کا ماحول ایسا ہی ہے اگر کسی کو تنگ نہ کروگے تو یہ دنیا والے تمہیں کھا جائیں گے اور تمہاری جو عزت آج ہورہی ہے یہ میری جرأت مندی سے ہورہی ہے' میں بولتا بیٹا یہ جرأت مندی نہیں بدمعاشی ہے۔ میں بہت پریشان تھا کہ بیٹے کو اس انگار بھری محفلوں سے کیسے نکالا جائے؟ کریم بخش نے یہ بھی بتایا کہ اللہ کا دیا میرے پاس سب کچھ تھا کچھ ہماری میاں بیوی کی غلطی بھی تھی کہ ہم نے اپنے بیٹے کو کچھ زیادہ لاڈلا بنا دیا تھا۔ میں ہر نماز کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگتا کہ اے میرے پروردگار! مجھ گنہگار میں اتنی طاقت نہیں کہ میں اپنے بچے کو کسی مشکل میں دیکھوں اور برداشت کرسکوں اے میرے پالنے والے! میری ہر پریشانی آسان کردے اور میرے بیٹے کو اپنے پیارے محبوب حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے صدقے بچالے میں دعا مانگتے وقت بہت روتا اور فریاد کرتا۔ آخر میری فریاد اللہ تعالیٰ نے قبول کی اور میرا بیٹا سیدھی راہ پر چل پڑا۔

میں نے ایک منصوبہ بنایا اور مجھے پختہ یقین تھا اگر میرا بیٹا مان گیا تو میں انشاءاللہ اپنے بیٹے کو راہ راست پر لاسکوں گا' بڑے انتظار کے بعد میرا بیٹا رات کو دس بجے گھر آیا میں نے اس سے بات کی کہ بیٹا اگر تم پر کوئی مشکل آئے تو یہ تمہارے دوست تمہاری مشکل گھڑی میں ساتھ دینے کی بجائے تمہیں اکیلا چھوڑ کر بھاگ جائیں گے لیکن ہم ماں باپ سے یہ صدمہ برداشت نہ ہوگا۔ بیٹا بولا ابا حضور تم پرانے لوگ کتنے بھولے ہو پرانی باتوں کو یاد کرکے ہم نوجوانوں کو مثالیں سناتے رہتے ہو' آپ کے دور کے دوست میں مانتا ہوں مخلص ہوں گے لیکن ہماری یاریاں بھی کوئی کچا دھاگہ نہیں جو کہ آسانی سے ٹوٹ جائے' میں بولا بیٹا اسلم تم کو اپنے دوستوں پر کتنا مان ہے تو وہ کہنے لگا کہ اباجی اگر کوئی برا وقت آیا تو مجھے پختہ یقین ہے کہ میرے سب دوست میرے لیے قربانی سے گریز نہ کریں گے میں بولا کہ بیٹا ایک آزمائش ہے اگر تم اس آزمائش میں کامیاب ہوگئے تو میں تمہاری راہ میں کبھی رکاوٹ نہ بنوں گا اگر میں جیت گیا تو تم وعدہ کرو کہ تم میری ہر بات مانو گے۔

یہ سن کر بیٹے نے کہا کہ اباجی آزمائش بتاؤ تو میں بولا کہ میں تمہارے دوستوں کو آزمانا چاہتا ہوں اگر وہ کامیاب ہوگئے تو میں یہ سمجھوں گا کہ تمہارے دوست تمہارے ساتھ مخلص ہیں اگر پورے نہ اترے تو پھر تم یہ سمجھنا کہ تم نے جو راہ اختیار کرچکے ہو وہ بہت ہی گندی ہے وہاں تمہارے دوستوں کی آزمائش کے بعد میں بھی اپنے دوستوں کی آزمائش کراؤں گا اس کا فیصلہ بھی تم کرنا۔ میں بولا کہ تمہارے دوستوں میں سے جو تمہارا گہرا دوست ہو وہ بتاؤ تھوڑی دیر کے بعد اسلم بولا کہ فلاں آدمی میرا بہت ہی مخلص دوست ہے تو میں بولا کہ صبح اس کے گھر چلیں گے لیکن وہاں جاکر میں تمہارے دوست سے جو کچھ بولوں تم بس سنتے رہنا وہاں پر تمہیں بولنا کچھ نہیں ہے۔ اسلم بولا ٹھیک ہے اباجی! اگلے دن میں نے اپنے بیٹے کو ساتھ لیا اور اس کے دوست کے گھر پہنچ گئے اس کے گھر کی ایک سائیڈ پر جانوروں کا باڑا تھا وہاں چارپائی پڑی تھی ہم چارپائی پر بیٹھ گئے نوکر کے ذریعے اس کے دوست کو بلایا دوست نے دعا سلام کے بعد ناشتے کا پوچھا میں نے کہا کہ ہم ناشتہ کریں گے اس نے نوکر کو ناشتہ کا کہا اور حیرانگی سے پوچھا کہ اتنی صبح سویرے آپ آگئے خیر تو ہے؟ میں نے ایک ٹھنڈی آہ بھری اور بولا کہ بیٹا تمہارے دوست اسلم سے ایک نقصان ہوگیا ہے تم اس کے دوست ہو اب اسے تمہاری مدد کی ضرورت ہے اس کیلئے کچھ کرو۔ وہ بولا چچاجی ہوا کیا ہے؟ میں نے جواب دیا کہ آج رات اس سے جھگڑے میں ایک بندہ قتل ہوگیا ہے ہم تمہارے پاس اس لیے آئے ہیں کہ تم اسے اس وقت تک اپنے پاس رکھو جب تک معاملہ کچھ ٹھنڈا نہ ہوجائے' مگر اس کیلئے ایک سال بھی لگ سکتا ہے اس سے زیادہ عرصہ بھی گزر سکتا ہے تم اس وقت تک میرے بیٹے کو اپنی امانت سمجھو گے یہ بات سن کر اسلم کے دوست کے حواس کھو گئے اور بدحواسی میں کہنے لگا چچاجی تم جلدی سے یہاں سے نکل جاؤ اتنا بڑا وزن میں نہیں اٹھا سکتا' کہیں پولیس کو پتہ چل جائے کہ قاتل میرے پاس ہے اس کے ساتھ ساتھ میں بھی مارا جاؤں گا۔ میں بولا بیٹا بھوک بہت سخت ہے تم ناشتہ تو کرنے دو لیکن اس نے ناشتہ کے بغیر ہی ہمیں جانے کو کہا۔ میں نے اسلم کو لیا اور وہاں سے چل پڑا (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

ان کلمات کے پڑھنے سے گناہ معاف: حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا ''جو شخص مؤذن کی اذان سننے کے وقت یہ کلمات پڑھے ''وَاَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ رَضِيْتُ بِاللّٰهِ رَبًّا وَّبِالْاِسْلَامِ دِيْنًا وَّبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَسُوْلًا تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف فرمادیتے ہیں۔ **(مسلم)**

اذان کی دعا سے حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی شفاعت: حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا جب کوئی شخص اذان سن کر یہ دعا پڑھے جو اذان کے بعد پڑھی جاتی ہے تو اس کیلئے روز قیامت میری شفاعت لازمی ہوجاتی ہے

اذان اور تکبیر کے درمیان دعا قبول ہوتی ہے: (حدیث) حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا ''اذان اور اقامت کے درمیان مانگی ہوئی دعا رد نہیں ہوتی (ترمذی میں آگے یہ اضافہ بھی ہے کہ) صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے عرض کیا پھر ہم کیا دعا کریں یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم! آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا تم اللہ تعالیٰ سے گناہوں کی معافی اور دنیا و آخرت میں عافیت اور سلامتی طلب کرو۔

اقامت کے وقت دعا کا مرتبہ: حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا دو گھڑیاں ایسی ہیں جن میں دعا کرنے والے کی دعا کو رد نہیں کیا جاتا (۱) جب نماز کی اقامت کہی جائے (۲) اور جہاد فی سبیل اللہ کی صف میں۔ **نماز کا ثواب:** حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سردی میں باہر تشریف لے گئے جب کہ اس وقت (درختوں کے) پتے جھڑ رہے تھے آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے درخت کی ایک ٹہنی کو پکڑا تو اس سے پتے جھڑنا شروع ہوگئے۔ پھر آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا اے ابوذر! (رضی اللہ عنہ) میں نے کہا لبیک یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا جب کوئی مسلمان بندہ اللہ کی رضا کیلئے نماز پڑھتا ہے تو اس کے گناہ اس سے اسی طرح سے جھڑتے ہیں جس طرح سے یہ پتے اس درخت سے جھڑ رہے ہیں۔ **(اقتباس: فائل 1)**

موٹاپے سے نجات ناممکن نہیں!!!

ڈاکٹر فوزیہ، لاہور

غرضیکہ آپ جس قدر تندرست ہوں گے اور ورزش کے عادی نہ ہوں گے اسی قدر بیماریوں کی زد میں رہیں گے آپ کی قوت مدافعت کم ہوجائے گی اسی قدر بڑھاپے کا عمل تیزی پکڑے گا اور آپ جسمانی اور نفسیاتی مسائل میں آسانی سے الجھ جائیں گے

کون نہیں جانتا کہ جب تک جسم صحیح اور تندرست نہ ہو، انسان دین و دنیا کا کوئی کام نہیں کرسکتا۔ معاش و معاد کے تمام اعمال کا دارومدار جسمانی صحت پر ہے۔ ایک بیمار جس کے اعضاء کمزور ہوں۔ بدن میں خون کی مطلوبہ مقدار نہ ہو نہ اس سے خدا کی عبادت ہوسکتی ہے اور نہ دنیا کا کوئی کام۔ دوسرے لفظوں میں یوں کہیے کہ تندرستی کے بغیر نہ حقوق اللہ ادا ہوسکتے ہیں اور نہ حقوق العباد۔ صحت کو برقرار رکھنے میں ورزش کو بہت اہمیت حاصل ہے۔ ورزش سے اکثر بیماریاں ازخود دور ہوجاتی ہیں۔ انسان کا جسم سلامت ہو تو روح بھی سلامت ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کے نزدیک بھی ایک قوی مومن کمزور مومن سے بہتر ہے۔ لہٰذا ورزش سے ہم اپنے جسم کو مضبوط بناسکتے ہیں اور تندرستی کو برقرار رکھ سکتے ہیں۔

ورزش کی اہمیت: ورزش نہایت اہم اور مفید عمل ہے جس طرح ہم ہر روز کھانا کھاتے ہیں اسی طرح ہمیں ہر روز بلاناغہ ورزش بھی کرنی چاہیے۔ ورزش کے لیے عمر کی قید نہیں۔ دودھ پیتا بچہ جھولے میں پڑا پڑا ورزش کرتا ہے، وہ ہاتھ پاؤں مارتا ہے تو درحقیقت اپنی بساط کے مطابق ورزش کرتا ہے۔

ورزش کی اقسام: ورزش کی دو قسمیں ہیں 1۔ سخت ورزش 2۔ معمولی ورزش **سخت ورزش:** کھلاڑیوں، پہلوانوں، تن سازوں، وزن اٹھانے والوں، مقابلوں میں حصہ لینے والے تیراکوں اور کشتی کھیلنے والوں کو سخت ورزش کرنا پڑتی ہے۔

معمولی ورزش: عام لوگوں کو سخت ورزش کی ضرورت نہیں۔ انہیں صرف اتنی ورزش کی ضرورت ہے جو انہیں چست رکھ سکے۔ کھانا ہضم کرکے جزو بدن بناسکے اور تندرستی قائم رکھ سکے۔

ورزش کا زریں اصول: ورزش کے ضمن میں ایک اصول ضروری ہے، ورزش ہلکی پھلکی ہونی چاہیے اور اعتدال کے ساتھ روزانہ ہونی چاہیے۔ اتنی ورزش نہ کی جائے کہ بدن تھک جائے اور جوڑ دکھنے لگیں۔ شروع شروع میں تھوڑی ورزش کی جائے۔ رفتہ رفتہ اضافہ کیا جائے۔ بقول ڈاکٹر محمد عالمگیر خان غذائی عادتیں بدلنے کے ساتھ ہی یہ بھی ضروری ہے کہ ورزش بھی کی جائے۔ خون میں چربیلے مادے (کولیسٹرول) اور بعض دوسرے غیرضروری مادے کم کرنے کا یہ بڑا اچھا طریقہ ہے اس سے خون کا دورہ بہتر ہوجاتا ہے۔ بدقسمتی سے آج کی تیز رفتار دنیا میں ورزش کی طرف کم دھیان دیا جاتا ہے۔

انتہائی مصروف آدمی بھی ورزش کرسکتا ہے: روزمرہ کی سیر یا کوئی موزوں ورزش کرنے میں کوئی امر مانع نہیں ہونا چاہیے۔ کام کی مصروفیت میں اگر چلنے پھرنے، حرکت کرنے کا موقع نکلے تو اسے ضائع نہ کیا جائے۔ موقع نہ نکلے تو نکالا جائے۔ روٹی کھانے اور ضروریات سے فارغ ہونے کا موقع تو نکالا ہی جاتا ہے۔ مثال کے طور پر دفتری فرائض کی ادائیگی میں بیٹھ کر تھکا دینے والا کام کرنا پڑے تو فائلوں میں کاغذ لگاتے ہوئے اور کچھ نہ بن پڑے تو ٹانگیں ہی ہلاتے رہیں ان سے بھی کچھ نہ کچھ فائدہ پہنچ جاتا ہے۔ ورزش کا ایک مفید طریقہ یہ ہے کہ گھر سے دفتر تک اور دفتر سے گھر تک پیدل آئیں جائیں۔ فاصلہ زیادہ ہو تو کچھ دور پیدل جائیں۔ یہ عادت ان لوگوں کو تو ضرور ہی ڈالنی چاہیے جو سیر یا ورزش کیلئے کوئی وقت مقرر نہیں کرسکتے۔

جسم و جان کی صحت و سلامتی کے لیے ورزش ضروری ہے۔ گاؤں کے جفاکش کاشتکار، پہاڑوں پر رہنے والے اور محنت کش اتنا کام کرلیتے ہیں کہ انہیں ورزش کی ضرورت نہیں پڑتی لیکن جو لوگ بیٹھ کر کام کرتے ہیں انہیں ہرصورت ورزش کرنی چاہیے اس کے لیے ضرور بالضرور وقت نکالنا چاہیے۔ ورزشوں میں سب سے اچھی، سب سے فائدہ بخش اور پرلطف ورزش سیر ہے۔ یہ ایسی ورزش ہے جسے آدمی ہر عمر اور ہر موسم میں کرسکتا ہے۔

سیر کے فوائد: سیر سے توانائی بڑھتی ہے اور قوت برداشت میں اضافہ ہوتا ہے۔ سیر کے وقت جلد اور پٹھوں کو آکسیجن ملتی ہے۔ سیر ایسی جگہ پر آکسیجن بکثرت پائی جاتی ہے۔ سیر دل اور دوران خون کی بیماریوں کی روک تھام میں بھی اولین اہمیت رکھتی ہے۔ اس سے دل اور پھیپھڑوں کی استعداد کو تحریک ملتی ہے۔ چربی کم ہوتی ہے جس سے صحت بحال ہوتی ہے اس امر کی شہادت موجود ہے کہ سیر سے خون کی شریانوں کے تنگ حصوں میں کشادگی آگئی اور دل کے دوروں کے امکانات کم ہوگئے جو فرد سگریٹ نوشی کرتا ہو اور تناؤ کی حالت میں ہو، سیر اس کی خوب مدد کرتی ہے اس کے خون میں غیرمعمولی مقدار میں جو زہریلی کاربن مونو آکسائیڈ اور مہلک نکوٹین شامل ہوتی ہے وہ کم ہوجاتی ہے۔ سیر خون کی شریانوں کی لچک بڑھاتی ہے جس کے نتیجہ میں اس خطرے کا امکان بھی کم ہوجاتا ہے کہ خون کے دباؤ سے شریانیں پھٹ جائیں گی اور دل کا دورہ پڑے گا۔ ورزش یا سیر نہ کرنے سے آدمی کے جسم میں چربیلے مادے (کولیسٹرول) بڑھ جاتے ہیں خون کی شریانوں میں تنگی واقع ہوجاتی ہے۔ جس سے آدمی دن بدن موٹا ہوتا جاتا ہے۔ موٹاپا بذات خود کئی بیماریوں کا باعث بنتا ہے۔

موٹاپے کے نقصانات: ناکارگی اور کاہلی کا دوسرا نام موٹاپا ہے جس سے طرح طرح کی بیماریاں لاحق ہوتی ہیں۔ موٹاپا خاص طور پر خون کا دباؤ بڑھاتا ہے عارضہ دل میں مبتلا کرتا اور تنفس میں بے قاعدگی پیدا کرتا ہے۔ آدمی کا وزن چند پونڈ بڑھ جائے تو اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا، فرق اس وقت پڑتا ہے جب ذیابیطس یا خون کے دباؤ کی شکایت ہوجائے۔ اگر سگریٹ نوشی کی عادت پڑ جائے تو اسے بلاتوقف ترک کیا جائے۔ زندگی کا کوئی رویہ، طریقہ یا عادت، مضرصحت ہو تو اس سے جان چھڑائی جائے اور ان تدابیر کے ساتھ وزن بھی کم کیا جائے۔

اپنا وزن گھٹایئے: موٹاپا دور کرنے کے لیے کھانے پینے میں دانشمندی سے کام لینا چاہیے اور ورزش کی عادت ڈالنی چاہیے۔ سیر بہترین ورزش ہے۔ اگر اسے مطالعہ فطرت کا ذریعہ بنالیا جائے تو یہ انتہائی دلچسپ مشغلہ بن جائے گی۔ سیر ایک ہلکی ورزش ہے اس سے حرارے (کیلوریز) جلتے ہیں۔ ایک پونڈ وزن حاصل کرنے کے لیے ساڑھے تین ہزار حرارے درکار ہوتے ہیں۔ درمیانی چال سے گھنٹہ بھر سیر کی جائے تو تین سو سے تین سو ساٹھ تک حرارے جل جائیں گے۔ اگر ہر روز اتنی سیر کی جائے تو آپ ہر ماہ ڈیڑھ پونڈ وزن گھٹا سکتے ہیں اور سالانہ اٹھارہ پونڈ بشرطیکہ آپ کے کھانے میں کوئی تبدیلی نہ آئے۔ اگر آپ جلد وزن گھٹانا چاہتے ہیں تو گھنٹہ بھر تیز قدم چلیں اور ماہانہ تین پونڈ اور سالانہ چھتیس پونڈ وزن گھٹائیں۔ غرضیکہ آپ جس قدر سست ہوں گے اور ورزش کے عادی نہ ہوں گے اسی قدر بیماریوں کی زد میں رہیں گے آپ کی قوت مدافعت کم ہوجائے گی اسی قدر بڑھاپے کا عمل تیزی پکڑے گا اور آپ جسمانی اور نفسیاتی مسائل میں آسانی سے الجھ جائیں گے اگر آپ بدن کیلئے کچھ نہ کریں گے تو بدن بھی آپ کے لیے کچھ نہ کرے گا۔ جسم کو بیکار رکھنے اور اس سے کام لینے کا نتیجہ ظاہر ہے۔

رمضان کا خاص وظیفہ

نبی کریم ﷺ کے ارشاد گرامی کے مطابق رمضان المبارک میں مندرجہ ذیل آسان اور مختصر کلمات کا کثرت کے ساتھ ورد کیجئے اور بیش بہا خزانے حاصل کیجئے!

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہ ''نہیں ہے کوئی معبود سوائے اللہ کے''

اَسْتَغْفِرُ اللّٰہ ''میں اللہ تعالیٰ سے مغفرت طلب کرتا ہوں''

اَسْاَلُ اللّٰہَ الْجَنَّۃَ ''میں اللہ تعالیٰ سے جنت کا سوال کرتا ہوں''

وَاَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ النَّارِ۔ ''اور اللہ تعالیٰ کی پناہ پکڑتا ہوں جہنم سے''

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 34

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں‘ قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

پھر میں نے ان سے کہا آپ کی خیر اسی میں ہے کہ آپ مسلمان ہوجائیں اور ایمان لے آئیں۔ اتنے میں دو بیہوش بھی ہوش میں آ گئے اور چیخ چیخ کر رونے لگے‘ اپنا جسم اور بال نوچنے لگے کہ ہمیں اب تک بتانے والا تھا ہی نہیں ہم نے تو سب کچھ اسی کو سمجھا ہوا تھا‘ ہم نے یہی جانا کہ اسی میں سب کچھ ہے۔ ہم برباد ہوگئے‘ وہ سینہ کوبی کر رہے تھے‘ وہ چیخ و پکار کر رہے تھے‘ وہ رو رہے تھے۔ ان کی زندگی کی مجھے شام نظر آ رہی تھی کہ وہ مرجائیں گے اور ابھی ختم ہوجائیں گے...... میں سوچتا رہا‘ کہ اب ان کا کیا کیا جائے؟ اور انہیں مسلسل اسلام کی خوبیاں بتانا شروع کیں۔ آخر وہ سب مسلمان ہوگئے۔ میرے ساتھ کچھ اولیاء جنات بیٹھے ہوئے تھے میں نے ان کے ذمے لگایا کہ ان کو اپنے رابطے میں رکھو اور ان کو دین سکھانا شروع کرو۔

ان میں سے ایک کہنے لگا اگر میرا خاندان مسلمان ہونا چاہے تو آپ کرلیں گے؟ میں نے ان سے کہا ہاں زبردستی نہ کرنا اگر وہ اپنی رضا سے ہونا چاہیں تو میں ضرور کرلوں گا۔ تو کہنے لگا ٹھیک ہے دوسرے دن تمام جنات اپنے ساتھ چوالیس سو تیئس جنات مزید لے آئے مسلمان کرنے کیلئے۔ ایک جن میرے ساتھ بیٹھا ہوا تھا اور رو رہا تھا بوڑھا جن تھا۔ وہ تو روتے روتے تڑپنا شروع کردیتا‘ میں نے اسے اٹھایا اپنے سینے سے لگایا۔ بوسہ دیا‘ اس کے آنسو صاف کیے‘ میں نے پوچھا آپ کی عمر کتنی ہے‘ کہنے لگے نو سو سال سے کچھ کم ہے‘ پوچھا کیوں رو رہے ہیں کہا ایک اپنا گناہ یاد آیا‘ میں نے پوچھا کیا اس نے آہستگی سے بتایا کہ میں گھی کا کام کرتا تھا‘ یعنی گھی چاول‘ چینی اور اس طرح کی کھانے پینے کی چیزوں کا ہول سیل کا بیوپاری ہوں۔ میں ایک کام کرتا تھا میرے پاس انسان تاجر بھی آتے تھے میں انسان کی شکل بنا کر ان سے تجارت کرتا تھا‘ انہیں کبھی علم نہ ہوسکا اور جنات میں بھی میرا بہت بڑا کاروبار تھا‘ میں ایک کام کرتا تھا کہ جن لوگوں کو خاص طور پر انسانوں کو اگر میں نے گھی کے سو ٹین دیئے میں چپکے سے ان میں سے پانچ ٹین اٹھالیتا تھا۔ اس وقت جب مال ان کے گودام میں پہنچ جاتا تھا اور انہیں قطعی علم بھی نہیں ہوتا تھا۔ اس طرح ہر کھانے پینے کی چیز کے ساتھ میں ایسا کرتا تھا اور سالہا سال سے میں ایسا کر رہا ہوں۔ ساری زندگی میں نے دھوکہ فریب چوری سے اپنا گھر بھرا۔ آج پتہ چلا کہ میں تو بہت نقصان میں ہوں اور میں بہت گھاٹے میں ہوں‘ بس وہ دن اور آج کا دن مجھے بہت بڑی ندامت کا سامنا ہو رہا ہے اب میں اتنے بندے کہاں سے لاؤں گا جن لوگوں کے ساتھ میں نے دھوکہ کیا۔ مجھے تو یاد ہی نہیں صدیوں سے میں کام کر رہا ہوں۔ انسانوں کی نامعلوم کتنی نسلیں ختم ہوچکی ہیں اور انسانوں کی کتنی نسلوں کو میں نے دھوکہ دیا وہ رو رہا تھا اور مسلسل چیخ و پکار کر رہا تھا۔ میں نے اسے تسلی دی اور کہا حقوق العباد بہرحال حقوق العباد ہوتا ہے جو آپ کو یاد ہے ان کی لسٹ بناؤ ان کو لوٹاؤ جو یاد نہیں ہے جتنا یاد ہے ان کی طرف سے صدقہ کردو اور مجھے ابھی ابھی پتہ چلا کہ وہ ایسا مسلسل کر رہا ہے۔ بیٹھے بیٹھے یاد آیا کہ قارئین! کیوں نہ آپ کو جنات کے رمضان کی کچھ کیفیات‘ معمولات‘ مجاہدے‘ قربانیاں‘ مانگنا‘ گڑگڑانا‘ رونا‘ قرآن پڑھنا‘ تراویح پڑھنا‘ ذکر کرنا‘ صدقہ و خیرات کرنا‘ غریب پروری میں آگے آگے بڑھ کر چلنا‘ یہ سب معمولات واقعی آپ کو ضرور بتائے جائیں۔

جنات کا رمضان

جنات کی زندگی میں رمضان کا استقبال ایک خاص اہمیت رکھتا ہے اور جنات رمضان المبارک میں ایک ذکر بہت کثرت سے کرتے ہیں حَلِیۡمٌ کَرِیۡمٌ عَفُوٌّ کَرِیۡم۔ اتنا کرتے ہیں کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔ اربوں سے زیادہ یہ ذکر کرتے ہیں‘ کھانے کا انتظام ان کے ہاں بہت زیادہ ہوتا ہے ہر جن کی کوشش ہوتی ہے کہ وہ زیادہ سے زیادہ کھلائے پلائے‘ رمضان کے مہینے میں جنات کی زندگی کے معمولات دھیمے پڑجاتے ہیں‘ ان کا کاروبار بہت کم رہ جاتا ہے‘ پورا رمضان وہ تقریباً چھٹی میں گزارتے ہیں‘ ہر وقت ذکر و اذکار‘ لاکھوں قرآن پڑھے جاتے ہیں کیونکہ حفاظ زیادہ ہیں۔ اس لیے ان کے ہاں ہر جگہ‘ گھر گھر ہر قبرستان‘ ہر ویرانے‘ ہر جنگل میں اور ہر درختوں کے جھنڈ میں اور ہر پرانی بھٹی میں اور پرانے بھٹے میں‘ ہر پانی کے کنارے‘ دریا اور سمندر میں مصلے پڑھے جاتے ہیں۔ قرآن بہت خوبصورت پڑھتے ہیں اور نہایت عمدہ لہجے کے ساتھ پڑھتے ہیں۔ جنات میں ہمیشہ قرآن سعودی طرز پر ہی پڑھا جاتا ہے‘ یہ اس دور کی بات ہے جب ابھی شیخ شریم اور شیخ السدیس کا تعارف بھی نہیں ہوا تھا۔ کیونکہ جنات نے خود قرآن حضور اقدس ﷺ سے سنا‘ صحابہ اہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین تابعین تبع تابعین محدثین اولیاء صالحین سے خود سنا۔ اس لیے جنات کے ہاں ہمیشہ وہ طرز ہے جس طرز پر سعودی عرب میں قرآن پڑھا جاتا ہے۔ رمضان میں میں نے بہت ختم القرآن میں جانا ہے تھک جاتا ہوں۔ ہر طرف سے تقاضا ہوتا ہے کہ آپ ہمارے ختم القرآن میں آئیں اور دعا کروائیں کچھ کلمات بھی جن میں عظمت قرآن‘ تعارف قرآن اور فضائل قرآن کی بات بھی ہوجائے۔ میں بہت ختم القرآن میں جاتا ہوں ہر جگہ مٹھائی بہت بانٹی جاتی ہے۔

قارئین! کبھی آپ نے غور کیا کہ قرآن کیا اخبار ہے جو روزانہ آپ کے گھر آتا ہے۔ کتنے سینکڑوں ادارے مسلسل قرآن چھاپ رہے ہیں اور انسانی دنیا میں قرآن پڑھنے کا ذوق تو بالکل ختم ہوجاتا ہے پھر یہ آخر چھپا ہوا قرآن کہاں جاتا ہے اور بک جاتا ہے؟ جنات ہمیشہ قرآن پڑھتے ہیں اور بہت زیادہ پڑھتے ہیں پھر ایک دوسرے کو لے کر تحفے دیتے ہیں۔ ان کے ہاں قرآن بہت بوسیدہ ہوتے ہیں اس لیے بہت زیادہ بکتے ہیں اور پڑھے جاتے ہیں کئی قرآن مجھے جنات نے تحفتاً دیئے پھر میں ان کو دوسرے جنات کو تحفے میں دے دیتا ہوں۔

رمضان کے مہینے میں ایک دن میں قرآن ختم کرنے والے آدھا دن میں قرآن ختم کرنے والے بے شمار سے بھی بے شمار ہیں۔ لوگ ملتے ہیں ورنہ دو یا تین دن میں قرآن ختم کرنے والے تو عموماً ملتے ہیں۔ روزے کا ذوق‘ ختم القرآن کا ذوق‘ کروڑوں دفعہ کلمہ‘ کروڑوں بار استغفار‘ کروڑوں بار درود شریف اور اربوں سے زیادہ حَلِیۡمٌ کَرِیۡمٌ عَفُوٌّ کَرِیۡم بہت پڑھنے والے ملتے ہیں اور ویسے بھی بقول ایک جوان جن کے جو شخص رمضان میں حَلِیۡمٌ کَرِیۡمٌ عَفُوٌّ کَرِیۡم پڑھے گا اس کا وہ رمضان روزہ اور مجاہدہ اتنا قبول ہوگا کہ دنیا حیران ہوجائے گی۔ اور حیرت انگیز رزلٹ ملتے ہیں مشکلیں حل ہوتی ہیں‘ پریشانیاں دور ہوتی ہیں‘ رزق میں وسعت برکت‘ عزت‘ کامیابی‘ کمال برکت‘ کمال راحت‘ ہر مشکل کا حل ہر پریشانی کا حل‘ زندگی ایسی بن جاتی ہے کہ انسان گمان سے بالا تر ہوتا ہے۔ آپ سب کو اس کی اجازت ہے۔ (جاری ہے)

موتی مسجد میں جعلی حکیم صاحب

جب سے موتی مسجد کا عمل چھپا ہے لوگ جوق در جوق موتی مسجد میں جانا شروع ہوئے کچھ مرد و خواتین وہاں حکیم صاحب یا حکیم صاحب کے نمائندے کے طور پر اپنا روپ دھار کر بیٹھے اور لوگوں سے نذرانے وصول کیے ہم ایسے تمام لوگوں سے نفرت اور لاتعلقی کا اعلان کرتے ہیں۔ نہ یہ ہماری ترتیب ہے نہ طریقہ مزید بعض کم علم لوگوں نے وہاں یہ بات بھی کہی کہ یہ سب جھوٹ ہے ظاہر ہے جتنا برتن اتنے الفاظ ہمیشہ اعتماد والے کو ملا ہے.......... (ادارہ عبقری)

تتلیاں آخر کہاں چلی جاتی ہیں؟؟

محمد ساجد‘ ایبٹ آباد

چیونٹیاں جلد ہی نئے گھر سے مانوس ہوگئیں۔ انہیں اپنی دل پسند خوراک مل رہی تھی۔ چند روز بعد تتلیوں نے پودینے کے پودے پرانڈے دیئے‘ مقررہ وقت کے بعد ان انڈوں میں سے سنڈیاں (لاروے) نکل آئیں اور پھولوں سے پیٹ بھرنے لگیں۔ بیس دن گزر گئے

عام تتلیوں کی مانند لارج بلیو بھی زندگی کے چار ادوار میں سے گزرتی ہے‘ یعنی انڈا‘ لاروا‘ پیوپا اور تتلی‘ لیکن ایک بات ماہرین حیوانات کی سمجھ میں نہ آتی تھی۔ پیوپے کی شکل میں آنے کے بعد یہ تتلی نامعلوم طریقے سے غائب ہوجاتی اور تلاش کے باوجود اس کا سراغ نہ ملتا۔ چند ماہ بعد ایک صبح یہ تتلی کی صورت میں پھولوں کا طواف کرتی ہوئی نظر آتی۔

انیسویں صدی کے اواخر تک انگلستان کی تقریباً سب تتلیوں پر علمی تحقیق مکمل ہوچکی تھی لیکن لارج بلیو ابھی تک معمہ بنی ہوئی تھی۔ بارہا اس کے انڈوں کو تجربہ گاہ میں رکھا گیا‘ جہاں یہ لاروے کے بعد پیوپے کی صورت اختیار کرتی۔ اس موقع پر اس کی پسندیدہ خوراک‘ یعنی پودینے کے پتے بھی فراہم کیے جاتے لیکن پیوپے کی شکل میں آنے کے بعد پودینے سے اس کی رغبت ختم ہوجاتی‘ یہ کھانا چھوڑ دیتی‘ سخت بے چینی محسوس کرتی‘ شیشے کے ڈبے میں ادھر اُدھر گھومتی اور پھر دم توڑ دیتی۔ سائنس دان کئی برس تک اس مسئلے پر سر پٹکتے رہے‘ لیکن یہ معمہ حل ہونے میں نہ آتا تھا کہ پیوپے ڈبے میں مر کیوں جاتا ہے اور معمول کے مطابق تتلی کی صورت اختیار کیوں نہیں کرتا؟ اسکے برعکس جنگل میں تو پیوپا غائب ہوجاتا تھا‘ لیکن کچھ عرصے بعد اچانک ظاہر ہونے والی تتلیوں سے معلوم ہوتا تھا وہ مرا نہیں۔

1915ء کی سردیوں میں اس راز پر سے پہلی بار پردہ ہٹا‘ تتلیوں کے مشہور محقق ایف‘ ڈبلیو فروہاک اور اس کے ساتھی ڈاکٹر چپ مین کے ساتھ کارنوال کے نواح میں جنگلی پودینے کی چھان بین کررہے تھے تاکہ پیوپے کی گمشدگی کا سراغ لگاسکیں۔ اتفاقاً انہوں نے پودینے کا ایک ایسا پودا اکھاڑا جو چیونٹیوں کے بل پر اگا ہوا تھا۔ بل کے اندرونی حصے پر نظر ڈالتے ہی پروفیسر فروہاک حیرت میں ڈوب گیا۔ ایک خانے میں لارج بلیو کا پیوپا لیٹا ہوا تھا۔ اس نے پیوپے کو اٹھایا اور اس کا پیٹ چاک کیا تو ایک اور راز کھلا پیوپے کا معدہ چیونٹی کے نوزائیدہ بچوں سے بھرا ہوا تھا۔ پروفیسر نے سوچا پیوپا‘ چیونٹیوں کے بل میں کیسے گیا؟ کیا وہ ہمیشہ چیونٹی کے بل میں رہتا ہے؟ یہ اور اس کے قسم کے بہت سے سوالوں کے جواب اسے پریشان کررہے تھے۔ اس نے اپنے دو اور ساتھیوں کو جو تتلیوں کے ماہر سمجھے جاتے تھے اس کام پر لگا یا۔ کیپٹن پیورفائی اور ایل ڈبلیو نیومین نے شیشے کے ایک صندوق میں چیونٹیوں کا ایک ایسا بل بنایا جس میں اخروٹ کے چھلکے استعمال کیے گئے تھے اور جسے بوقت ضرورت آسانی سے کھولا جاسکتا تھا۔ بل میں ایک ملکہ چیونٹی‘ دو درجن عام چیونٹیاں اور کچھ مصنوعی انڈے رکھ دیئے گئے۔ قریب ہی گملوں میں جنگلی پودینے کے پودے تھے۔ ان پر تین مادہ ’لارج بلیو‘ تتلیاں چھوڑ دی گئیں۔

چیونٹیاں جلد ہی نئے گھر سے مانوس ہوگئیں۔ انہیں اپنی دل پسند خوراک مل رہی تھی۔ چند روز بعد تتلیوں نے پودینے کے پودے پرانڈے دیئے‘ مقررہ وقت کے بعد ان انڈوں میں سے سنڈیاں (لاروے) نکل آئیں اور پھولوں سے پیٹ بھرنے لگیں۔ بیس دن گزر گئے۔ حتیٰ کہ وہ مرحلہ آپہنچا جس کا شدت سے انتظار تھا۔ لاروے نے پیوپے کی شکل اختیار کرلی اور جلد ہی پھولوں سے منہ موڑ کر اپنی بے قراری ظاہر کرنے لگا اس حالت کو زیادہ دیر نہیں گزری تھی کہ ایک چیونٹی ادھر آنکلی اور پیوپے میں غیر معمولی دلچسپی ظاہر کرنے لگی۔ اس کے گرد ایک دو چکر لگائے اور پھر پیوپے کا وہ پہلو گدگدانا شروع کیا جہاں اس کا منہ تھا۔ معلوم ہوتا تھا پیار کا اظہار کررہی ہے۔

کیپٹن پیورفائی اور نیومین اس کھیل کو بڑی دلچسپی اور تعجب سے دیکھتے رہے۔ چیونٹی‘ پیوپے کو گدگداتی رہی‘ حتیٰ کہ پیوپے نے اپنے منہ سے شہد کی مانند سیال شے کا ایک قطرہ نکالا‘ چیونٹی اس قطرے کو فوراً پی گئی۔ پیوپے اور چیونٹی کا یہ کھیل ڈیڑھ گھنٹے تک جاری رہا۔ اس دوران میں پیوپے کے منہ سے کئی قطرے نکلے جنہیں چیونٹی مزے لے لے کر پیتی رہی‘ پھر اچانک پیوپے نے اپنے جسم کو درمیان میں سے اٹھایا۔ چیونٹی نے اشارہ سمجھ لیا‘ اس نے پیوپے کو گردن سے پکڑا اور اٹھا کر بل کی طرف چل دی۔

چند روز بعد ماہرین حیوانات نے چیونٹیوں کا بل کھولا‘ تو پیوپے کی اس طرح تواضع کی جارہی تھی جیسے وہ بہت معزز مہمان ہو۔ غالباً چیونٹی اس مٹھاس کا بدلہ چکا رہی تھی جو اس نے پیوپے کے جسم سے حاصل کی تھی‘ چنانچہ چیونٹیوں کے نوزائیدہ بچے پیوپے کے سامنے پڑے تھے جنہیں وہ نہایت اطمینان سے تناول کررہا تھا۔ تین چیونٹیاں اپنے اگلے پیروں سے اس کا جسم سہلا رہی تھیں۔

سوچ اور فکر کی طاقت

محمد عالیشان انصاری‘ بہاولپور

پھر پنڈت کہنے لگے کہ ہمارے اندر کوئی ایسا موجود ہے جس کی سوچ اور فکر میں تبدیلی آگئی ہے کہ جس کی وجہ سے محمود غزنوی بیمار نہیں ہوا

بہت مشہور واقعہ محمود غزنوی کا ہے کہ جب محمود غزنوی نے سومنات کو فتح کرنے کا ارادہ کیا تو افغانستان سے فوج کو ترتیب دے رہا تھا تو یہاں ہندوستان کے عوام کو پتہ چل گیا اور وہ بہت پریشان ہوئے اور وہاں کے مہاراجوں اور وہاں کی حکومت نے سوچا کہ محمود غزنوی کے حملے کو کیسے روکا جائے اور اس کیلئے حکومت نے اپنے اعلیٰ لوگوں سے مشورہ کیا اور پھر وہاں کے پنڈت یا پروہت جو کہ مندر کے بڑے بڑے پجاری ہوتے ہیں انہوں نے مشورہ کیا کہ ہم یہ کام کرتے ہیں اور لوگوں سے کہا آپ بے فکر ہوجائیں۔ ادھر پنڈتوں نے ایک جماعت تیار کی جس کی سوچ اور فکر ایک یہی تھی کہ محمود غزنوی بیمار ہوگیا ادھر یہ جماعت خالص ایک فکر اور سوچ لے کر بیٹھ گئی اور فوراً (کہ محمود غزنوی بیمار ہوگیا) محمود غزنوی واقعتاً بیمار ہوگیا اور بالکل بستر سے لگ گیا۔ محمود غزنوی بھی پریشان ہوا اور اپنے جاسوس بھی ہندوستان بھیجے اور اس حملے کے وہاں پر کیا اثرات ہیں تو جاسوس نے اطلاع دی کہ پنڈتوں کی ایک جماعت صرف اس لیے بیٹھی ہے کہ جس کی سوچ اور فکر ایک ہی ہے کہ محمود غزنوی بیمار ہوگیا جب یہ اطلاع ملی تو محمود غزنوی نے جاسوس سے کہا جو کہ محمود غزنوی کا فوجی عہدہ دار بھی تھا اور محمود غزنوی کا ہم شکل بھی تھا کہ تم فوراً میرا لباس پہنو اور گھوڑا پر بیٹھ کر فوج کی تیاری کا حکم دو اور میری بیماری کا پتہ صرف میرے اندرون خانہ اور چند عہدیداروں کو ہے اور فوج کی تم بھاگ دوڑ سنبھالو اور فوج کو کوچ کا حکم دو اب یہ خبر جب ہندوستان پہنچی تو پنڈت بہت پریشان ہوئے کہ ہمیں تو اطلاع ملی تھی کہ محمود غزنوی بہت بیمار ہے یہ کیا ہے؟ پھر پنڈت کہنے لگے کہ ہمارے اندر کوئی ایسا موجود ہے جس کی سوچ اور فکر میں تبدیلی آگئی ہے کہ جس کی وجہ سے محمود غزنوی بیمار نہیں ہوا ادھر اس جماعت کی فکر ٹوٹی ادھر محمود غزنوی صحت یاب ہونا شروع ہوگیا اور صرف چند روز میں پھر سے صحت مند ہوکر فوج کی بھاگ دوڑ اپنے پاس واپس لے لی اور اس طرح پھر سومنات کی فتح ہوئی۔ اس واقعہ کو ذکر کرنے والے نے کہا جب ہماری دکان پر کوئی گاہک آتا ہے اور میری اور میرے بھتیجا کی ایک فکر اور سوچ ہوتی ہے کہ یہ گاہک سامان لے کر جائیگا تو پھر وہ گاہک مال لے کر ہی جاتا ہے اور اگر دوسرا ساتھی کہہ دے کہ جا چو یہ نہیں لے گی/ یا لے گا تو پھر چونکہ میری اور اس کی سوچ اور فکر میں تبدیلی ہوتی ہے تو پھر واقعی مال سامان بغیر لیے واپس ہوجاتا ہے۔

اس ماہ کا دکھی خط

زندگی عذاب بن گئی ہے!!!

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کردیئے ہیں تاکہ راز داری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

بعد از سلام عرض ہے کہ بندہ تقریباً دو سال سے عبقری کا قاری ہے اور میں تقریباً ہر ماہ اس شمارے میں دکھی خط پڑھتا ہوں اور سوچتا تھا کہ میں بھی اپنا دکھ اور پریشانیاں عبقری میں لکھوں ہوسکتا ہے اللہ تعالیٰ آپ کی دعا اور مسلمان بھائیوں کی تھوڑی سی کوشش سے میرا دکھ اور پریشانی دور کردے۔

محترم حکیم صاحب! عرصہ تقریباً کافی عرصہ پہلے میں ایک ناجائز کیس میں گرفتار ہوگیا' تین ماہ مختلف جگہ مجھے رکھا' اس عرصہ میں میرے گھر والے مختلف پولیس والوں سے ملتے رہے اور گھر والوں کو ہر پولیس والا تسلی دیتا رہا اور پیسے بٹورتا رہا اور گھر والے کسی نہ کسی سے ادھار پکڑ کر دیتے رہے بلآخر اڑھائی ماہ بعد مجھے خود میرے گھر کے باہر چھوڑ گئے۔

محترم حکیم صاحب میری ایک کتابوں کی چھوٹی سی دکان ہے' بہت مشکل سے گھر کا خرچہ چل رہا تھا' دکان اب تقریباً ختم ہوچکی ہے۔ اب تو تقریباً تین لاکھ روپے کا مقروض ہوچکا ہوں' گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑوں کی وجہ سے بھی میں نفسیاتی مریض بنتا جارہا ہوں' کئی دفعہ خودکشی کرنے کا سوچا لیکن بچوں کی وجہ سے ارادہ بدل دیا۔

محترم حکیم صاحب! ان دو سالوں میں جو بھی کام کیا ہر کام ناکام ہوگیا' حکیم صاحب اللہ تعالیٰ کو حاضر ناظر جان کر کہتا ہوں اور تو اور صرف دودھ والے کا 14000 قرض دینا ہے' بچوں کے کپڑے وغیرہ کافی عرصہ سے نہیں بنوائے' بچوں کو دیکھ کر الگ رونا آتا ہے۔ محترم حکیم صاحب تین تین دن ہمارے گھر میں کھانا نہیں پکتا' ساری ساری رات رو رو کر گزرتی ہے' ہم زندگی سے بہت مایوس ہوچکے ہیں۔ پہلے تو کسی نہ کسی سے قرض لے لے کر گزارا کرتے رہے لیکن اب قرض خواہوں نے اتنا تنگ کرنا شروع کردیا ہے کہ وہ گھر کے باہر کھڑے ہوکر اونچی اونچی آواز اتنی ننگی گالیاں دیتے ہیں کہ میرا دل کرتا ہے کہ میں زمین زندہ دھنس جاؤں۔

کچھ قرض خواہ تو ایسے ہیں جو ساتھ سود کا تقاضا بھی کررہے ہیں۔ حکیم صاحب ہمیں ہر طرف سے ناکامی ہی ناکامی ہورہی ہے' حکیم صاحب میں اب غربت اور فاقوں سے نہیں گھبرا رہا بس اللہ مجھے ان قرض خواہوں سے نجات دلا دیں۔

محترم حکیم صاحب اللہ جل شانہٗ اور رسول ﷺ کے بعد آپ آخری امید ہے خدا کیلئے مجھ پر رحم کھائیں اور میری مدد کریں اگر آپ میرے لیے صرف دعا کریں تو مجھے امید ہے میرا قرض اتر جائے گا یا کم از کم اللہ کی رضا کیلئے میرا خط عبقری میں شائع کردیں تاکہ جو مخیر حضرات جن کو اللہ تعالیٰ نے دولت سے نوازا ہے میرے ساتھ تعاون کریں۔

زندگی عذاب بن گئی ہے!!!

محترم حکیم صاحب! ہم لوگ 5 بہن بھائی ہیں' 2 بہنیں اور 3 بھائی' ہماری والدہ کا بچپن میں ہی انتقال ہوچکا ہے' ہمیں ان کی شکل تک بھی یاد نہیں' ہماری خالہ اور نانی نے ہمیں پالا۔ والد صاحب نے دوسری شادی کرلی' سوتیلی ماں جیسی ہوسکتی ہے اس سے بھی بڑھ کر ہے۔ ان کے اتنے مظالم ہیں کہ ہماری زندگی کا ہر دن ایک کہانی لیے ہوئے ہے۔ لوگوں کے سامنے یہ ظاہر کرنا کہ بہت اچھی اور پیچھے سے الامان۔ ہماری خالہ اور نانی کی بھی سخت دشمن۔ نانی اماں کا انتقال ہوچکا ہے خالہ کی وجہ سے ہم نے شکر ہے تعلیم حاصل کی' بڑی بہن ٹیچر ہے میں نے ایم بی اے کیا ہے' جیسے تیسے ان کی کوششوں سے شادیاں بھی ہوگئیں' ہماری سوتیلی والدہ ہماری تعلیم کے سخت مخالف تھیں ہم آپ کو بتا نہیں سکتی کہ کیسے ذلیل ہوکر ہم نے پڑھا' شادیوں کے بعد بھی اتنے مسائل میں الجھے ہیں کہ میں آپ کو بتا نہیں سکتی' ایک گھن چکر ہے جس میں سے ہم نہیں نکل سکتے' ہم نہ کسی کا دل دکھاتے ہیں اور نہ ہی کسی کو تکلیف میں دیکھ سکتے ہیں' اس کے باوجود اتنی پریشانیاں ہیں کہ دل چاہتا ہے خودکشی کرلیں۔ ساس اور شوہر کی بے جا سختی کی وجہ سے آئے دن زندگی عذاب بنتی جارہی ہے۔

مجھ سے بڑی بہن کی ساس' نند اور جیٹھانی ان سے سخت نفرت کرتی ہیں۔ اس کے شوہر ان کے ہاتھ میں ہیں۔ روز ہی طلاق کی دھمکی دی جاتی ہے' خدمت بھی وہی کرتی ہے' میری بہن سے ٹیچنگ کی تنخواہ تک چھین لیتے ہیں نہ ہی انہیں خرچہ دیتے ہیں اس کے شوہر جیسے ماں بہن کہتی ہیں وہی کچھ کرتے ہیں۔ پتہ نہیں کیا چکر ہے لگتا ہے ساری پریشانیاں ہمارے لیے ہی ہیں۔ وقت سے پہلے بوڑھے لگتے ہیں' ہنسنا ہمیں نہیں آتا' ہمارے بچے تک ہم سے یہ سوال کرتے ہیں کہ ماما آپ ہنستی کیوں نہیں'

میرا چھوٹا بھائی ہے نہ اس کو کام کراتے ہیں اور نہ ہی خرچہ کیلئے پیسے دیتے ہیں' بڑی مشکل سے 28 سال کی عمر میں اس کی شادی کی ہے۔ شادی بھی نہیں کرتے تھے۔ والد صاحب سالہا سال گزر چکے ہیں ہم سے بات تک نہیں کرتے ہمیں اپنے گھر آنے سے منع کررکھا ہے۔ ہم کہاں جائیں کہیں سکون نہیں۔

میرے شوہر دوسروں کے کہنے پر مجھ پر شک بہت کرتے ہیں کہ میرا کردار ٹھیک نہیں۔ میں نے قسمیں تک اٹھائی ہیں قرآن تک پر قسم اٹھائی لیکن انہیں یقین نہیں آتا وہ کہتے ہیں کہ میں گھر سے باہر ٹھیک رہتا ہوں لیکن جیسے گھر میں قدم رکھتا ہوں مجھے ڈیپریشن شروع ہوجاتا ہے' میرے پٹھے کھینچنے شروع ہوجاتے ہیں کبھی مجھے لگتا ہے جیسے میرے اوپر کسی نے بیٹھے بیٹھے پانی ڈال دیا ہو' چھینٹے پڑتے ہیں۔ پہلے میرا بیٹا جو کہ 15 سال کا ہے یہی کہتا ہے۔ ہمارا فیصل آباد میں خراد کا کام تھا وہ برباد ہوگیا' اتنا قرض چڑھ گیا جو کہ اب تک باقی ہے' پھر ہم لوگ قصور آگئے یہاں کسی سے علاج کرایا تو کچھ کام بہتر ہوگیا۔

(قارئین! الجھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَا اَللّٰہُ جَلَّ جَلَالُہٗ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مراقبہ تو میرے لیے اللہ کی طرف سے نعمت اور حضرت کی طرف سے بہت بڑا تحفہ ہے۔ الحمدللہ! میں سونے سے پہلے جیسے ہی مراقبے میں بیٹھی ویسے ہی چند سیکنڈ میں روشنی کی بارش محسوس ہونے لگی' میں اپنی کوشش کر رہی تھی' آسمان پر جانے کی اور ذہن میں وہ باتیں لا رہی تھی جس کا آپ نے تصور باندھنے کا بتایا تھا کہ اچانک مجھے روضہ مبارک نظر آنے لگا اور میں روضہ کی جالیوں کے ساتھ ساتھ چل پڑی اور عورتوں والے حصے سے ہوتی ہوئی یعنی جالیوں کے ساتھ ساتھ چلتی ہوئی مردوں کی طرف پہنچ کر دروازے سے اندر داخل ہوگئی' دروازے سے اندر جاتے ہی قبر اطہر پر پہنچی اور قبر اطہر کھلنی شروع ہوئی اور آپ ﷺ بیٹھے ہوئے نظر آئے اس کے بعد مجھے حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کا دیدار ہوا۔ پھر میں نے سوچا کہ میں آپ ﷺ کی سنتوں کی بہت پابندی کروں گی میں یہ عہد کر رہی تھی۔ پھر ساتھ ہی حضرت جبرائیل علیہ السلام یا کوئی اور نظر آتا ہے' پھر آگے بڑھتی ہوں وہ بھی روضہ میں موجود ہیں وہ اپنے پروں کا کشکول سا بنا کر مجھے اٹھا کر لے جاتے ہیں اور میں تیسرے آسمان پر پہنچ کر فرشتوں کو دیکھتی ہوں جو خاموشی سے ذکر کر رہے تھے میں نے جا کر **ھو اللہ الذی** والی آیت پڑھنی شروع کی تو وہ سارے بھی وہی آیت زور زور سے شروع کر دیتے ہیں۔ میری دائیں طرف فرشتے ہیں تو میں تھوڑا سا آگے بڑھتی ہوں تو موسیٰ علیہ السلام کو دیکھا اس سے آگے یعنی درمیان میں ایک بڑا قرآن رکھا ہوا دیکھا جو کے سنہری حروف سے لکھا ہوا تھا اور اس کے چاروں طرف نگینوں کی روشنی پھیلی ہوئی تھی اس سے آگے دو تاج رکھے ہیں دل میں آتا ہے کہ یہ تو وہی تاج ہے جس کا اللہ نے حفاظ سے وعدہ کر رکھا ہے اور اس کے ساتھ ہی ایک بہت خوبصورت نشست ہے جو کہ انبیاء کی نشست ہے میں اس نشست کو آگے پیچھے سے دیکھنے لگی کہ یہ انبیاء کی نشست ہے یا انبیاء کا کام کرنے والوں کی اور پھر ساتھ ہی میں پھر آگے دوسری طرف چل پڑی وہاں نظر دوبارہ حضرت موسیٰ علیہ السلام پر پڑی تو دیکھتے ہی کہا کہ یہ حضرت موسیٰ علیہ السلام ہیں پھر آگے آئی تو فرشتے تسبیح میں مشغول تھے۔ میں بھی ان کے قریب ہی بیٹھ گئی' پھر میں نے درمیان میں دیکھا کہ ایک شگاف سا پڑتا ہے اور درمیان میں دودھ اور شہد کی نہر نظر آتی ہے جس کو دیکھ کر ہی میرے منہ میں پانی آتا ہے اور شہد کی مٹھاس محسوس ہوتی ہے۔ اس کے بعد معلوم نہیں کہ میں کب سوگئی۔ (ف۔ ز' لاہور)

سٹوڈنٹس کیلئے امتحان میں کامیابی کا سنہری موقع

سٹوڈنٹس کی اکثریت امتحان اور سٹڈی کے دوران موسیقی سے مدد لیتی ہے جبکہ عبقری کے قارئین کیسے کامیابی پاتے ہیں آپ بھی پڑھیے!!!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! 2010ء سے میں آپ کا درس سننے آ رہا ہوں' اور باقاعدگی سے آپ کے دیئے ہوئے وظائف بھی کرتا ہوں' ہمارے گھر میں ٹی وی بہت دیکھا جاتا تھا اور گانوں کا مجھے اور میرے بچوں کو بہت شوق تھا' حتیٰ کہ میرے بیٹے امتحانوں میں میوزک سنتے تھے لیکن آپ کے درس کی وجہ سے ہم نے الحمدللہ ٹی وی اور میوزک سے توبہ کر لی۔ حال ہی میں میرے بچے کے پیپر ہوئے تھے اس دوران وہ پیپروں کی تیاری کے دوران درس سنتے رہے' اس کی برکت سے اس کو بہت ہی اچھے نمبروں سے کامیاب ملی۔ یہ سارا کمال درس کا ہے کہ گناہ سے بھی بچ گئے اور کامیابی بھی مل گئی۔ (محمد عامر' لاہور)

عبقری کی ادویات آپ کے شہر میں

احمد پور شرقیہ: فارابی دواخانہ 0622272198۔
اٹک: مکتبہ ظفر اقبال 0321-5247893۔
علمی بک ڈپو اٹک 057-2602020۔
باغ آزاد کشمیر: بلال میڈیکل سٹور 0312-5619880۔
اُگی ضلع مانسہرہ شالیمار سویٹ۔ 0300-2753463۔
بہاولنگر: المدینہ سٹیشنرز۔ 0333-6320766۔
بہاولپور: قاسمی نیوز، 0333-6367755۔
☆عبقری ہاؤس بہاولپور۔ فون نمبر: 0301-6367755۔
بوریوالا: تنویر احمد 118/M بوریوالا 0673352712۔
پشاور: افتخار اللہ جان 0314-9007293۔
پشاور: شاہ ہومیو اینڈ ہربل سٹور 0333-9161237۔
ٹانک: صوفی سنز یونانی میڈیسن کمپنی 0963511209301-8790927۔
جھنگ صدر: غلام قادر ہراج 0333-6756493۔
جہانیاں: محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861۔
جہلم دینہ: 0333-5806101 سجاد میڈیکوز
چکوال: مکہ موبائل 0333-5783167
حیدرآباد: محمد اقبال قریشی 0321-3096236۔
راولپنڈی: اسلامیہ ٹریڈرز۔ 0333-5648351۔
ڈھڈیال آزاد کشمیر: الجمال اسلامی بک وکیسٹ ہاؤس 0302-5898995۔
ڈیرہ اسماعیل خان: خواجہ ٹریڈرز 0966-710887۔
سلانوالی: الوہاب کتب خانہ' 0300-5665317۔
سرگودھا: میاں احمد حسن 0301-6762480۔
سکھر:
شیخوپورہ: حکیم ناصر حسین' 0321-4716370۔
فیصل آباد: عادل ٹریڈرز 0301-7118200۔
کنگری ضلع لورالائی: ھوالشافی کلینک 0828-601084۔
کنڈیارو: ماشاءاللہ پیسٹی سائیڈ 0300-3215348۔
کراچی: عبقری اکیڈمی 0300-3218560۔
کاموکی: شیخ محمد رمضان سٹائل گارمنٹس 0344-4070752
کوئٹہ: غزنوی کتب خانہ 081-2824617۔
گجرات: غوثیہ گفٹ سنٹر 0302-6292132۔
گوجرانوالہ: شافی دواخانہ 0300-6453745
گلگت: عمر خطاب اینڈ برادرز۔ 0346-2233104
لاہور: غوری برادرز 0324-4280213۔
لیاقت پور: بدر نیوز ایجنسی 0345-8709947
ملتان: ادارہ اشاعت الخیر 0322-6748121۔
منڈی بہاؤالدین: حذیفہ دواخانہ 0345-6810615۔
مظفرگڑھ: الحبیب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔
میلسی: امتیاز احمد۔ 0321-7982550۔
میانوالی: مکتبہ جاوید 0303-7523280۔
مکتبہ نورالہدیٰ حسن ابدال 0306-5601613۔
چشتیاں: اکبر بوٹ ہاؤس 0321/0300-6989035۔
نارووال: قاری عبدالرشید 0322-4861522۔

ایجنسی ہولڈر کیخلاف شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آ رہی ہیں' ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہو رہا ہو تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

پروفیسر جویریہ جلیل، ملتان

روح اور روحانیت کی پراسرار دنیا

تصوف یا روحانیت کی جتنی بھی تعلیمات ہیں ان کا ماخذ روح ہے اور روح کے عروج سے متعلق ہوتا ہے تصوف کے یوں تو بہت سے معنی نکالے گئے ہیں۔ ادنیٰ لباس پہننے کو تصوف کہا گیا ہے' تزکیہ نفس کا نام بھی تصوف رکھا گیا ہے' اپنی انا کی نفی کا نام بھی تصوف کہلایا' مگر حاصل تصوف کیا ہے؟

انسانی زندگی دو رخوں سے مرکب ہوتی ہے' ایک رخ ظاہری مادی جسم کہلاتا ہے جبکہ دوسرا رخ جو کے چھپا ہوتا ہے' روح کہلاتا ہے۔ اس مادی زندگی کو قرآن حکیم کی اصطلاح میں اسفل سافلین بھی کہتے ہیں۔

انسان کی مادی زندگی میں سب سے بڑی کمزوری ہے کہ انسان ہر وقت اپنے مادی جسم کی فکر میں گھلتا رہتا ہے حتیٰ کہ مادی جسم کی آرائش' زیبائش اور آسانیاں حاصل کرتے کرتے اپنا ضمیر بھی فروخت کر دیتا ہے۔ ''ضمیر'' ہی انسان کی کل زندگی کا حاصل ہوتا ہے۔ اسے اس حقیقت کا مرتے دم تک احساس ہی نہیں ہوتا۔ اس کی زندگی کی پیدائش سے لے کر موت تک کے ایک ایک لمحے کی حرکت اس کی اپنی ''روح'' کے تابع ہوتی ہے جس کا مادی لذتوں میں وہ ایک پل کیلئے بھی احساس نہیں کرتا۔ روح انسان کے ایک ایک لمحہ کی حرکت کو زندگی دیتی ہے۔

انسان اپنے جسم کے حواس' بھوک' پیاس' نیند' بیداری' محبت' نفرت' عزت' غیرت' ہوس' لالچ وغیرہ سے تو متعارف رہتا ہے مگر وہ یہ جاننے کی کوشش ہی نہیں کرتا کہ اس کی ہر ہر خواہش میں اس کے ضمیر کی اطلاعات شامل ہوتی ہیں۔ یہ اطلاعات پیدائش سے لے کر موت تک ہر دم جاری رہتی ہیں۔ جونہی اطلاعات کا سلسلہ منقطع ہوجاتا ہے مادی جسم پر موت وارد ہوجاتی ہے۔ کیونکہ اب اس کی روح نے مادی جسم سے قطع تعلق کرلیا ہے۔ غور وفکر کرتے ہوئے ہم اس حقیقت کو جان سکتے ہیں کہ جب تک ہمارے جسم میں روح موجود ہے بھوک پیاس' نیند' بیداری وغیرہ جیسے تقاضے اور خواہشات ہمارے مادی جسم میں جگ مگ کرتے رہتے ہیں لیکن جب جسم سے روح نکل جائے تو ہم دیکھتے ہیں کہ مردہ جسم میں تمام اعضاء آنکھیں' کان' ناک' منہ' زبان' ہاتھ اور پاؤں سالم حالت میں موجود ہیں مگر ان میں کسی قسم کی حرکت نہیں ہے۔ آپ اس جسم کو کاٹیے' جلایئے' گھسیٹیے اب اس جسم میں قطعی کوئی حرکت نہیں ہے۔

اب سوچیے کہ یہ جسم حرکت کیوں نہیں کررہا۔ ایسے وقت میں ہم صرف یہ کہہ کر چپ ہوجاتے ہیں کہ اس جسم سے روح نکل چکی ہے جب ہم یہ جانتے ہیں کہ مردہ انسان میں روح نہیں ہوتی تو اس بات کا احساس ہمہ وقت کیوں نہیں رکھتے کہ زندہ انسان کا مطلب ہے ''روح کی موجودگی'' زندگی میں روح ہی ہمیں کھلاتی ہے' پلاتی ہے' ہنساتی ہے' رلاتی ہے' روح ہمیں جذبات' احساسات اور خیالات عطا کرتی ہے۔ روح ہی ہمیں رشتوں کی موجودگی اور غیر موجودگی کا احساس کراتی ہے۔

تصوف یا روحانیت کی جتنی بھی تعلیمات ہیں ان کا ماخذ روح ہے اور روح کے عروج سے متعلق ہوتا ہے۔ تصوف کے یوں تو بہت سے معنی نکالے گئے ہیں۔ ادنیٰ لباس پہننے کو تصوف کہا گیا ہے' تزکیہ نفس کا نام بھی تصوف رکھا گیا ہے' اپنی انا کی نفی کا نام بھی تصوف کہلایا' مگر حاصل تصوف کیا ہے؟

ہمیں اپنے بزرگوں سے ایک ہی بات سمجھ میں آئی ہے کہ روحانیت یا تصوف کا حاصل ہے اللہ تعالیٰ کو پالینا۔ اللہ کی صفات کا عارف ہونا۔ اللہ رب العلمین کی قربت اور محبت حاصل ہونا یہ ہے معراج زندگی اور یہی معراج انسانیت ہے۔ یہی معراج کو ہمارے پیارے نبی کریم آقائے نامدار خاتم النبین رحمت اللعالمین حضرت محمد ﷺ نے عملی طور پر پاکر ثابت کیا اور الصلوٰۃ معراج المومنین فرما کر امت کیلئے عام کردیا۔ اسی حقیقت کا تذکرہ قرآن حکیم میں سورۂ نجم میں موجود ہے ''جب وہ قریب آیا' اتنا قریب حتیٰ کہ دو کمانوں کے برابر فاصلہ رہ گیا۔ پھر ہم نے اپنے بندے سے باتیں کیں جو کرنی تھیں اور جو کچھ دیکھا دل نے دیکھا اور جھوٹ نہیں دیکھا''

ان آیت کریمہ میں دل کا لفظ استعمال ہوا ہے اسے قرآن نے فواد کا نام دیا ہے۔ فواد کو تصوف میں روح بھی کہا جاتا ہے۔ قرآن پاک کی یہ آیات دراصل ''روح'' کے عروج کی طرف رہنمائی کرتی ہیں۔

روح کیا ہے' قرآن میں فرمایا گیا ہے' روح امر رب ہے۔ امر کی تعریف یہ ہے کہ وہ کسی شے کا ارادہ کرتا ہے تو کہتا ہے ''کن'' اور وہ چیز ہوجاتی ہے۔ (فیکون)۔ روح ایسی حقیقت ثابتہ ہے کہ ہم اسے الفاظ میں بیان نہیں کرسکتے۔ نوع انسان میں اتنا حوصلہ' ہمت اور ظرف نہیں ہے کہ وہ اللہ رب العلمین کی کسی ایک صفت کو بھی پا سکے۔ اللہ ہی کا فضل و کرم ہو تو اس کی صفات کا عارف ہوجاتا ہے۔ تصوف اور روحانیت کی تعلیمات امر الٰہی کا ادراک کرنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہیں۔ ریاضت' مجاہدات' روزہ' نوافل اور صدقات کی تاکید اس لیے کی جاتی ہے کہ کسی انسان میں عجز پیدا ہو۔

ہم روح کا تذکرہ کررہے ہیں جو کہ زندگی اور کائنات کی اصل ہے۔ یہی امر رب ہے۔ جب انسان مرتا ہے تو اس کی روح اس جسم سے اپنا تعلق اور رابطہ توڑ کر ایک اور دنیا میں داخل ہوجاتی ہے۔ اور وہاں کے مطابق اپنا جسم اختیار کرلیتی ہے مرنے کے بعد انسان جس دنیا میں داخل ہوتا ہے اور زندگی گزارتا ہے اسے قرآن کی زبان میں ''اعراف'' کا نام دیا جاتا ہے اب یہ انسان نفخ صور (قیامت) اس اعراف کے مقام میں رہے گا۔ عالم اعراف ایک عظیم الشان عالم ہے۔ ایک بھرپور دنیا' اربوں' کھربوں کی آبادی مرد وعورت بچے بوڑھے' جوان اس جہاں کے باسی ہیں۔ اعراف کے باسی اس مادی دنیا میں کیے ہوئے اپنے اپنے کردار اور اعمال کے مطابق مخصوص جگہوں پر مقیم ہیں۔ یہاں پر ایسے ایسے قدسی نفس ہستیاں ہیں جو کہ ولایت اپنے اندر سموئے ہوئے ہیں۔ اولیاء کرام میں صالحین' نبیین' شہیدین' قانتین' خاشعین ان کی طرف نظر کی جائے تو نور الٰہی سے آنکھیں چندھیا جائیں۔

حصول ملازمت کیلئے خاص تحفہ

سورۂ والضحیٰ کو عاملین نے پرتاثیر مانا ہے۔ اس میں نو مقام پر کاف (ک) آیا ہے آپ نماز فجر کے بعد وہیں بیٹھیں یہ سورۂ پاک اس طرح پڑھیں کہ جب کاف آئے تو ''یاکریم'' نو دفعہ پڑھیں یہ عمل صرف نو دن کریں انشاء اللہ ملازمت ملے گی۔ اگر خدانخواستہ ملازمت نہ ملی تو یہ عمل اٹھارہ مرتبہ پڑھیں اگر پھر بھی حاجت پوری نہ ہو تو ستائیس مرتبہ پڑھیں اور ہر کاف (ک) پر ستائیس مرتبہ ''یاکریم'' پڑھیں بفضل خدا شرطیہ ملازمت مل جائے گی۔ میں نے خود یہ عمل کیا ہے ستائیس دن پورے ہونے سے قبل اللہ پاک نے ملازمت دیدی۔ پورے پانچ سال سے کوشش جاری تھی۔ یہ عمل تمام بہن بھائی جن کو ملازمت کی ضرورت ہے کریں اور مجھے دعاؤں میں یاد رکھیں۔ (شبنم نذیر' ٹانک)

کمر کا درد' احتیاط اور علاج

ذیشان حنیف

اگر آپ کا زیادہ تر کام بیٹھنے کا ہے تو اپنے لیے موزوں کرسی کا انتخاب کیجئے ہمیشہ سیدھا بیٹھیے اور چند گھنٹوں بعد چند منٹس کیلئے چہل قدمی کیجئے۔ چلتے ہوئے اپنے جسم کو سیدھا رکھئے۔ اپنے سر کو تنا کر چلئے اور بات کی پرواہ مت کریں کہ ایسا کرنے سے لوگ آپ کو مغرور سمجھنے لگ جائیں گے

کمپیوٹر کے سامنے کسی سخت سی کرسی پر کئی کئی گھنٹوں تک بیٹھے رہنے والے نوجوان افراد۔۔۔روزانہ اپنے باورچی خانوں کے کام کاج میں جتی رہنے والی خواتین جو مسلسل جھک کر کھانا پکاتی ہیں۔۔۔آفس میں کام کرنے والے افراد جو گھنٹوں اپنی کرسیوں پر جھکے کاغذات سے سر کھپاتے رہتے ہیں اور اس دوران اپنی جگہ سے اٹھنے کا موقع بھی شاذونادر پاتے ہیں۔

خواتین جو اونچی ایڑی کی سینڈلیں پہنتی اور بے تکے انداز میں چلتی ہیں۔ وہ لوگ جو کمر پر زور دیتے ہوئے بھاری بوجھ اٹھاتے ہیں۔ ایسے لوگ جو حد درجہ نرم و گدیلے بستروں پر سوتے ہیں۔ آیئے دیکھتے ہیں کہ ان تمام لوگوں میں کیا بات مشترک ہے؟ اور یہ تمام لوگ اپنی ریڑھ کی ہڈی کے دشمن کیوں بنے ہوئے ہیں؟

ریڑھ کی ہڈی نظام عصبی کا مرکز: ہمارا عصبی نظام دفاع اور حرام مغز سے مل کر بنا ہے ہمارا دفاع جاندار حالت میں ایک نیم مائع قسم کا عضو ہے جو ایک ٹھوس ہڈی کے خول میں محفوظ ہوتا ہے جسے کھوپڑی کہتے ہیں جبکہ حرام مغز ہماری ریڑھ کی ہڈی کے اندر ایک رسی کی مانند عضو ہے جو گردن سے ہوتا ہوا دماغ سے منسلک ہوتا ہے حرام مغز دراصل ہمارے جسم اور دماغ کے درمیان پیغام رسانی کی مرکزی گزرگاہ کے طور پر کام کرتا ہے اس میں لاتعداد اعصاب نکل کر ایک جال کی طرح جسم کے دیگر اعضاء کے ساتھ رشتہ استوار کیے ہوئے ہوتے ہیں ہم جو کچھ محسوس کرتے ہیں مثلاً تکلیف گرمی یا سردی وغیرہ کے احساسات تو اعصاب سب سے پہلے اس سے حرام مغز کو مطلع کرتے ہیں حرام مغز سے یہ احساس دماغ تک پہنچتا ہے جو اپنی ہدایت حرام مغز کے ذریعے متعلقہ عضو تک پہنچانے کیلئے ایک بار پھر ان ہی اعصاب کا سہارا لیتا ہے۔ یاد رکھیے کہ حرام مغز ایک طرح کا دماغ ہی ہے لیکن یہ سوچنے یا فیصلہ کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتا حرام مغز بے شمار اعصاب کا مجموعہ ہے جبکہ جسم میں پھیلے ہوئے اعصاب دراصل کسی زنجیر کی طرح باہم جڑے ہوئے ہیں یہ بے شمار عصبی خلیوں کا مجموعہ ہوتے ہیں۔

ریڑھ کی ہڈی' فن قدرت کا ایک انمول نمونہ: ریڑھ کی ہڈی بلاشبہ قدرت کے فن کا ایک حیرت انگیز نمونہ ہے یہ حد درجہ مضبوط اور مستحکم ہونے کے ساتھ ساتھ لچکدار بھی ہے یہ ہماری چال کو سیدھا رکھتی ہے اور ہمیں ہر سمت میں مڑنے یا جھکنے کے قابل بناتی ہے یہ کئی چھوٹی چھوٹی ہڈیوں سے مل کر بنی ہوئی ہوتی ہے جو کسی زنجیر کی طرح ایک دوسرے سے منسلک ہوتی ہیں ان ہڈیوں کے درمیان ایک نرم اور چھوٹی سی ہڈی (ڈسک) ہوتی ہے جو کسی شدید احساس یا صدمے کو سہارنے کے کام آتی ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کئی اسکیٹل عضلات سے متعلق ہوتی ہے وزن سہارنے والے جوڑ ریڑھ کی ہڈی اور اسکیٹل عضلات ہماری جسمانی حرکات کا اثر قبول کرتے ہیں جسم کی حرکات مثلاً چلنا' بیٹھنا' اٹھنا اور لیٹنا وغیرہ درست نہ ہوں تو اس سے بھی ان تینوں پر گہرا اثر پڑتا ہے کیونکہ ہم جو کچھ کرتے ہیں خواہ بوجھ اٹھائیں جھک کام کریں یا حادثاتی طور پر گر جائیں ان تمام حرکات کا دباؤ ہمارے جوڑوں اور ریڑھ کی ہڈی کو سہنا پڑتا ہے۔ ہمارے عضلات وقتی طور پر متاثر ہوتے ہیں اور تھوڑی دیر بعد پھر سے حرکت کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔

ریڑھ کی ہڈی پر زیادہ دباؤ مت ڈالیے: ذیل میں چند ایسے طریقے بتائے جارہے ہیں جن کے ذریعے اس مسئلے سے بچا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کا زیادہ تر کام بیٹھنے کا ہے تو اپنے لیے موزوں کرسی کا انتخاب کیجئے ہمیشہ سیدھا بیٹھیے اور چند گھنٹوں بعد چند منٹ کیلئے چہل قدمی کیجئے۔ چلتے ہوئے اپنے جسم کو سیدھا رکھئے۔ اپنے سر کو تنا کر چلئے اور بات کی پرواہ مت کریں کہ ایسا کرنے سے لوگ آپ کو مغرور سمجھنے لگ جائیں گے۔ کمر کو اس طرح جھکا کر مت بیٹھیے کہ سارا بوجھ آپ کی ریڑھ کی ہڈی پر پڑے۔ ہمیشہ متوازن ہو کر بیٹھیے اور بغیر کمر جھکائے آہستگی سے اٹھیے۔ بے آرام یا بہت اونچی ایڑی کے جوتے ہرگز مت پہنئے۔ (خاص طور پر اگر آپ نوجوان ہیں۔) باورچی خانے میں کام کرتے ہوئے خود کو وقتاً فوقتاً وارم اپ کرتے رہیے۔ اگر آپ کا وزن زیادہ ہے تو اس پر قابو پایئے۔

اگر آپ کمر کی درد کا شکار ہو جائیں: تمام تر احتیاطوں کے باوجود اگر آپ کو کمر کا درد ہو جائے تو آپ اس کی وجہ وراثتی خصوصیات GENES نازک ہڈیوں یا صریح بدقسمتی کا قرار دے سکتے ہیں۔ کمر کا درد اچانک ہو سکتا ہے۔ یہ کبھی شدید ہوتا ہے اور کبھی دھیما بعض اوقات یہ خاص اوقات میں ابھرتا ہے یہ بالائی اور زیریں کسی بھی جگہ شروع ہو سکتا ہے جب پہلی بار کمر کا درد ہو تو مزید کسی سنجیدہ مرض سے بچنے کیلئے فوراً اپنا میڈیکل چیک اپ کروالیں۔ تمام ممکنہ اسباب کا سدباب کرنے کے بعد اس وقت تک بستر پر آرام کریں تاوقت یہ کہ ابتدائی درد کا حملہ سرے سے معدوم ہو جائے۔ طبی ماہرین کے مطابق ہلکی پھلکی ورزش کرنے سے کمر کے درد میں مبتلا افراد کو کافی آرام ملتا ہے وہ کہتے ہیں باقاعدگی سے ورزش آپ کے عضلات کو مستقل طور پر مضبوط بناتی ہے جس سے ریڑھ کی ہڈی کو کافی حد تک سہارا ملتا ہے۔ ہڈیوں کی بافتوں کا ضیاع بالخصوص عورتوں میں دل کے امراض حرام مغز کے کچھ خاص عوارض حد درجہ موٹاپا' شدید ذہنی تناؤ' اعصابی بیماریاں کمر کے درد کا سبب بن سکتی ہیں۔ ورزش اور اس کے اوقات کا تعین کرنے سے پہلے ضروری ہے کہ اس سلسلے میں کسی میڈیکل ڈاکٹر سے مشورہ لیا جائے تو ایک دوا اور ڈاکٹر سے رائے طلب کریں کیونکہ اگر ایک ڈسک بھی سرجری کے ذریعے ہٹائی جاتی ہے تو بالائی اور زیریں DISKS کو زائد دباؤ برداشت کرنا پڑے گا۔

زیارت رسول ﷺ کیلئے مستند درود شریف

اللہ تعالیٰ کے فرشتے اور تمام زمین و آسمان والے حتیٰ کہ چیونٹیاں اپنے بلوں میں' مچھلیاں دریاؤں میں اور پرندے اپنے گھونسلوں میں اس کیلئے استغفار کرتے ہیں جو بکثرت درود شریف پڑھتا ہے

سارا دن درود شریف پڑھنے کا ثواب

(والدہ محمد فیصل)

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ فِیْ اَوَّلِ كَلَامِنَا
اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ فِیْ اَوْسَطِ كَلَامِنَا
اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ فِیْ اٰخِرِ كَلَامِنَا

جو شخص اس درود شریف کو تین مرتبہ صبح پڑھے گا تو اس کو سارا دن درود شریف پڑھنے کا ثواب ملتا ہے اور جو تین مرتبہ شام کو اس درود شریف کو پڑھے گا اس کو ساری رات درود شریف پڑھنے کا ثواب ملے گا۔ **(مشائخ سے منقول)**

زیارت کیلئے مستند درود شریف

(محمد بابر علی سکھیرا' ملتان)

حضور اقدس ﷺ کی خواب میں زیارت کی تمنا کونسا مسلمان ایسا ہوگا جو نہ کرتا ہو لیکن عشق و محبت کی بقدر اس کی تمنائیں بڑھتی رہتی ہیں اور اکابرو مشائخ نے بہت سے اعمال اور بہت سے درودوں کے متعلق اپنے تجربات تحریر کیے ہیں کہ ان پر عمل سے سید الکونین ﷺ کی خواب میں زیارت نصیب ہوئی۔ علامہ سخاوی رحمۃ اللہ علیہ نے قول بدیع میں خود آپ ﷺ کا بھی ایک ارشاد نقل کیا ہے مَنْ صَلّٰى عَلٰى رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَعَلٰى جَسَدِهٖ فِی الْاَجْسَادِ وَعَلٰى قَبْرِهٖ فِی الْقُبُوْرِ'' جو شخص روح محمد ﷺ پر ارواح میں اور آپ ﷺ کے جسد اطہر پر بدنوں میں اور آپ ﷺ کی قبر مبارک پر قبور میں درود بھیجے گا وہ مجھے خواب میں دیکھے گا (جو مجھے خواب میں دیکھے گا وہ قیامت میں دیکھے گا) اور جو مجھے قیامت میں دیکھے گا میں اس کی سفارش کرونگا اور جس کی میں سفارش کرونگا وہ میرے حوض سے پانی پیے گا اور اللہ جل شانہٗ اس کے بدن کو جہنم پر حرام فرمادیں گے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ كَمَا اَمَرْتَنَا اَنْ نُّصَلِّیَ عَلَيْهِ
اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ كَمَا هُوَ اَهْلُهٗ
اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ كَمَا تُحِبُّ وَتَرْضٰى لَهٗ

جو شخص اس درود شریف کو طاق عدد کے موافق پڑھے گا وہ حضور اقدس ﷺ کی خواب میں زیارت کرے گا اور اس پر اس کا اضافہ بھی کرنا چاہیے اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَعَلٰى جَسَدِهٖ فِی الْاَجْسَادِ وَعَلٰى قَبْرِهٖ فِی الْقُبُوْرِ سب سے زیادہ لذیذ تر اور شیریں تر خاصیت درود شریف کی یہ ہے کہ اس کی بدولت عشاق کو خواب میں حضور سرور کونین ﷺ کی زیارت میسر ہوتی ہے بعض درودوں کو بالخصوص بزرگوں نے آزمایا ہے۔ شیخ عبدالحق محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب ترغیب اہل السعادات میں لکھا ہے کہ شب جمعہ میں دو رکعت نماز نفل پڑھے اور ہر رکعت میں گیارہ بار آیۃ الکرسی اور گیارہ بار سورۂ اخلاص اور سلام پھیرنے کے بعد یہ درود شریف ایک سو مرتبہ پڑھے انشاء اللہ تین جمعہ نہ گزرنے پائیں گے کہ زیارت نصیب ہوگی۔ وہ درود شریف یہ ہے۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَاٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَسَلِّمْ۔

قیامت تک ایک فرشتہ دعا کرے

(ع م ۔ چوہدری)

ایک روایت میں ہے کہ ایک دن نبی کریم ﷺ کا چہرہ انور خوشی سے بہت ہی چمک رہا تھا اور خوشی کے انوار چہرہ انور پر بہت ہی محسوس ہورہے تھے۔ صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ جتنی خوشی آج چہرہ انور پر محسوس ہورہی ہے اتنی تو پہلے محسوس نہیں ہوتی تھی۔ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا مجھے کیوں نہ خوشی ہو' ابھی جبرائیل علیہ السلام میرے پاس سے گئے ہیں اور وہ یوں کہتے تھے کہ آپ ﷺ کی امت میں سے جو شخص ایک دفعہ بھی درود شریف پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کی وجہ سے دس نیکیاں اس کے نامہ اعمال میں لکھیں گے اور دس گناہ معاف فرمائیں گے اور دس درجے بلند کریں گے اور ایک فرشتہ اس سے وہی کہے گا جو اس نے کہا۔ حضور ﷺ فرماتے ہیں میں نے جبرائیل علیہ السلام سے پوچھا یہ فرشتہ کیسا ہے؟ تو جبرائیل علیہ السلام نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے ایک فرشتے کو قیامت تک کیلئے مقرر کردیا ہے کہ جو آپ ﷺ پر درود بھیجے وہ اس کیلئے (وانت صلی اللہ علیک تجھ پر بھی اللہ کی رحمتیں ہوں) دعا کرے۔ **(فضائل درود شریف از: مولانا محمد زکریا صفحہ 23)**

درود شریف پڑھنے والے کی مغفرت

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص بھی مجھ پر درود بھیجتا ہے ایک فرشتہ اس کو لے کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں حاضر ہوتا ہے پھر اللہ تعالیٰ اس فرشتے کو فرماتے ہیں کہ اس درود کو میرے بندے (حضور نبی اکرم ﷺ) کی قبر انور میں لے جاؤ تاکہ یہ درود اس کو کہنے والے کیلئے مغفرت طلب کرے اور اس سے اس کی آنکھوں کو ٹھنڈک پہنچے۔ **(البدر التمام)**

زنگ سے طہارت

علامہ سخاوی ''القول البدیع'' صفحہ 135 پر لکھتے ہیں کہ حضور پاک ﷺ نے فرمایا کہ ہر چیز کیلئے طہارت اور غسل ہوتا ہے اور ایمان والوں کے دلوں کی زنگ سے طہارت مجھ پر درود پاک پڑھنا ہے۔ **(فضائل درود وسلام)**

فرشتہ مغفرت طلب کرتا ہے

اللہ تعالیٰ کے فرشتے اور تمام زمین و آسمان والے حتیٰ کہ چیونٹیاں اپنے بلوں میں' مچھلیاں دریاؤں میں اور پرندے اپنے گھونسلوں میں اس کیلئے استغفار کرتے ہیں جو بکثرت درود شریف پڑھتا ہے اور وہ اس وقت تک بخشش طلب کرتے رہتے ہیں جب تک فضل رحمانی اور تائید ایزدی شامل حال ہوکر وہ داخل جنت نہ ہوجائے اور ایک فرشتہ اس کی قبر پر تاقیام قیامت کھڑا رہتا ہے اور مغفرت طلب کرتا رہتا ہے۔ (تحفۃ الصلوٰۃ)

50 مرتبہ درود شریف

''القول البدیع'' میں ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص مجھ پر دن بھر میں پچاس مرتبہ درود پاک پڑھے گا۔ بروز قیامت میں اس سے مصافحہ کروں گا۔

بلڈ پریشر کیلئے آزمودہ نسخہ

ہم یہ نسخہ کافی عرصہ سے لوگوں کو استعمال کروا رہے ہیں اور خود گھر میں بھی استعمال کررہے ہیں۔ اس سے بلڈ پریشر جتنا بھی زیادہ ہو اللہ کے حکم سے کم ہوجاتا ہے۔ نسخہ یہ ہے **ھوالشافی:** سات عدد عناب چینی یا مٹی کے برتن میں بھگودیں' صبح نہار منہ اس کا پانی پی لیں' دو گھنٹے تک کوئی چیز نہ کھائیں۔ سات دن متواتر استعمال کرنے سے انشاءاللہ شفاء مل جائے گی۔ عناب (سوکھے بیر کی طرح کے ہوتے ہیں) ہم نے یہ نسخہ 70 سال کی عمر والے بزرگوں کو بلغم کیلئے استعمال کروایا تو ان کو بہت فائدہ ہوا۔ **(محمد فیروز' لاہور)**

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

ان سخیوں کے مقام کو پہچانئے

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

مسجد میں سفرا اور خدام مدرسہ کی لائن میں حاجی صاحب کو لگا دیکھ کر امام صاحب حیرت میں آ گئے' ملک کا ایسا نامور سیٹھ اور صاحب خیر کہ اگر یہ کہا جائے کہ ملک کا کوئی ادارہ یا دینی تنظیم شاید ہی ایسی ہو جس کو حاجی صاحب جانتے نہ ہوں یا وہ حاجی صاحب کو جانتا نہ ہو جس میں حاجی کا حصہ کا تعاون نہ ہوتا ہو' ان کو اس طرح لائن میں لگا دیکھ کر امام صاحب نے کہا: حاجی صاحب آپ تشریف رکھیں' آپ لائن میں کہاں لگے ہیں' یہ لوگ چندہ لینے والے ہیں۔ حاجی صاحب نے عرض کیا: آپ کے علم میں ہے کہ میں بھی ایک مدرسہ کا چندہ کرتا ہوں' میں بھی چندہ لینے کیلئے لائن میں لگا ہوں بلکہ لائن میں لگنے کیلئے چندہ کر رہا ہوں۔ امام صاحب نے حاجی صاحب سے اصرار کیا: آپ بغیر لائن میں لگے چندہ لے لیجئے۔

حاجی صاحب نے کہا: مولانا صاحب! اگر لائن میں لگ کر آپ مجھے چندہ دے سکتے ہیں تو ٹھیک ہے ورنہ میں کسی دوسری جگہ جا کر لائن میں لگوں گا۔ مولانا صاحب! آپ جانتے ہیں جس مدرسہ کا میں چندہ کرتا ہوں اس مدرسہ کا خرچ بہت ہے جو میرے چندہ سے چلنے والا نہیں ہے میں تو مدرسہ کے مہتمم صاحب سے بہت خوشامد کر کے رسید لے کر آتا ہوں میرے دل میں آتا ہے ماہ مبارک اللہ کی اطاعت اور عبادت کا مہینہ ہے' لوگ اپنے گھروں اور اپنے کاروبار میں مصروف ہیں' لوگ ایئر کنڈیشن مکانوں میں آرام کر رہے ہیں' طاعت و نیکی کے قدرداں روزوں' تلاوتوں اور ماہ مبارک کے معمولات میں مصروف ہیں' مگر یہ وارثین انبیاء آئندہ نسلوں کے ایمان کو بچانے کیلئے روزے رکھ کر' گھر بار' بیوی بچوں اور اپنے آرام و سکون بلکہ ذکر و تلاوت تک کو قربان کر کے رسید کے کاسے لیے اپنی عزت نفس کو داؤ پر لگائے لائن میں لگ کر چندہ کر رہے ہیں' یہ اللہ کے دین کے قابل رشک خدام ہیں' اللہ کو عطا اور رحمت کے اس مبارک مہینے میں ان پر کتنا پیار آتا ہوگا اور وہ اپنے دین اور محبوب کلام کی خدمت کرنے والے ان عشاق کو کیسی رحمت سے دیکھتا ہوگا بس ان لائن لگانے والوں پر میرا بھی نام لکھا جائے۔ اس لیے میں مدرسہ کے مہتمم صاحب سے خوشامد کر کے رسید بک لے کر آتا ہوں۔ حاجی صاحب کی یہ باتیں سن کر امام صاحب فرط رشک سے خاموش ہو گئے اور حاجی صاحب لائن میں لگ گئے اور نمبر آنے پر رسید کٹائی۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: ترجمہ: اللہ تعالیٰ جس کے ساتھ خیر کا ارادہ فرماتے ہیں اس کو دین کی سمجھ عطا فرماتے ہیں۔''

اللہ تعالیٰ جس کے ساتھ فضل فرماتے ہیں اس کی سوچ اور سمجھ کو دینی کر دیتے ہیں' اللہ مثبت اور دینی فہم نصیب فرمائے تو محسوس ہو کہ یہ خدام دین' یہ وارثین انبیاء جو ماہ مبارک میں رسید کا سے لیے ادھر ادھر دھکے کھاتے دکھائی دیتے ہیں کس قدر منزلت اور عظمت واحترام کے مستحق ہیں' یہ ایسے سیٹھ ہیں جو گدابن کر ہر در پر کچھ دینے کی دھن میں فقیروں کا بھیس بنائے پھرتے ہیں مگر افسوس ہے کہ بےبصیرت لوگ ان کو در در پھرتا دیکھ کر ان کو دینے والا اور اپنا اور ملت کا بڑا محسن سمجھ کر ان کا اکرام واحترام کرنے کے بجائے ان کو لینے والا سمجھ کر نہ جانے کیسے کیسے حقارت آمیز فقرے ان کی شان میں کہہ کر اپنی دنیا اور آخرت خراب کرتے ہیں۔ کاش ہم ان کی قدر کرتے!!!

(بقیہ: باپ کا بیٹے کو راہ راست پر لانے کیلئے عجیب امتحان)

اب میں نے اپنے دوست کے گھر کی طرف رخ کیا اپنے دوست کے ڈیرے پر پہنچا' ہمیں دیکھتے ہی وہ بہت خوش ہوا نوکر سے حقہ تازہ کروایا اور ہمارے پاس آ گیا' گلے شکوے کیے کہ یار تو بہت بیوفا ہے کہ کافی عرصہ سے تو نے میرا کوئی پتہ نہیں کیا میں نے اسے اپنی مجبوریاں بتائیں مجھے ایسے محسوس ہو رہا تھا کہ جیسے یہ میرا یار ہمارے آنے سے بہت خوش ہے۔ میں بولا یار میں آج بھی ایک مشکل گھڑی میں تمہارے پاس آیا ہوں اس نے جواب دیا کہ تم جتنی بھی مشکل میں ہو تمہارا یار تمہارا ساتھ نہ چھوڑے گا لیکن پہلے ناشتہ ہوگا اور بعد میں گفتگو۔ وہ گھر گیا ناشتہ لے آیا ناشتہ بہت ہی پر تکلف تھا۔ ناشتہ سے فارغ ہوئے تو یار نے مشکل کے بارے میں پوچھا۔ میں بولا یار آج رات تمہارے بھتیجے سے جھگڑے میں ایک آدمی قتل ہو گیا ہے بہت پریشان ہوں' میرے بیٹے کو اپنے پاس پناہ دو۔ یار بولا کہ بس اتنی سی بات پر گھبرا رہے ہو' یہ تمہارا بیٹا نہیں بلکہ میرا بیٹا ہے تم فکر نہ کرو میرے چھ بیٹے ہیں اور ساتواں یہ ہوا اگر پولیس کو پتہ چل بھی گیا کہ اسلم فلاں جگہ چھپا ہوا ہے تو فکر مت کرنا میں اسلم کی گرفتاری کی بجائے اپنے بیٹوں کو پولیس مقابلہ کراؤں گا اگر یہ قربان ہو گئے تو پھر تمہارا یار اپنی قربانی دے گا میری قربانی کے بعد پولیس اگر اسلم کو پکڑ کر لے جائے تو پھر میری مجبوری سمجھ کر مجھ پر ناراض نہ ہونا اگر تم یہاں رہنا چاہو تو یہ تمہارا گھر ہے اگر واپس جانا چاہو تو بےفکر یہاں سے چلے جاؤ۔ اگر قتل ہونے والے آدمی کے وارثوں سے کوئی معاملہ طے ہو جائے تو پیسوں کی فکر نہ کرنا میرے باڑے پر ستر اسی جانور موجود ہیں اگر ضرورت پڑے تو ان کو بیچ کر اپنے بیٹے کی جان بچائیں گے۔ میں نے اجازت چاہی اور وہاں سے چل پڑا کچھ دور جا کر واپس یار کے پاس آیا تو اس نے حیرانگی سے واپس آنے کی وجہ پوچھی تو میں نے اپنے یار کو تمام قصہ سنایا اور خواہش ظاہر کی کہ تم بھی اسلم کو سمجھاؤ کہ یہ غلط دوستوں اور محفلوں سے باز آ جائے اب اللہ کی مہربانی سے اسلم کے دل میں بھی بات سمجھ آ چکی تھی اسلم نے اٹھ کر مجھ سے اور میرے دوست سے معافی مانگی اور بے اختیار کہا کہ برے دوست واقعی ہی مشکل میں ڈالتے ہیں اور برے وقت میں کام نہیں آتے۔ ابا جی آپ جیت گئے اور میں ہار گیا۔

(بقیہ: فطرت سے ہٹنے کا عبرتناک نتیجہ)

کے کمرے میں گئی' بچے بدستور ابھی تک سو رہے تھے۔ اتنی دیر تک تو بچے کبھی نہیں سوتے' پھر وہ اپنے شوہر کے کمرے میں گئی وہ بھی بے سدھ پڑے تھے اس نے ہمت کی اپنے شوہر کی نبض کو ٹٹولا پھر قلب پر ہاتھ رکھا اس کی کچھ سمجھ میں نہ آیا۔ پھر بچوں کی نبض اور دل کی کیفیت چیک کی مگر یہ کیا۔ ہر بچے کی ایک ہی کیفیت تھی جیسے سارے بچے اور شوہر موت کی وادی میں چلے گئے ہیں۔ مگر کیسے؟ خالہ بھانجی کی یہ کیفیت تھی کہ کاٹو تو بدن میں لہو نہیں۔ ڈاکٹر کو فون کیا اور فوری گھر پر طلب کیا۔ ڈاکٹر فوراً پہنچ گئے سب کو چیک کیا اور کہا نو کے نو افراد پانچ گھنٹے قبل وفات پا چکے ہیں اور سب کی موت کسی ایک ہی زہریلی دوا سے واقع ہوئی ہے کیونکہ ایک ہی طرح کے جسموں پر نیلے نشان ہیں۔ زہر کی شدت سے کالے ہوتے جا رہے ہیں۔

ہما نے یہ سب سنتے ہی چیخ ماری اور بیہوش ہو گئی جب اسے ہوش آیا تو جنازے گھر کے صحن میں موجود تھے۔ یہ زہر میرے شوہر اور بچوں کو دینے والا کون تھا؟ وہ بڑبڑائی اور اپنے بال نوچنے لگی' مجھے ان قاتلوں کا پتہ دو کچا چبا جاؤں گی' زندہ کھا جاؤں گی' وہ چیخے جا رہی تھی' ارے ان قاتلوں کا پتہ بتا دو ان کے کلیجے کتوں کو ڈال دونگی۔ چھوٹے بڑے کفن سیے جا رہے تھے' ایک عزیزہ کی اچانک نگاہ دیوار پر پڑی تو سب کا قاتل دیوار پر نظر آیا انہوں نے ہما کا ہاتھ پکڑ کر اوپر اشارہ کیا!! وہ دیکھو تمہارے شوہر اور تمہارے بچوں کا قاتل دیوار پر بیٹھا ہے۔ وہ! ہما کی زبان سے نکلا دو فٹ اونچی اچھلی اور پھر بے ہوش ہو گئی۔ ارے دیوار پر تو صرف ایک چھپکلی تھی' ارے اس ننھی چھپکلی نے نو انسانوں کا قتل کر دیا۔ ہر طرف کہرام مچا ہوا تھا۔ انسانوں کا جم غفیر موجود تھا۔ ڈاکٹر نے چائے کے کپ چیک کیے اور پھر چائے دانی کی کیتلی کو دیکھا تو اس میں چھپکلی کی لاش موجود تھی۔ کب اور کیسے نو جنازے قبرستان میں پہنچائے گئے ہما کو کچھ خبر نہیں۔ جب ہوش آیا تو خود کو اکیلے چارپائی پر پایا۔ شاید یہ اللہ کی نافرمانی کا انجام تھا۔ اللہ رب العزت قرآن میں فرماتے ہیں اولاد کو رزق کے ڈر سے قتل نہ کرو ہم انہیں بھی رزق دیتے ہیں اور تمہیں بھی۔ سچی کہانی ہے۔

تہجد کے نوافل: 2 تا 12 نوافل جتنے چاہے خلوص اور چاہت سے پڑھیں اور اللہ سے مانگیں۔ **اللہ پاک سے باتیں:** تہجد کے نوافل کے بعد اور سحری کھانے تک اللہ تعالیٰ سے باتیں کریں کیونکہ سحری کے وقت نوری لمحے ہوتے ہیں اور اللہ تعالیٰ پہلے آسمان پر نزول فرماتے ہیں اور اللہ تعالیٰ خیر و عافیت بانٹ رہے ہوتے ہیں اور صدا آتی ہے کہ ہے کوئی جس کو بخشا جائے اس لیے اللہ تعالیٰ سے مانگیں اور ایسے مانگیں جیسے بھکاری مانگتا ہے اور لے کر ہی چھوڑتا ہے۔ **صلوٰۃ التوبہ:** 2 رکعت نفل توبہ کے پڑھیں اور اس کے بعد 40 دفعہ یا 121 دفعہ یا 303 دفعہ اول و آخر درود پاک پڑھیں اور یہ دعا مانگیں۔ اَللّٰھُمَّ اِنِّیۡ ظَلَمۡتُ نَفۡسِیۡ فَاغۡفِرۡلِیۡ اور یہ تصور کرنا ہے کہ میں دنیا کا سب سے بڑا گنہگار ہوں اور اپنے گناہ پر ندامت کرنا ہے اور اپنے گناہ بخشوانے ہیں۔ **افطاری سے پہلے کی دعا:** اَللّٰھُمَّ رَبَّنَآ اَنۡزِلۡ عَلَیۡنَا مَآئِدَۃً مِّنَ السَّمَآءِ تَکُوۡنُ لَنَا عِیۡدًا لِّاَوَّلِنَا وَ اٰخِرِنَا وَ اٰیَۃً مِّنۡکَ وَارۡزُقۡنَا وَاَنۡتَ خَیۡرُ الرّٰزِقِیۡنَ o (سورۃ مائدہ آیت نمبر 114) 11 مرتبہ اول و آخر طاق درود شریف پڑھ کر آسمان کی طرف منہ کریں اور اللہ پاک سے مانگیں اللہ پاک خیر و برکت عطا فرمائے گا' گھر کا ہر فرد پڑھے۔

وظائف کی انمول کتاب ہر آنے والے کو گفٹ کی جائے گی

آہوں‘ سسکیوں اور توبہ کی مقبول اور محبوب رات

رمضان المبارک کی 27 ویں شب (9 بجے) تراویح میں ختم القرآن کے مبارک موقع پر حضرت حکیم صاحب ایمان افروز درس کی صورت میں انمول موتی بکھیریں گے اور دلوں کی ویران کھیتی کو معرفت الٰہی اور نور قرآن سے آباد کریں گے۔ درس میں حضرت حکیم صاحب کی طرف سے خاص الخاص وظیفہ اجازت کے ساتھ بتایا جائیگا جو زندگی کی ہر مشکل‘ پریشانی اور لاعلاج روحانی اور جسمانی امراض سے شفاء یابی کا ذریعہ ہوگا۔ ہر آنے والے کو ایک کتاب تحفہ پیش کی جائے گی۔ ایسی کتاب جو بالکل نئی شائع ہوئی ہے اور مارکیٹ میں پہلی مرتبہ آرہی ہے جس میں پرانے لاعلاج جسمانی و روحانی امراض‘ جادو‘ بندشوں کا آخری حل موجود ہوگا اور دلچسپ اور اہم بات یہ کہ بے شمار لوگوں کے ذاتی آزمودہ تجربات‘ مشاہدات اور ان کی تصدیقات کے واقعات پر مشتمل ہے۔ درس کے بعد مسنون ذکر خاص‘ مراقبہ‘ سلطان الاذکار‘ روح پرور اور رقت آمیز دعا ہوگی۔ ہر آنے والا بامراد‘ بامقصد اور جھولی بھر کر واپس جائے گا۔ انشاء اللہ کوئی بھی بے مراد اور محروم نہیں رہے گا۔ گھریلو الجھنوں‘ دکھوں‘ مشکلات‘ جادو‘ بندش اور جنات میں گھرے لوگ ضرور شامل ہوں اور اس مبارک اور پُرنور رات میں اپنی پریشانیوں سے چھٹکارا پائیں۔ ہزاروں کے مجمع میں کسی مقبول اور محبوب الٰہی کی آمین اور آنسو کے طفیل یقیناً پورا مجمع بھی خالی نہیں جائے گا۔ مرد حضرات کیلئے شب بسری اور سحری کا بھی انتظام ہوگا۔ اس مبارک رات کی برکات انوارات کو پانے کیلئے اس نورانی اور روحانی محفل میں خود بھی شریک ہوں اور مختلف ذرائع مثلاً SMS کے ذریعے دوست احباب کو بھی دعوت دیں۔ نوٹ: خواتین کا علیحدہ اور باپردہ انتظام ہوگا۔

(خلق خدا کی تصدیق) **ستر شفائیں اور PCSIR لیبارٹری کی تصدیق** (بے شمار خطوط میں سے ایک خط)

مکرمی ومحترمی حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب السلام علیکم! امید ہے کہ آپ مع اپنے احباب وعملہ کمال خیریت سے ہوں گے۔ آمدم برسر مطلب سے پیشتر مناسب ہوگا کہ مختصراً اپنا تعارف پیش کردوں‘ بندۂ ناچیز اسلامی بینکاری سے لگاؤ رکھنے والا ایک پروفیشنل بینکر ہے۔ 2007ء میں وائس پریذیڈنٹ کے عہدے سے ایک معروف بینک سے قریباً 37 سال کی خدمات کے بعد فارغ ہوا۔ بیکار سے بیگار بھلی کے مصداق دارارقم سکول گلدشت ٹاؤن کیمپس میں ایڈمنسٹریٹر کی حیثیت سے برسرخدمت ہوں۔ ایک دوست عمران خالد صاحب سے آپ کی تعریف سنی۔ انہی کے مشورے سے ماہنامہ عبقری کا قاری بنا۔ گزشتہ ایک شمارہ جس کے سرورق کی دوسری طرف ’’ستر شفائیں‘‘ کی خوبیاں تحریر تھیں‘ گھر کے Living Room کی میز پر پڑا تھا۔ یہ پڑھ کر مجھے ایسا لگا کہ اس دوا کی مجھے ہی نہیں شاید اس دور میں ہر شخص کو ضرورت ہے۔ میرا بڑا بیٹا جو کہ بریڈفورڈ شائر یونیورسٹی UK سے فارغ التحصیل ہونے کے بعد بمعہ فیملی وہیں سیٹلڈ ہے۔ ان دنوں فیملی سمیت پاکستان گھر آیا ہوا تھا۔ اس نے ’’ستر شفائیں‘‘ کے بارے میں پڑھا تو کہنے لگا کہ ’’ابو! اس دوا کے بارے میں جو کچھ لکھا ہے اگر 25 فیصد بھی درست ہو تب بھی بڑے کمال کی دوا ہے لیکن مجھے یہ خوبیاں صرف تحریر کی حد تک ہی لگتی ہیں اور اگر اس میں تاثیر کچھ ہوئی بھی تو وہ ممکنہ طور پر سٹیرائیڈز کی وجہ سے ہوسکتی ہے جو وقتی طور پر فائدہ تو دیتے ہیں لیکن اس کے مضر اور بداثرات جسم کی مشینری تباہ کردیتے ہیں‘‘ میں نے جواباً کہا کہ میرا حکیم صاحب سے بالمشافہ تو تعارف نہیں ہے البتہ جن اچھے دوست سے ان کے بارے میں نے سنا ہے اور عبقری میں پڑھ کر حکیم صاحب کی تعلیمی قابلیت اور دین سے لگاؤ کا جو تاثر بنا ہے ان سے اس سٹیرائیڈز والی بددیانتی کی توقع نہیں کی جاسکتی۔ بہرحال بیٹے کے اصرار پر میں نے ایک ہزار روپیہ فیس خرچ کرکے ’’ستر شفائیں‘‘ کا PCSIR لیبارٹری سے ٹیسٹ کرایا جس سے اس امر کی تصدیق ہوگئی کہ ’’ستر شفائیں‘‘ کے اجزاء میں سٹیرائیڈز شامل نہیں۔ میرے تجربے کے مطابق ’’ستر شفائیں‘‘ یقیناً ان سب امراض میں کسی نہ کسی درجہ شفاء کن ہے جو آپ نے اس ضمن میں ’’عبقری‘‘ یا ’’ستر شفائیں‘‘ کے بروشر میں درج کیے ہیں اور یہ شفاء مرض اور مریض کی کیفیت کی درجہ بندی کے حساب سے مختلف ہوسکتی ہے۔ لیکن بطور خاص ’’ستر شفائیں‘‘ کی جس تیر بہدف شفاء کا تذکرہ کرنا چاہتا ہوں وہ بدہضمی‘ ہیضہ کی شدید ترین کیفیت ہے۔ میری شادی کو 36 سال سے زیادہ کا عرصہ ہوچکا ہے۔ مجھے یاد نہیں کہ اس عرصے میں میری اہلیہ کو ’’شدید ترین ہیضہ‘‘ کی ایسی تکلیف سے واسطہ پڑا ہو جو اسے تقریباً ڈیڑھ ماہ پہلے نصف رات کے قریب لاحق ہوئی۔ بلامبالغہ کوئی ڈیڑھ گھنٹے کے عرصے میں میری اہلیہ نے کوئی دس/ بارہ دفعہ ٹائلٹ کا رخ کیا کبھی قے‘ کبھی موشن‘ کھایا پیا نکل جانے کے بعد فقط پانی اور زہریلا پیلا مادہ قے کے ذریعے اور پتلے موشن کے ذریعے نکلتا۔ مجھ سے اس کی یہ کیفیت دیکھی نہیں جارہی تھی۔ میری اہلیہ اس قدر نڈھال ہوچکی تھی کہ شاید اب اسے ٹائلٹ جانے کیلئے میری مدد کی ضرورت پڑتی۔ میں اٹھا اور میں نے ’’ستر شفائیں‘‘ کی ایک خوراک پانی کے ساتھ اپنی اہلیہ کو دی۔ اس کے بعد وہ ایسے سکون کے ساتھ سوئی کہ اسے نہیں پتا کہ صبح میں کس وقت بیدار ہوا اور دفتر گیا۔ دفتر سے تقریباً 2 بجے واپس آیا تو وہ بیدار ہوئی۔ شدید ترین بدہضمی اور ہیضے کے اس حملے پر اگر ڈاکٹر کو بلایا جاتا تو ٹیکوں اور ڈرپ پر ہزاروں روپے کے اخراجات کے ساتھ ساتھ دیگر اہل خانہ کو جس پریشانی سے دوچار ہونا پڑتا وہ الگ...... ’’ستر شفائیں‘‘ کی ایک خوراک اس شدید ترین ہیضے کیلئے تریاق کا کام کرگئی۔ (دعا گو: اے کے زاہد صدیقی ایڈمنسٹریٹر دارارقم سکول گلدشت ٹاؤن لاہور کینٹ۔ فون نمبر 0321-4421026)

رمضان میں ضرور استعمال کریں
روزہ برکتوں اور رحمتوں والا بنے گا

گھر کا ہر فرد بچے
بڑے زندگی کا معمول بنا لیں

روحانی عطر

آپ ﷺ کو خوشبو بہت پسند تھی‘ آپ ﷺ کے ساتھ ہر وقت سفر وحضر میں عطردان ہوتا جس میں ہر وقت اچھی اور بہترین عطر ہمیشہ موجود رہتی۔ اگر کوئی شخص آپ ﷺ کو عطر (خوشبو) کا تحفہ دیتا تو آپ ﷺ ضرور قبول فرمالیتے۔ حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا ابن اکوع سے روایت ہے کہ آپ ﷺ مشک کا عطر سر اور ڈاڑھی مبارک میں لگاتے۔ خیال رہے کہ بالوں پر عطر لگانا سنت ہے مگر چہرے پر عطر یا خوشبو کا ملنا مناسب نہیں۔ صرف ڈاڑھی پر لگائیں۔ روحانی عطر شفاء کا پیغام ہے۔ عطر بزرگان دین نیک‘ صالح‘ متقی‘ غوث‘ قطب‘ ابدالوں کی پسندیدہ چیز ہے‘ ہر نیک محفل کی روح ہے۔ روحانی عطر لگانے والے کو دنیا میں عزت ملے گی‘ ذکر میں دھیان ہوگا‘ نماز میں خشوع وخضوع ہوگا‘ شیاطین جنات سے محفوظ رہے گا‘ نیک جنات روحانی عطر لگانے والے کی حفاظت کرتے ہیں‘ عطر لگانے والے کیلئے نیک صالح جنات دعا کرتے ہیں۔ عطر لگانے والے کو اللہ والوں کا قرب ملتا ہے۔ اصل میں جب سے مسلمان نے سنت کی زندگی چھوڑی تب سے دربدر بھٹک رہے ہیں آج ہر بندہ کسی نہ کسی مشکل میں پریشان ہے۔ جادو‘ سحر‘ آسیب‘ گندے علم‘ سفلی علم‘ جادو ٹونے کی نارواحرکتیں گلی درگلی‘ خانہ درخانہ بازاروں میں ہر کونے کونے میں بکھری ہوئی عام ہیں۔ گھر گھر قبرستان بن گئے ہیں‘ عامل وکالے جادو والوں سے لوگوں کی زندگیاں اجڑ گئی ہیں‘ لوگ پریشان ہورہے ہیں قیمتی سے قیمتی ادویات کھا کھا کر لوگ تنگ آچکے ہیں مایوس ہوکر زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ ہسپتال‘ طبی شفاء خانے‘ فری طبی کیمپ‘ میڈیکل سٹور‘ نیز جہاں سے لوگوں کو شفاء کی امید نظر آتی ہے‘ وہاں لوگ بیٹھتے ہیں لیکن شفاء کا دروازہ نہیں کھلتا ان عوارضات اور جملہ مقاصد کی کامیابی کیلئے روحانی طاقت کی ضرورت ہوتی ہے اور روحانی طاقت روحانی عطر ہمیں دیتا ہے۔ روحانی عطر گلاب بھی اسی کی ایک کڑی ہے۔ روحانی عطر کو روحانی طاقت حاصل ہے حضرت حکیم صاحب کا خصوصی اسم اعظم کا دم کیا ہوا ہے۔ بہت سے موذی امراض کا علاج ہے لیکن یقین کامل ہو۔ جس جس نے روحانی عطر استعمال کیا اس کو بیماریوں سے شفاء ملی ہے‘ بے سکونوں کو سکون ملا۔ روحانی عطر روحانی مشکلات کے علاوہ جسمانی امراض میں بھی فائدہ دیتا ہے۔ اس بات کو سائنس نے ثابت کردیا ہے بڑے بڑے سائنسدان اور ڈاکٹر خوشبو سے علاج کررہے ہیں جس کو اروما تھراپی کا نام دیا گیا ہے۔ عطر سونگھنا‘ دل ودماغ کو طاقت دیتا ہے‘ بے خوابی کو دور کرتا ہے‘ بے ہوشی میں سنگھائیں فائدہ ہوتا ہے‘ ضعف بصارت‘ دماغ کی کمزوری‘ ٹینشن‘ ڈیپریشن اور دل کے امراض اور بھولنے کے مرض میں مفید ہے۔ بہت سے ڈینگی کے مریض آئے ان کو روحانی غسل کرنے کی ترغیب دی اور کہا کہ روحانی غسل کرکے روحانی عطر ضرور لگایا کریں اور عطر لگاتے وقت یہ تصور ہو کہ میرا مرض ختم ہورہا ہے جادو ٹوٹ رہا ہے‘ صحت وخوشی کی خوشبو میری طرف بڑھ رہی ہے ان شاء اللہ جلد صحت یابی ہوگی۔ ایک طالب علم نے کہا میں کیا استعمال کروں کہ جس سے میرا دماغ بہتر ہو‘ جو کچھ پڑھوں یاد ہوجائے میرا علم مجھے فائدہ دے‘ کتابوں سے دوستی ہو‘ اس کو روحانی عطر دیا اور کہا کہ روحانی عطر کو اب معمول بنالو ان شاء اللہ کامیاب ہوجاؤ گے۔ ایک کام ضرور کرو جب بھی پڑھنے بیٹھو باوضو ہوکر بیٹھو روحانی عطر لگا لیا کرو اور تھوڑا کتابوں کو بھی لگالیا کرو اس طالب علم نے ایسا ہی کیا کچھ ہی دنوں میں کتاب کا علم اس پر کھلنا شروع ہوگیا اس کے علم سے لوگ مستفید ہونے لگے اور اعلیٰ پوزیشن لی۔ جائے نماز کو روحانی عطر لگائیں قرآن کے اندر باہر لگائیں۔ ایک صاحب عمرہ کی سعادت حاصل کرکے آئے تو انہوں نے بہت سارے روحانی عطر لیے پوچھنے پر فرمایا کہ ہر کسی کو آب زم زم‘ کھجور کے ساتھ روحانی عطر کا تحفہ دونگا اور وہ عطر کے بہت دیوانے تھے۔ انہوں نے فرمایا کہ یہ ارادہ میں نے سعودی عرب میں ہی کیا تھا۔

روحانی عطر اور برکت والی تھیلی: روحانی عطر برکت والی تھیلی پر لگانے سے برکت کے دروازے کھلتے ہیں۔ رزق میں برکت ہوتی ہے‘ تنگدستی ختم ہوتی ہے‘ بعض حضرات برکت والی تھیلی پر خوشبو لگانے میں کوتاہی کرتے ہیں جس سے برکت والی تھیلی کے اصل فوائد سے محروم رہتے ہیں۔ تسبیح خانہ کے چاہنے والے ایک صاحب نے کہا برکت والی تھیلی پر روزانہ 129 دفعہ سورۂ کوثر اول وآخر سات بار درود شریف پڑھتا ہوں اور پیسے نکالتے اور ڈالتے وقت سورۂ کوثر پڑھتا ہوں لیکن کچھ کمی ایسی ہورہی ہے جس سے اس کی برکات سے دور ہوں۔ اس کو تھیلی پر روحانی عطر لگانے کا مشورہ دیا اور پوچھا کہ کہیں برکت والی تھیلی میں کوئی تصویر تو نہیں ہے انہوں نے فرمایا کہ کوئی اور تصویر نہیں ہے لیکن میرے شناختی کارڈ والی تصویر ضرور ہے کیونکہ شناختی کارڈ کی تو اجازت ہے۔ بس جب سے برکت والی تھیلی پر روحانی عطر لگانا شروع کیا الحمدللہ برکت وعافیت کے دروازے کھل گئے مال بھی آیا اور برکت بھی آئی۔ کہنے لگے آج میں مالی طور پر خوشحال ہوں۔ کائنات‘ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے اللہ تعالیٰ جس پر یہ بھید کھول دے جنہوں نے بھی اس روحانی عطر کو استعمال کیا باکمال بن گئے۔ وظائف میں دل لگا‘ پرہیزگاری کی زندگی آئی۔ دل معطر ہوا‘ روحانی طاقت آئی‘ سکون ملا۔ رزق کی برکت کا راز روحانی عطر میں صرف اشارہ کافی ہے۔ روحانی عطر کا ہدیہ: خوشبو کا ہدیہ دینے سے محبت بڑھتی ہے‘ روحانی عطر کا ہدیہ اپنے دوستوں کو دیجئے‘ آپس میں محبت پیدا ہوگی۔ (ریشمی تھیلی کے ساتھ قیمت 240 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

74

ماہنامہ عبقری ® لاہور

اگست 2012ء بمطابق رمضان شوال 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 40روپے

ناممکن روحانی مشکلات لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ٹھیک بارہ بجے سب خچروں نے کام بند کر دیا
- گمشدہ اور ناجائز مقدمات سے رہائی کا عمل
- ایک پیالہ پانی سے موذی امراض کا خاتمہ
- خوشبو سے صحت مندی کے آسان راستے
- ٹینشن اور اعصابی تناؤ سے چھٹکارا پایئے
- روزی بارش کی طرح ملنے کا انمول وظیفہ
- حبس کا موسم' مفید غذائیں اور احتیاطیں
- جن بابا نے لوٹے مار مار کر سر پھاڑ دیا
- فرسٹ ڈویژن کیلئے گارنٹی شدہ وظیفہ
- بسم اللہ تمام آفتوں سے نجات کا راستہ
- پودینہ اور اجوائن کے انوکھے کرشمے
- بادام بے شمار خوبیوں کا حامل میوہ



علامہ لاہوتی کی جنات کیساتھ بیتی سچی زندگی کا پراثر اسرار سفر......جس میں مذکور وظائف جو گھریلو الجھنوں کا آخری حل ثابت ہوئے ہیں۔



احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)......درس
تفصیلات صفحہ نمبر 35 پر

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَاۤءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 2 جلد نمبر 7 اگست 2012ء بمطابق شوال، ذی قعدہ 1433ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

اگست 2012ء

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 40 روپے | اندرون ملک سالانہ 480 روپے بیرون ملک سالانہ 62 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

جنات کا پیدائشی دوست

''جنات کا پیدائشی دوست'' ایک حیرت انگیز' سچی اور منفرد آپ بیتی لیکن آسان جناتی ولاہوتی وظائف کی وجہ سے قارئین کے ہاں سب سے زیادہ پسندیدہ ترین سلسلے کا درجہ حاصل کر چکی ہے۔ قارئین کے بے پناہ اور مسلسل اصرار پر اب کتابی شکل میں شائع کیا جا رہا ہے۔ خاص بات یہ کہ قرآن و حدیث کی روشنی میں' اولیاء اللہ' سلف صالحین اور بزرگان دین کا جناتی اور لاہوتی دنیا سے تعلق اور حقیقت ثابت کی گئی ہے۔ حضرت خضر علیہ السلام کی کئی اکابرین امت سے ملاقات کے احوال بھی لکھے گئے ہیں۔ سائنس اور سائیکالوجی جناتی دنیا کے بارے میں کیا حقائق بیان کرتی ہے؟ اس کتاب میں پڑھنے کو ملیں گے۔ غرض یہ کتاب ایک کہانی نہیں بلکہ زندگی کی پراسرار حقیقتوں میں سے ایک حقیقت کا اظہار ہے اس کا ثبوت وہ ہزاروں خطوط ہیں جنہوں نے اس منفرد آپ بیتی میں دیئے گئے لاہوتی وظائف سے فیض پایا اور گھریلو مشکلات' جادو جنات' شادیوں میں رکاوٹ کا حل اور پرسکون زندگی پائی۔ 500 سے زائد صفحات پر مشتمل یہ انمول کتاب آپ بھی پڑھیے اور گفٹ بھی کیجئے' ابھی سے اپنی کاپی بک کروائیں۔

(قیمت صرف 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: **RP/6237/L/S/10/1534**

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرا دیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

قارئین توجہ فرمائیں......!!! جولائی **2012**ء سے رسالہ کی قیمت میں **10** روپے اضافہ کی وجہ سے سالانہ ممبر شپ **480** روپے کر دی گئی ہے۔ لہٰذا جن قارئین نے **360** روپے کے حساب سے رقم جمع کروائی ہے وہ بقیہ رقم منی آرڈر کر کے فون پر اطلاع کریں۔ (ادارہ)

خط وکتابت کا پتہ: ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

موبائل: 0322-4688313

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

مومن کا ہر معاملہ خیر کا معاملہ

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ کی رحمت ہو اس بندہ پر جو بیچنے' خریدنے اور اپنے حق کا تقاضہ کرنے اور وصول کرنے میں نرمی اختیار کرے۔ **(بخاری)** حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: وہ مومن جو لوگوں سے ملتا جلتا ہو اور ان سے پہنچنے والی تکلیفوں پر صبر کرتا ہو وہ اس مومن سے افضل ہے جو لوگوں کے ساتھ میل جول نہ رکھتا ہو اور ان سے پہنچنے والی تکلیفوں پر صبر نہ کرتا ہو۔ **(ابن ماجہ)** حضرت صہیب رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: مومن کا معاملہ بھی عجیب ہے' اس کے ہر معاملہ اور ہر حال میں اس کیلئے خیر ہی خیر ہے اور یہ بات صرف مومن ہی کو حاصل ہے اگر اس کو کوئی خوشی پہنچتی ہے اس پر وہ اپنے رب کا شکر ادا کرتا ہے تو یہ شکر کرنا اس کیلئے خیر کا سبب ہے یعنی اس میں اجر ہے اور اگر اسے کوئی تکلیف پہنچتی ہے اس پر وہ صبر کرتا ہے تو یہ صبر کرنا بھی اس کیلئے خیر کا سبب ہے یعنی اس میں بھی اجر ہے۔ **(مسلم)**

ایڈیٹر کے قلم سے | حال دل | جو دیکھا' سنا اور سوچا

طویل سفر نے واقعی تھکا دیا تھا' لاہور سے راولاکوٹ اور پھر باغ آزاد کشمیر تک کے پہاڑی سفر نے ایک سبق دیا کہ آخرت کا سفر کتنا طویل ہوگا' انہی سوچوں میں ڈوبا سوچ در سوچ کے سمندر میں غوطہ زن تھا کہ اچانک خبر ملی کہ انجینئر سلطان احمد آصف طویل علالت کے بعد انتقال کرگئے' موت کے جھٹکے نے مجھے سوچ سے حقیقت میں پہنچادیا' زندگی اور موت کی طویل جنگ جس میں ہمیشہ موت جیت جاتی ہے۔ ایسے عظیم شخص سے اللہ تعالیٰ نے وہ کام لیا جو شاید ہی لاکھوں کروڑوں میں کسی کو نصیب ہو کہ انہیں قرآن وسنت کے انگریزی سفر کو عالم میں پہنچانے کا شرف حاصل ہوا' یعنی انہوں نے میری کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' کا انگلش میں ترجمہ کیا یہ چار جلدوں پر محیط تقریباً 1800 صفحات کی کتاب دنیا بھر میں مقبول ہوئی اور اس کا انگلش ترجمہ سلطان صاحب کے اجلے مقدر میں آیا۔ سوچتا ہوں کہ کتنے لوگ ان کی کتاب پڑھ کر اپنی زندگی میں سنتوں پر عمل کریں گے اور کتنی ذلت اور گمراہی میں ڈوبی جوانیاں ہدایت اور رشد کا پیغام پائیں گی۔ پھر آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل اور انمول خزانہ کا انگلش ترجمہ اسی سعادت مند شخص نے لکھا' عجیب بات یہ جو کہ مجھے بے شمار انگریزی ماہرین نے کہی کہ ان کی انگلش کا معیار ایسا باکمال کہ ہر شخص ایسی انگلش نہیں لکھ سکتا۔ ان کی ساری زندگی شہروں کو روشنیاں دینے میں گزری' یعنی وہ الیکٹرک نظام کے بہت بڑے انجینئر تھے لیکن روحانی روشنی کا جو ذریعہ بنے وہ کسی کسی کے مقدر کی بات ہوتی ہے ہر ماں کے لعل کے مقدر میں یہ سعادت نہیں لکھی ہوتی۔ کینسر کے مرض میں جس طرح انہوں نے ہمت' حوصلہ' عزم اور استقلال سے وہ وقت صبر' اعمال اور عبادات میں گزارا وہ شاید کم لوگوں کو نصیب ہوگا۔ مرحوم کا بڑا بیٹا ڈاکٹر عبدالمنان چوہدری امریکہ میں بہت بڑا اسکالر اور موجودہ برلن یونیورسٹی میں شاندار تدریسی خدمات سرانجام دے رہا ہے۔ موصوف ڈاکٹر امریکی صدر اوباما کا تعلیمی دنیا میں ساتھی رہا ہے۔ ڈاکٹر عبدالمنان چوہدری ابھی چند ہفتے قبل پاکستان میں آئے تو میڈیا نے اس شخص کو جس انداز سے ہاتھوں ہاتھ لیا وہ حیرت انگیز ہے' بیٹا عظیم باپ کا سرمایہ ہے' ان کی کمی میں ہمیشہ محسوس کروں گا۔ وہ اور ان کا گھرانا میرے ابتدائی میزبان گھرانوں میں شمار ہوتا ہے۔ انجینئر سلطان احمد آصف کی اہلیہ کو رب کریم نے مہمان نوازی' صدقات جاریہ' گھرداری' غریب پروری اور خلوص کا اعلیٰ پیکر بنایا ہے۔ اس نیک خاتون نے بڑھاپے میں اپنے سچے شوہر کی جو خدمت کی ہے وہ شاید ہی کوئی بیوی کرسکے۔ اللہ تعالیٰ نے اس گھر کے فرد فرد کو خوبیوں سے نوازا ہے۔ جنید احمد ڈنمارک میں انجینئر ہیں' طلال احمد سعودی عرب میں خدمات انجام دے رہے ہیں' آخری وقت میں انجینئر مرحوم کو اپنے صالح بیٹے کی خدمات نصیب ہوئیں' انجینئر مکرم احمد نے باپ کی خدمت میں کمال کردیا' غنودگی میں تھے جمعے کے دن دوپہر بارہ بجے کے بعد آنکھ کھولی بیٹے نے کلمہ پڑھا خود اور بیٹا مسلسل 15 منٹ کلمہ پڑھتے رہے' مسلسل آسمان کی طرف تکتے رہے جو جنت کے مناظر کی سو فیصد علامت ہے پھر خاموشی۔۔۔۔۔ اور سانس کی لڑی ٹوٹ گئی۔ سنت کے مطابق تجہیز وتکفین ہوئی' بندہ کی اجازت سے بیٹے نے خود جنازہ پڑھایا' 29 جون 2012ء جمعہ کے دن تقریباً ساڑھے بارہ بجے وصال ہوا اور نماز عصر کے بعد جنازہ پڑھا گیا۔ یہ سطور لکھتے ہوئے میرا قلم ساتھ نہیں دے رہا' بار بار ایک فقرہ زبان پر آرہا ہے کہ میرا رنگ روپ بکھر گیا' میرا یار مجھ سے بچھڑ گیا۔ صالح اور جاں نثار بیٹے انجینئر مکرم احمد نے آخری وقت میں جو سنت کے مطابق کام کیے وہ قابل تحسین ہیں۔ مرحوم نے اپنی 73 سالہ زندگی میں عظیم کارنامے انجام دیئے لیکن سب سے بڑا کارنامہ یہ کہ اشاعت قرآن وسنت کے لیے جان مال اور وقت لگایا پھر انگلش کتابوں کی شکل میں ایک بہترین صدقہ جاریہ چھوڑا۔ یہ مثال کم ملتی ہے۔ اللہ تعالیٰ مرحوم کو بال بال مغفرت سے نوازے اور لواحقین خاص طور پر مرحوم کی اہلیہ جو ایک نیک' صالح' دین دار' مہمان نواز خاتون ہیں۔ انہیں صحت کاملہ اور عافیت سے نوازے اپنی اولاد' پوتے' پوتیوں کیلئے شجر سایہ دار مسلسل رہیں' بھائیوں کو آپس میں محبت پیار سے رہنے کی توفیق عطا فرمائے۔

رمضان کی گھڑیوں میں میرے اس محسن کو آپ ضرور اعمال کا زیادہ سے زیادہ ہدیہ دیں اور دعاؤں میں یاد رکھیں' یہ آپ کا ایڈیٹر عبقری پر احسان ہوگا۔

ایک لاکھ یا دعا۔۔۔فیصلہ آپ کریں

بے لوث خدمت پر مقبول دعائیں: میرے دوستو! بے لوث خدمت پر اور محض اللہ کی رضا کیلئے کی گئی کوششوں پر وہ ملتا ہے جو دنیاوی مال و دولت میں نہیں ہوتا' آج ایک باباجی آئے اور مجھے دعا دینے لگے۔ میں نے سارے کام چھوڑ کے ان کی دعا پر آمین کہنا شروع کر دیا۔ کہنے لگے کہ آپ نے آیت کریمہ والے نفل بتائے تھے جس کے ہر سجدے میں چالیس دفعہ آیت کریمہ پڑھنی ہوتی ہے۔ ان کے آنسو بہہ رہے تھے۔ پھر جھولی اٹھالی اور کہنے لگے تو نے مجھے سکون دیا' اللہ تجھے سکون دے!، جو یہاں آئے اس کو سکون ملے! یقین جانئے میں نے سارے کام چھوڑے اور ان کی دعا پر آمین کہنے لگ گیا اور اندر ایک آواز آئی کہ اگر میں اس سے لاکھ، پچاس ہزار، بیس ہزار چالیس ہزار، سو، دوسو لے لیتا تو اس کے من سے وہ دُعائیں نہ نکلتیں جواب نکل رہی ہیں۔ میں ان کو دیکھ رہا تھا اور آمین کہے جا رہا تھا اور سوچ رہا تھا کہ اس کے اضطراب و بے چینی کے ساتھ جو دُعائیں نکل رہی ہیں وہ اللہ جل شانہٗ کے ہاں ''انشاء اللہ'' قبول ہو رہی ہیں اور یہ دُعائیں کیوں ملیں؟ قرآن کے ساتھ نسبت کی وجہ سے، نماز اور نفل کے ساتھ نسبت کی وجہ سے یہ دُعائیں ملیں قرآن و حدیث کی نسبت میں نے انہیں دیدی۔

خدمت سے دعائیں لیں: پھر اپنے حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کی بات یاد آئی فرمایا اپنے پیر، استاد، مرشد کی اتنی خدمت کرو، اتنی خدمت کرو، اتنی خدمت کرو کہ اُسے دُعاؤں کے لئے کہو مت، اندر سے دُعائیں نکلیں۔

فرمانے لگے: کبھی خدمت کر کے من میں بھی آ جائے ناں کہ میں اتنا کام کر رہا ہوں' اپنے من کو پاک کر لینا کہ یہ ناپاک ہو گیا ہے۔ من کو وضو کراؤ' من کو پاک کرو اور سن لو ایک ظاہری وضو ہوتا ہے، ایک اندر کا وضو ہوتا ہے اور اندر کا وضو من کا پاک ہونا ہے اور باہر کا وضو جسم کا پاک ہونا ہے۔

پایا ہی لوٹانے کے لیے ہے: میں نے کسی اللہ والے کی غلامی کی کوشش کی لیکن کر نہ سکا۔ انہوں نے مجھے کچھ تھوڑی سی نسبتیں عطا فرمائیں۔ بہت دیں میں لے نہ سکا۔ اس لیے تھوڑی سی کہہ رہا ہوں۔ میری کم مائیگی، میری نااہلی تھی، ان نسبتوں کو میں نے ان باباجی کو دیدیا۔ میں نے کہا باباجی! یہ عمل کرو۔ کہنے لگے میں نے نفل پڑھے۔ میرا یہ کام بنا، میرا یہ کام بنا، پھر بار بار کہے جو مجھے سکون ملا، مجھے یہ ملا، مجھے یہ ملا، میں نے نفل پڑھے جس میں ''سبحان ربی الاعلیٰ'' کے بعد ہر سجدے میں آیت کریمہ پڑھی اور سلام پھیر کے اللہ سے دعا کی۔

انتہائی آسان نفل کسی بھی وقت پڑھ سکتے ہیں، کسی بھی پل پڑھ سکتے ہیں' کسی بھی لمحے پڑھ سکتے ہیں، ماسوائے مکروہ اوقات کے۔ آج یہ آپ سب کو اجازت بھی دے رہا ہوں۔ دو نفل حاجت کی نیت سے کسی بھی لمحے پڑھیں جس طرح عموماً نفل پڑھتے ہیں جب سجدے میں جائیں تو ''سبحان ربی الاعلیٰ'' کے بعد چالیس دفعہ آیت کریمہ پڑھیں اور سلام پھیرنے کے بعد دعا کر لیں۔

نسبت اٹکائیں قبل اس کے کہ بھٹک جائیں: اپنی نسبت کہیں لگائے رکھیں! ان نسبتوں کی وجہ سے دنیا بھی بنے گی، آخرت بھی بنے گی۔ اپنے آپ کو کہیں اٹکائے رکھیں! اپنے آپ کو کہیں لگائے رکھیں۔ اگر اٹکائیں گے نہیں تو پھر بھٹک جائیں گے یا اٹک جائیں یا بھٹک جائیں گے۔ شیطان ہر پل ہماری تاک میں ہے اور اس وقت تک ہمیں نہیں چھوڑے گا جب تک کہ سانس نہ نکل جائے اور ہم اس دنیا سے رخصت نہ ہو جائیں۔ آج اللہ پاک نے یہ موقع دیا ہے اور ان باباجی کی جو دعائیں تھیں وہ آپ حضرات کے لئے تھیں جو یہاں آئے اللہ اس کو بھی سکون دے (آمین) میں نے ان کی دُعا پر آمین کہی اور اندر من میں آواز آ رہی تھی کہ یہ مقبول دعائیں ہیں۔

تو ہو کسی بھی حال میں مولا سے لو لگائے جا: میں ایک جگہ گیا وہاں ایک عالم تھے' بڑے اللہ والے تھے تندور پر روٹیاں لگا رہے تھے۔ ان کا نام مولانا صدرالدین تھا (رحمۃ اللہ علیہ) ان کی عیادت کرنے گیا تھا۔ دیہات میں ایک ٹوٹی پھوٹی جھونپڑی میں ایک پرانا سا بانس تھا، اس کیساتھ بلب باندھا ہوا تھا کہیں سے لائٹ لی ہوئی تھی' میں گیا تو کہنے لگے : میں ''الحمد اللہ'' پاک ہوں اللہ کے فضل سے نمازیں ہو رہی ہیں، رمضان المبارک آنے والا ہے اور میں کہتا ہوں بس میرے روزے ہو جائیں (مقدر میں نہیں تھا کہ رمضان سے پہلے بیچارے فوت ہو گئے) میں نے ان سے عرض کیا مولانا میں تو دعا کے لئے آیا ہوں، آپ میرے لئے دعا کر دیں، بس اس درویش نے جو ہاتھ اٹھائے ناں! ایسے تھا کہ وہ اللہ سے مانگ رہا ہے اور میرا رب دے رہا ہے اور اس نے واقعی دیدیا۔

اللہ والوں کا مقام شکر: میں جمعہ پڑھ کے آ رہا تھا تو ہماری گلی میں ایک بیر کا درخت ہے، بیر نیچے گرے ہوئے تھے تو مجھے ایک وقت یاد آیا کہ ایک اللہ والے کی خدمت میں گیا تھا، ان کے گھر بیر لگے ہوئے تھے اور مجھے ایک بندہ توڑ توڑ کر دے رہا تھا، میں کھائے جا رہا تھا میں نے کہا: درویش کے گھر کے بیر ہیں، اجازت بھی مل گئی ہے اور میٹھے بیر بھی تھے۔ ہم جب اندر گئے، وہ اللہ والے فرمانے لگے چودہ سال سے بستر پر پڑا ہوں پھر کہنے لگے: میں اتنا بیمار نہیں ہوں۔ ایسی شکر کی باتیں کہیں، ایسی تسلی کی باتیں کیں۔ چودہ سال سے بستر مرگ پر پڑے ہوئے ہیں' میں نے ان سے عرض کیا میں تو دعا کیلئے حاضر ہوا ہوں۔ بس اس درویش نے جو دعائیں کیں۔ ایک تو وہ دعائیں میرے دل کو لگیں اور میرے حضرت کی دعائیں میرے دل کو لگیں حضرت کچھ شفقت فرماتے تھے یا پھر آج جو دعائیں باباجی نے دی ہیں ناں وہ کچھ تاریخی دعائیں ہیں۔ تاریخی میں کہہ دوں، انمول کہہ دوں، کیا کہوں؟ میں سوچنے لگا! کہ طارق یہ دعائیں تجھے کیوں ملیں؟ من میں آواز آئی کہ بس غلامی رسول ﷺ کی وجہ سے حالانکہ ابھی تو ہم نے غلامی کی ہی نہیں ایسے ہی لفظ غلامی کہہ دیتے ہیں۔ **(جاری ہے)**

[redacted]

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کی بہت شکرگزار ہوں کہ میں نے جب سے آپ کے کہنے پر درس میں آنا شروع کیا ہے' ہمارے گھر کے تمام مسائل آہستہ آہستہ حل ہو رہے ہیں اور سب سے بڑا مسئلہ جو میرے بیٹے کا 302 کا مقدمہ تھا اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم اور آپ کی دعاؤں کی وجہ سے حل ہوا ہے کون سی ایسی جگہ تھی جہاں ہم نہیں گئے لیکن میرے بیٹے کا مسئلہ حل ہونے کو نہیں ہو رہا تھا جب سے ہم نے درس میں آنا شروع کیا ہے' میرا بیٹا 302 کے کیس سے بری ہوا بلکہ دنوں میں گھر آ گیا۔ بخیر و عافیت سے۔ بس اتنی گزارش ہے کہ آپ ہمیں ہمیشہ اپنی دعاؤں میں شامل رکھیں اور باقی مسائل بھی ہمارے اسی طرح حل ہو جائیں آمین۔ آپ کی دعاؤں کی طالب۔ **(پوشیدہ' لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

جنت اور جنت کے دروازے کی قدر کریں

ابولبیب شاذلی

ایک شخص حضور ﷺ کے پاس آیا اور اس نے آپ ﷺ سے جہاد میں اجازت طلب کی' آپ ﷺ نے دریافت فرمایا کیا تیرے والدین زندہ ہیں؟ اس نے کہا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا جا انہیں کے بارے میں جہاد کر! (یعنی ان کی خدمت سے غفلت مت برت)

حضرت بریدہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے نبی اکرم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوکر عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! میں اپنی ماں کو اپنی گردن پر لادکر دوفرسخ (چھ میل) تک ایسی سخت گرمی میں لے گیا کہ اگر آپ اس گرمی میں گوشت کا ایک ٹکڑا ڈال دیتے تو وہ بھن جاتا تو کیا میں نے اپنی ماں کا حق ادا کیا؟ آپ ﷺ نے فرمایا شاید تیرا یہ کام ایک ہی مرتبہ کیلئے ہو (یعنی اس جیسے تیری ماں کے لاکھوں حقوق ہیں۔)

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ جناب رسول کریم ﷺ کی خدمت میں ایک شخص آیا اور اس کے ساتھ ایک عمر رسیدہ بوڑھا بھی تھا۔ آپ ﷺ نے اس سے دریافت فرمایا اے فلاں! یہ تمہارے ساتھ کون ہیں؟ اس نے عرض کیا یہ میرے والد ہیں' آپ ﷺ نے فرمایا کہ تم ان کے آگے نہ چلنا' ان سے پہلے نہ بیٹھنا' ان کا نام لے کر نہ پکارنا اور نہ کسی کے والد کو برا کہنا کہ وہ جواب میں تمہارے باپ کو برا کہے۔

ابوغسان ضبئی رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں اپنے باپ کے ساتھ ٹھیک دوپہر میں جارہا تھا میری حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے ملاقات ہوئی' انہوں نے مجھ سے پوچھا یہ کون ہیں؟ میں نے کہا یہ میرے والد ہیں' حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے فرمایا ان کے آگے نہ چل! یا تو ان کے پیچھے چل' یا ان کے پہلو میں اور کسی کو نہ چھوڑنا کہ تمہارے اور تمہارے باپ کے درمیان حائل بنے اور اپنے باپ کی بے منڈیر کی چھت پر نہ چڑھنا کہ جس سے تیرا باپ خطرہ محسوس کرے اور اس ہڈی کو نہ چوسنا جس کی طرف تیرے باپ نے دیکھا ہو' شاید کہ اس کے چوسنے کی تیرے باپ کی خواہش ہو۔

حضرت عبداللہ بن عمرو بن عاص رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ایک شخص حضور ﷺ کے پاس آیا اور اس نے آپ ﷺ سے جہاد کیلئے اجازت طلب کی' آپ ﷺ نے دریافت فرمایا کیا تیرے والدین زندہ ہیں؟ اس نے کہا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا جا انہی کے بارے میں جہاد کر! (یعنی ان کی خدمت سے غفلت مت برت) مسلم کی روایت میں اس طرح ہے روای کہتے ہیں کہ ایک شخص حضور ﷺ کی خدمت میں آیا اور اس نے عرض کیا میں آپ سے ہجرت اور جہاد پر بیعت ہوکر اللہ پاک سے اجر کا امیدوار ہوں' آپ ﷺ نے فرمایا کیا تیرے والدین میں سے کوئی زندہ ہے؟ اس نے عرض کیا دونوں حیات ہیں' آپ ﷺ نے فرمایا کیا تو اللہ پاک سے اجر کا متلاشی ہے؟ اس نے کہا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا اپنے والدین کی طرف واپس چلا جا اور ان کے ساتھ حسن صحبت سے زندگی بسر کر......

ابوداؤد کی روایت میں ہے کہ اس شخص نے کہا کہ میں آپ ﷺ کی خدمت میں اس لیے حاضر ہوا ہوں کہ آپ ﷺ سے ہجرت پر بیعت ہوں اور اپنے ماں باپ کو روتا چھوڑ آیا ہوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا ان کی طرف لوٹ جا اور انہیں اسی طرح ہنسا جس طرح تو نے انہیں رلایا ہے' و نیز ابوداؤد میں حضرت ابوسعید رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ یمن والوں میں سے ایک آدمی آپ ﷺ کی طرف ہجرت کرکے آیا۔ رسول اللہ ﷺ نے دریافت کیا کیا یمن میں کوئی تیرا ہے؟ اس نے کہا میرے ماں باپ ہیں آپ ﷺ نے دریافت فرمایا کہ ان دونوں نے تجھے اجازت دے دی تھی؟ اس نے کہا نہیں' آپ ﷺ نے فرمایا ان دونوں کے پاس واپس چلا جا اور ان سے اجازت طلب کر پس اگر وہ تجھے اجازت دیدیں تب تو تو جہاد میں شرکت کر ورنہ انہی دونوں کے ساتھ حسن سلوک کرتا رہ۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوکر عرض کیا مجھے جہاد کی تمنا ہے مگر اس پر قدرت نہیں' آپ ﷺ نے دریافت فرمایا کہ تیرے والدین میں سے کوئی حیات ہے؟ اس نے کہا میری ماں زندہ ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اس کے ساتھ حسن سلوک کرکے اللہ کے سامنے سرخرو ہو اگر تو نے ایسا کرلیا تو گویا تو نے حج اور عمرہ اور جہاد بھی کرلیا۔

حضرت محمد بن سیرین رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ ایک کھجور کے درخت کی قیمت حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے زمانہ میں ایک ہزار درہم تک پہنچ چکی تھی روای کہتے ہیں کہ حضرت اسامہ رضی اللہ عنہ نے ایک کھجور کے درخت کو کھوکھلا کردیا اور اس کا گابھہ جو سفید سفید چربی کی طرح ہوتا ہے نکال کر اپنی ماں کو کھلا دیا' لوگوں نے ان سے عرض کیا تمہیں ایسا کرنے پر کس چیز نے آمادہ کیا؟ حالانکہ تم دیکھ رہے ہو کہ پیڑ کی قیمت ہزار درہم کو پہنچ چکی ہے انہوں نے فرمایا کہ میری ماں نے اس کا مطالبہ مجھ سے کیا تھا اور جب کبھی کسی چیز کا مجھ سے مطالبہ کریگی اور مجھے اس کے دینے پر قدرت ہوگی ضرور دوں گا (خواہ چیز کتنی ہی گراں ہو)

سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما بیان کرتے ہیں کہ میں نے اللہ کے رسول ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا: کہ پہلی امتوں میں تین شخص تھے جو ایک ساتھ سفر پر نکلے کہ رات ہوگئی۔ رات بسر کرنے کیلئے ایک غار میں داخل ہوئے تو اچانک ایک بڑا پتھر گرنے سے غار کا منہ بند ہوگیا سوچنے لگے کہ کیا کیا جائے۔ مشورہ کے بعد یہ طے پایا کہ اپنے اپنے نیک اعمال کے واسطے سے اللہ رب العزت سے دعا کی جائے تاکہ اس آزمائش سے چھٹکارا مل جائے۔ ان تینوں میں سے ایک نے کہا: اے اللہ! تو جانتا ہے میرے بوڑھے ماں باپ تھے اور میں شام کو سب گھر والوں سے پہلے انہی کو دودھ پلاتا تھا ایک دن محنت مزدوری کی خاطر میں دور نکل گیا واپس گھر آنے میں دیر ہوگئی اور معمول کے مطابق دودھ دوہا' اور والدین کی خدمت میں حاضر ہوا لیکن میرے پہنچنے سے پہلے وہ سوچکے تھے۔ میں نے ان کو بیدار کرنا مناسب نہ سمجھا اور دودھ کا پیالہ ہاتھ میں لیے ان کے سرہانے کھڑا رہا' میرے بچے میرے پاؤں میں بھوک کی وجہ سے بلبلا رہے تھے لیکن میں ان کی بیداری کا انتظار کرتا رہا کہ صبح ہوگئی' جب وہ بیدار ہوئے تو پھر میں نے ان کو دودھ پلایا۔ یا اللہ! اگر یہ کام میں نے صرف تیری رضا کیلئے کیا تھا تو تو ہمیں اس آزمائش سے نجات عطا فرما اور چٹان کو پیچھے ہٹادے۔ اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ نے اس کی دعا قبول کرلی اور چٹان غار کے منہ سے تھوڑی پیچھے ہٹ گئی۔

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

محمد سعید' گوجرانوالہ۔ محمد یاسمین اختر' راولپنڈی۔ م۔ا' لاہور۔ نور سحر نعیم۔ سعیدہ عائشہ۔ محمد بشیر احمد۔ محمد آصف' کنڈیارو۔ زعفران' ٹیکسلا۔ محمد عثمان منور۔ محمد اسلم مہر۔ محمد اعظم مغل۔ افشاں فروغ۔ محمد زبیر' سرگودھا۔ عبدالقیوم قریشی۔ سلیم اللہ' سندھ۔ محمد الطاف' گجرات۔ خولہ زبیر' لاہور کینٹ۔ چوہدری محمد سعید' گجرات۔ محمد اکمل فاروق' سرگودھا۔ محمد دانش رضا خان' کراچی۔ صنوبر اقبال۔ فرح' لاہور۔ عابد عباسی' مانسہرہ۔ فوزیہ اشرف' لاہور۔ ذوالفقار ملک' چکوال۔ سعدیہ ملک۔ عمر خلیل۔ صباح رفیع' ملتان۔ طارق محمود' رحیم یار خان۔ پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ۔

منیر سلطانہ شیخ

بچوں کی تربیت میں سزا اور پیار کا کردار

افسوسناک صورت یہ ہے کہ ہمارے عام گھروں میں بھی اخلاقی قدروں کو کوئی خاص اہمیت نہیں دی جاتی۔ اکثر والدین بچے کی جسمانی صحت کیلئے تو ہر ممکن کوشش کرتے ہیں مگر ان کی اخلاقی بہتری سے غفلت کا مظاہرہ کرتے ہیں

بری صحبت اور عادات کا اثر: بچوں کی تعلیم کے اہم مقاصد میں ایک یہ ہے کہ بچہ بااخلاق اور متمدن شہری ہو اور دوسرا انہیں موزوں پیشے کی تربیت دیکر معاشی ذمہ داریوں کے قابل بنانا۔ تعلیم کا اہم مقصد کیونکہ تہذیب واخلاق کے زیور سے آراستہ کرنا ہے اگر بچوں کو کسی قسم کی کوئی تعلیم نہ دی جائے تو ان میں جہالت‘ اکھڑپن اور طرح طرح کی بداخلاقیوں کے پیدا ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ وہ بچے جو سکول نہیں جاتے اور اپنا سارا وقت گلی کوچوں میں آوارہ پھرتے گزارتے ہیں وہ اکثر بری عادتوں کا شکار ہوجاتے ہیں۔ بچپن کی بری صحبت اور بری عادات کا اثر دیرپا ہوتا ہے۔ ایسے بچے بڑے ہوکر بھی اپنی عادات تبدیل نہیں کرسکتے۔

بچوں کی تربیت اور والدین کا کردار: یہ بات بھی درست نہیں ہے کہ وہ تمام بچے جنہیں تعلیم کے مواقع ملتے ہیں وہ بداخلاقی سے محفوظ رہتے ہیں۔ بچوں کی تعلیم کے بارے میں ہم کامیاب رہے ہیں یا نہیں اس بات کا جائزہ لینے کیلئے ایک طریقہ یہ ہے کہ بچوں کی عام اخلاقی حالت دیکھی جائے۔ اگر وہ اپنی روزمرہ کی زندگی میں اخلاق کی عام اور ابتدائی اقدار پر پورے اترتے ہوں تو سمجھ لینا چاہیے کہ ہم ان کی تعلیم میں کامیاب رہے ہیں اور اگر ہماری تعلیم و تربیت کے باوجود بچے بداخلاقی کے مرتکب ہوتے نظر آرہے ہوں تو یہ امر اس بات کا ثبوت ہے کہ ہم تعلیم کی صحیح غرض وغایت کو پورا کرنے میں ناکام رہے ہیں۔ بدقسمتی سے اکثر والدین بچوں کو بااخلاق انسان بنانے میں ناکام ہیں۔ بچوں کے اخلاق و کردار میں تنزل آرہا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ والدین بچوں کی چھوٹی چھوٹی بداخلاقیوں کو نظرانداز کردیتے ہیں اور اگر کبھی انہیں سمجھانے کا خیال آبھی جائے تو بچے اپنی ضد اور ہٹ دھرمی سے اصلاح کا کوئی اثر قبول نہیں کرتے۔ بچے جب گلی محلے میں ہر چھوٹے بڑے کی بے عزتی ہوتے دیکھتے ہیں اور خود اپنے والدین کو بھی باہم لڑتے جھگڑتے اور گالم گلوچ کرتے دیکھتے ہیں تو انہیں بھی ایسی حرکتیں کرنے کا شوق چڑھ آتا ہے۔

ہم اپنے بچوں کو گلی کوچوں اور بازاروں میں چلنے پھرنے کی تمیز اور آداب سکھانے میں بھی کامیاب نہیں ہوسکے۔ ہمارے لاڈلے گلی کوچوں میں کس بے تکلفی سے گالیاں بکتے دکھائی دیتے ہیں۔ اس کا اندازہ یوں لگایا جاسکتا ہے کہ باتوں میں گالی گلوچ کا استعمال معمول بن گیا ہے۔

بات بات پر گالی دینا گویا یہ بھی ایک فیشن بن گیا ہے۔ بچے تو ایک طرف رہے بڑے بھی گالی گلوچ تفریحاً کرتے ہیں۔ بات کا آغاز بھی گالی اور اختتام بھی گالی سے ہوتا ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ ہمارے سکولوں میں بھی بچوں کی حرکات وسکنات میں بداخلاقی کا عنصر بڑھتا جارہا ہے۔ جماعت میں شرارتیں کرنا اور استاد سے گستاخی سے پیش آنے کا مرض عام ہے۔ ساتھیوں سے لڑنا‘ جھگڑنا‘ بے تکلفی سے جھوٹ بولنا اور در و دیواروں پر فحش باتیں لکھنا عام مشغلے ہیں۔

والدین گھر میں معلم کا مقام رکھتے ہیں: گھر‘ گلی اور سکول میں بچوں کی بداخلاقیوں کے عام مظاہرے اس امر کا ثبوت ہیں کہ ہماری تعلیم‘ اخلاق اور کردار سنوارنے میں ناکام رہی ہے۔ والدین گھر میں تعلیم معلم کا مقام رکھتے ہیں۔ اگر وہ اخلاق وکردار کو قابل قدر تصور کرتے ہوں تو وہ بچوں کی تربیت کے اس اہم پہلو پر خصوصی توجہ دیں لیکن افسوسناک صورت یہ ہے کہ ہمارے عام گھروں میں بھی اخلاقی قدروں کو کوئی خاص اہمیت نہیں دی جاتی۔ اکثر والدین بچے کی جسمانی صحت کیلئے تو ہر ممکن کوشش کرتے ہیں مگر ان کی اخلاقی بہتری سے غفلت کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ علاوہ ازیں بعض والدین یہ سمجھتے ہیں کہ ان کی ذاتی بداخلاقیاں بچوں پر اثر نہیں کرتیں حالانکہ یہ ان کی غلط فہمی ہے والدین کا کردار بچوں پر اثرانداز ہوتا ہے یہ بات والدین کو ہمیشہ ذہن نشین رکھنی چاہیے۔

بچوں کو مارنے کے نقصانات: بچوں کو مارنے پیٹنے سے وہ بہت سی بری عادات کا شکار ہوجاتے ہیں علامہ ابن خلدون رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں جسمانی سزا سے بچے کو جھوٹ کی عادت پڑتی ہے اور وہ سزا سے بچنے کیلئے مکروفریب اور چالاکی وعیاری کو کام میں لاتا ہے۔ یہ بری عادت روز بروز بڑھتی چلی جاتی ہے اور بچے کی زندگی کو تباہ کردیتی ہیں۔ ایک اور جگہ لکھتے ہیں کہ والدین چھوٹے بچوں پر تشدد نہ کریں کیونکہ اس سے ان کی طبیعت بجھ جاتی ہے اور زندگی سے خوشی و امنگ ختم ہوجاتی ہے۔ سزا سے بچے کی ذہنی نشوونما رک جاتی ہے اور حصول علم کا جذبہ ٹھنڈا پڑ جاتا ہے اس کی طبیعت میں غیرت‘ حمیت اور مدافعت کے جذبات ختم ہوجاتے ہیں غرضیکہ انسانیت کا کوئی جوہر بچے میں باقی نہیں رہتا۔ اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اگر بچوں کو مارا نہ جائے تو پھر آخر کیسے ان کی بری عادات کو ختم کیا جائے؟ امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اس سلسلے میں تدریجی عمل اختیار کیا جائے وہ جن درجات کا تعین کرتے ہیں وہ مندرجہ ذیل ہیں: اگر کوئی بچہ برا فعل کرے تو پہلے پہل چشم پوشی سے کام لیا جائے کیونکہ ہوسکتا ہے کہ وہ فعل اس سے لاشعوری طور پر سرزد ہوگیا ہو۔ ☆ اگر بچہ پھر وہی فعل کرے تو اشاروں میں بالواسطہ سمجھا دینا چاہیے ہوسکتا ہے کہ وہ اپنے فعل پر نادم ہوجائے۔ ☆ اگر وہ بار بار اسی غلطی کا ارتکاب کرے تو اسے علیحدگی میں یہ بات سمجھائی جائے کہ اس کا یہ فعل ناپسندیدہ ہے اور اسے ترک کرنے میں اس کی بہتری ہے۔ اگر وہ پھر بھی اپنے فعل سے باز نہیں آتا تو اس کے ساتھیوں کے سامنے اس کی نشاندہی کی جائے اور اسے تنبیہہ کی جائے اگر اس کے باوجود بھی راہ راست پر نہیں آتا تو اسے زیادہ سے زیادہ تین چھڑیاں لگائی جائیں۔

بچوں کو محض نصیحت کردینا ہی کافی نہیں ہوتا بلکہ ضروری ہے کہ والدین خود اخلاق واعمال کے بلند درجے پر فائز ہوں بچوں کو جھوٹ‘ چغلی‘ حسد‘ بغض‘ دھوکہ فریب کی عادت اس لیے پڑتی ہے کہ انہوں نے والدین کو ایسا کرتے ہوئے دیکھا ہے اور ایک مرتبہ نہیں۔۔۔۔ بکثرت دیکھا ہے والدین بچوں کو ان عادات سے کیسے روک سکتے ہیں جبکہ خود وہ بچوں کے سامنے ایسا کرتے ہیں۔

بچے ساری زندگی والدین کو اسلام کی تعلیم کے بخیے ادھیڑتے ہوئے دیکھتے ہیں اور خود بھی ساری زندگی ان کے نقش قدم پر چلتے ہیں والدین خود کامل ایمان والے ہوں گے تو بچے بھی ولی پیدا ہوں گے تاریخ گواہ ہے کہ نیک اور متقی والدین کے گھر ہی اولیاء نے جنم لیا ہے یہ اور بات ہے کہ اللہ کسی فاسق وفاجر کے بیٹے کو ہدایت سے نواز دے مگر یہ اللہ کی سنت نہیں ہے قدرت ہے جس کے تحت وہ ایسے معجزے دکھاتا ہے۔

خلاصہ کلام یہ ہے کہ بچوں کی تربیت والدین کی نہایت اہم ذمہ داری ہے والدین پر لازم ہے کہ بہترین تربیت کے ذریعے بچوں کو کامل مومن اور معاشرے کا مفید رکن بنائیں۔ ایک بات یاد رکھیں کہ اگر کوئی والدین خود دین پر عمل نہیں کرتے خود گنہگار ہیں تو ان کے بچے بھی ایسے ہی ہوں گے اور اس سے آئندہ نسلیں تک تباہ ہوجائیں گی اور اس کا وبال انہی والدین پر ہوگا۔

صغیرہ بانو شیریں

ایک پیالہ پانی سے موذی امراض کا خاتمہ

خاندان میں دشمنی‘ آپس میں کسی بات پر ناچاقی ہوجائے اور ناراضی ہوتو بادام کی چند گریاں لیجئے۔اول آخر تین بار درود ابراہیمی پڑھیے اور سورۂ یٰسین سات بار پڑھ کر باداموں پر دم کیجئے۔ اس کے بعد فریقین کو کھلا دیں‘ آپس میں صلح ہوجائیگی۔

اللہ کی بزرگی کلام پاک میں واضح ہے۔اسی لیے پریشانی اور مصائب کے دوران اس سے نصرت واعانت کا طلب گار رہنا چاہیے۔تمام امور کی باگ دوڑ کا ماخذ اللہ تعالیٰ کی ہی ذات کبریا ہے۔ ہمارے پیارے نبی ﷺ کا ارشاد گرامی ہے ”ہر چیز کا دل ہوتا ہے اور قرآن شریف کا دل سورۂ یٰسین ہے۔اس کی تلاوت بابرکت سے فلاح دارین ملتی ہے اور حاجات پوری ہوتی ہیں۔جو اسے محض رب کی خوشنودی کیلئے پڑھے اللہ اس کی بخشش کردیں گے کوئی اسے فجر کی نماز کے بعد تلاوت کرے تو تمام دن کی حاجات پوری ہوں گی۔“

احادیث میں سورۂ یٰسین کی بڑی فضیلت بیان کی گئی ہے۔سورۂ یٰسین مکی ہے۔حضرت مقعل بن یسار رضی اللہ عنہ سے امام احمدؒ ابوداؤد اور ابن ماجہ نے روایت کی ہے ”سورۂ یٰسین کو قریب المرگ شخص کے قریب پڑھا کرو۔اس طرح موت کی سختی کم ہوجاتی ہے۔بیمار پر پڑھ کر دم کرنے سے اسے صحت ملتی ہے۔“ کسی پر جادو کا اثر ہوتو وہ بھی اس سورۂ کی برکت سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔ آسیب بھاگتا ہے اور برکات وکشائش رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔غم وآلام دور رہتے ہیں۔ ہرقسم کی مہم سے قبل اس کا پڑھنا بہت مفید ہے۔سورۂ یٰسین کا ترجمہ ضرور پڑھیے اس کی آیات میں کفار کے کفر کی تمثیل بھی بیان کی گئی ہے۔نیز مرنے کے بعد انسان کے اعمال کا بھی امتحان ہے۔

بلند فشار خون اور سورۂ یٰسین: محترم بھائی حکیم عبدالوحید سلیمانی مرحوم اس سچے واقعے کے راوی ہیں۔ایک دن سورۂ یٰسین پر بات ہورہی تھی۔انہوں نے بتایا کہ 1972ء میں انہیں ایک خان صاحب ملے۔ان کا فشار خون (بلڈ پریشر) بہت بلند رہتا تھا ہرطرح کے علاج کیے۔ڈاکٹر سے لے کر طبیب کے ٹوٹکے تک سب آزمائے کوئی دوا کارگر نہ ہوئی۔ پھر عرصہ دراز بعد ان سے ملاقات ہوئی تو وہ بالکل ٹھیک ٹھاک تھے۔میں نے وجہ پوچھی تو کہنے لگے ایک شادی کی تقریب میں شریک ہوا۔اس دن میری طبیعت خراب تھی۔ محسوس ہورہا تھا کہ بلند فشار خون قابو میں نہیں۔ میں تقریب چھوڑ کر کھڑا ہوگیا۔میزبان نے روکا اور کہنے لگے کھانا کھل گیا ہے‘ کھا کر جائیے۔ میں نے معذرت کرکے جانے کی وجہ بتائی۔ وہیں ایک بزرگ بیٹھے تھے انہوں نے کہا میں تمہیں ایک آسان علاج بتاتا ہوں‘ جو بلند فشار خون کو صحیح کردے گا۔ نماز فجر پڑھ کر ایک پیالے میں پانی بھریئے۔ایک بار درود ابراہیمی پڑھیے پھر ایک بار سورۂ یٰسین اس کے بعد ایک بار درود ابراہیمی پڑھ کر پانی پر دم کیجئے اور پی لیجئے۔اکتالیس روز مسلسل یہ عمل کیجئے۔انشاءاللہ تعالیٰ بلند فشار خون معمول کی سطح پر آجائے گا۔یہ عمل کم فشار خون (لو بلڈ پریشر) میں بھی مفید ہے‘ آزما کر دیکھیے۔میں نے یہ عمل شروع کردیا۔اس کے بعد کبھی یہ شکایت نہیں ہوئی۔ بالکل ٹھیک ہوں کوئی پرہیز بھی نہیں کرتا ہوں۔اس کے بعد میں نے کئی ہزار لوگوں کو یہ عمل بتایا اور وہ بھی ٹھیک ہوگئے۔

صلح کرائیے: خاندان میں دشمنی‘ آپس میں کسی بات پر ناچاقی ہوجائے اور ناراضی ہوتو بادام کی چند گریاں لیجئے۔اول آخر تین بار درود ابراہیمی پڑھیے اور سورۂ یٰسین سات بار پڑھ کر باداموں پر دم کیجئے۔اس کے بعد فریقین کو کھلا دیں‘ آپس میں صلح ہوجائیگی۔ **آفات کا خاتمہ:** پہلی رات کا چاند دیکھ کر اول وآخر درود ابراہیمی اور ایک بار پوری سورۂ یٰسین پڑھیے۔ پھر اللہ تعالیٰ سے اس کی رحمت کے طفیل آفات سے بچاؤ کیلئے گڑگڑا کر دعا کیجئے اللہ تعالیٰ رحم فرمائے گا۔ **بواسیر کا خاتمہ:** برس ہا برس کے خاتمہ بواسیر کیلئے چھلہ مستعمل ہے۔ چاندی کا چھلہ لے کر پیالے میں تھوڑا سا پانی لیجئے۔اس پر سات بار سورۂ یٰسین پڑھ کر دم کیجئے اور پھر اول وآخر درود شریف پڑھیے۔پھر چھلہ آگ پر گرم کرکے اس پانی میں بجھا دیں۔ چھلہ پھر سیدھے ہاتھ میں پہن لیجئے۔مرض کی شدت میں کمی آجائیگی۔اگر یہی سورۃ پڑھ کر دعا کی جائے تو شفاء ملتی ہے۔ ہر مرض کیلئے اس کا پڑھنا باعث شفاء ہے۔روزانہ معمول بنالیجئے اللہ شفاء دے گا۔ **شادی میں مددگار:** نوجوان بچیوں کی ایک والدہ نے مجھے بتایا ”میری بچیوں کی شادی میں رکاوٹ تھی۔رشتے آتے اور پھر ختم ہوجاتے۔ایک واقف کار نے بتایا کہ سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 36 کے معنی سمجھ کر آیت کا ورد کیجئے‘ شادی میں رکاوٹ دور ہوجائیگی۔ میں نے ایسا ہی کیا۔سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 36 کی تلاوت بار بار کرنے لگی۔آخر میں پوری سورۂ پڑھ کر دعا کرلیتی۔اللہ تعالیٰ نے پھر بچیوں کے نصیب کھول دیئے اور ان کی شادیاں ہوگئیں۔

ابن زیب بھکاری

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلامؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 74

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

اسرار التوحید میں ہے کہ ایک روز ابوسعید ابوالخیر رحمۃ اللہ علیہ نیشاپور میں ایک جماعت کے ساتھ ایک گلی سے گزر رہے تھے‘ ایک عورت اپنے کوٹھے سے چولہے کی راکھ پھینک رہی تھی‘ کچھ راکھ شیخ کے کپڑوں پر گرگئی‘ شیخ اس بات سے بالکل متاثر نہیں ہوئے لیکن ساتھیوں کو سخت غصہ آیا اور انہوں نے چاہا کہ صاحب خانہ کی خبر لیں۔ شیخ نے کہا کہ آپ لوگ غصہ میں نہ آئیں وہ شخص جو آگ کے لائق تھا اس پر راکھ ہی گری ہے‘ یہ موقع تو شکر کرنے کا ہے‘ یہ سن کر سب پر رقت طاری ہوگئی اور کسی نے کسی کو کوئی آزار نہ پہنچائی۔

حضرت بایزید رحمۃ اللہ علیہ ایک قبرستان سے گزر رہے تھے ایک بسطامی نوجوان بربط بجارہا تھا۔آپ نے اس کو دیکھ کر لاحول پڑھی‘ اس نوجوان نے اپنا بربط اتنی زور سے آپ کے سر پر دے مارا کہ بایزید رحمۃ اللہ علیہ کا سر پھٹ گیا اور بربط بھی ٹوٹ گیا۔آپ نے گھر واپس آکر اس نوجوان کو بربط کی قیمت اور تھوڑا سا حلوہ بھیجتے ہوئے پیغام دیا کہ اس رقم سے دوسرا بربط خرید لو اور حلوہ کھاؤ تاکہ ٹوٹے ہوئے بربط کا غم دور ہوجائے۔نوجوان کو جب یہ پیغام ملا تو وہ بہت شرمندہ ہوا۔شیخ کے پاس آیا اور ان سے معافی مانگی۔

کیا آپ کا بھی سر چکراتا ہے؟؟؟

اکثر لوگوں میں سر چکرانا ایک بیماری کی شکل اختیار کرجاتا ہے‘ اس بیماری کے حل کیلئے ایک نہایت آسان اور بارہا کا آزمودہ نسخہ بہت مجرب ہے۔ **ھوالشافی:** ایک پاؤ دہی لیں‘ چائے کی چھوٹی چمچ سفید زیرہ اگر یہ دونوں کھاسکیں تو بہتر ورنہ اس میں حسب ذائقہ تھوڑا سا نمک یا چینی مکس کرلیں‘ بلڈ پریشر ہے تو نمک مت ڈالیں‘ دہی اور زیرہ مکس کرکے خالی پیٹ استعمال کریں۔یہ دہی کم ازکم ایک ہفتہ اور زیادہ جب تک جتنا چاہیں استعمال کریں اس کا کوئی نقصان نہیں بلکہ اس سے معدہ بھی سیٹ رہتا ہے۔میری والدہ ہائی بلڈ پریشر اور السر کی پرانی مریضہ ہیں انکو بہت چکر آتے تھے‘ بہت علاج کرائے لیکن ان کو شفاء اس عام نسخے سے ملی۔(خولہ زبیر‘ لاہور کینٹ)

سویرا حمید، لاہور

ٹینشن اور اعصابی تناؤ سے چھٹکارا پایئے

بہت سے لوگوں کو معاشی پریشانیوں یا کسی اور وجہ سے نیند جلد نہیں آتی اور وہ بستر پر پڑے دیر تک کروٹیں بدلتے رہتے ہیں ایسے افراد کو چاہیے کہ وہ بستر پر کروٹیں بدلنے کی بجائے اپنے ہاتھ پاؤں پوری طرح پھیلائیں اس طرح اعصابی تناؤ دور ہو جانے سے انہیں بہت جلد نیند آ جائے گی

دور حاضر میں ہماری مصروفیات اتنی بڑھ گئی ہیں کہ ہر وقت کوئی نہ کوئی کام اور ذمہ داری مسلط رہتی ہے۔ آرام و سکون ہم سے رخصت ہو چکا ہے اور ہمہ وقت ہم اپنے آپ کو تھکا تھکا سا محسوس کرتے ہیں۔ بعض لوگ اپنی تھکاوٹ کا سبب غیر معمولی محنت و مشقت کو قرار دیتے ہیں، حالانکہ یہ سو فیصد درست نہیں۔ اللہ تعالیٰ نے انسان کو کام کرنے کی لامحدود صلاحیت عطا کی ہے۔ بشرطیکہ وہ بوجھ اٹھانے یا دیگر محنت مشقت والے کاموں میں اپنے جسمانی اعضاء کو ایک حد تک استعمال کرے۔ اصل میں تھکاوٹ اس وقت محسوس ہوتی ہے جب کوئی کام کرتے کرتے طبیعت اکتا جاتی ہے اور پھر اس کام میں جی نہیں لگتا۔

تھکاوٹ کا اصل سبب: اس طرح اس تھکاوٹ کا تعلق جسم سے زیادہ ذہن سے ہوتا ہے۔ اس سلسلے میں کام کرتے وقت اگر دماغ کو کچھ سکون پہنچا لیں تو جلد تھکاوٹ محسوس نہیں ہوگی۔ اس لیے ضروری ہے کہ اپنے دماغ سے وہ تمام منفی خیالات دور کر لیے جائیں جو افسردگی پیدا کرنے کا باعث بنتے ہیں۔ عام طور پر ہر شخص ایسا ہی کام کرنا چاہتا ہے جس میں اس کا دل لگتا ہو' اس قسم کا کام وہ زیادہ بہتر طریقے سے سرانجام دے سکتا ہے۔ لیکن اس دنیا میں ہم تمام باتیں اور کام اپنی مرضی اور خواہش کے مطابق نہیں کر سکتے۔ بعض اوقات ہمیں ایسے کاموں کے کرنے پر بھی مجبور ہونا پڑتا ہے جن کو ہم ناپسند کرتے ہیں کام خواہ کتنے ہی معمولی کیوں نہ ہوں نفرت اور ناپسندیدگی کی وجہ سے ہمارے لیے بوجھ بن جاتے ہیں اور ہم جلد ہی تھک جاتے ہیں۔

ماہرین کے مطابق یہ تھکاوٹ جسمانی نہیں بلکہ ذہنی ہوتی ہے اور اسے دور کرنے کا واحد حل یہ ہے کہ دماغ کو کچھ آرام اور سکون پہنچانے کی کوشش کی جائے اعصاب کو ڈھیلا چھوڑ دیا جائے اس کیلئے کچھ دیر تک بغرض آرام کرسی یا بستر پر پاؤں پھیلا کر لیٹنا مفید ثابت ہوتا ہے۔ تھکاوٹ دور کرنے میں کھیلوں کی اہمیت بہت زیادہ ہے۔ دماغ و اعصاب کو آرام پہنچانے کیلئے بہترین طریقہ یہ ہے کہ کوئی ایسا کھیل کھیلا جائے جس میں طاقت کم سے کم صرف ہو اور تفریح زیادہ سے زیادہ حاصل ہو۔ ماہرین کی طویل تحقیق سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ کھیلنے سے اعصابی تناؤ دور ہو جاتا ہے کیونکہ کھیل جذباتی گھٹن کے اخراج میں معاون ہوتے ہیں۔ مقابلے کے کھیلوں میں نہ صرف دلچسپی کا عنصر زیادہ ہوتا ہے بلکہ ان کی وجہ سے دوسرے لوگوں سے ملنے جلنے اور بہتر تعلقات قائم کرنے کا بھی موقع ملتا ہے۔ کھیلتے وقت ذہن سے ہر طرح کے منفی خیالات نکل جاتے ہیں اور زندگی سے ایک نئی دلچسپی پیدا ہو جاتی ہے لیکن اس میں یہ احتیاط لازم ہے کہ آپ اپنے لیے جو کھیل منتخب کریں وہ ایسے ہوں کہ جن میں آپ صحیح معنوں میں دلچسپی لے سکیں اور اپنی تھکاوٹ دور کر سکیں۔ اگر آپ بھاگ دوڑ یا جسمانی محنت مشقت کا کام کرتے ہیں تو ایسے کھیل کا انتخاب کریں جس میں جسمانی مشقت نہ کرنی پڑے۔ اسی طرح آپ دماغی کام کرتے ہوں تو آپ کیلئے ایسے کھیل مناسب رہیں گے جن سے کچھ ہلکی ورزش بھی ہو جائے اور آپ کو کھلی فضا میں رہنے کا موقع ملے۔

بعض لوگ جو ایک مدت تک کسی ملازمت پر فائز رہنے کے بعد جب ریٹائرڈ ہوتے ہیں تو سالہا سال کی مصروف زندگی کے بعد جب بیکاری کا دور آتا ہے تو یہ بیکاری انہیں ذہنی طور پر اتنا تھکا دیتی ہے کہ وہ زندگی بھر کام کرتے ہوئے اتنا نہیں تھکے ہوتے۔ ایسے افراد کیلئے ضروری ہے کہ وہ کوئی نہ کوئی مشغلہ اختیار کر لیں تو یہ ذہنی تھکاوٹ ان پر مسلط نہیں ہوگی۔ طبیعت کو بہلانے اور مصروف رکھنے کیلئے عبادت الٰہی و ذکر و اذکار کے علاوہ ڈاک ٹکٹ' سکے' پرندوں کے پر' دیا سلائیوں کی خالی ڈبیاں' ویو کارڈز' بینک نوٹس اور دیگر اشیاء جمع کرنا بہترین مشاغل ہیں۔ عمر اور حالات کے مطابق مشاغل میں تبدیلی بھی لائی جا سکتی ہے۔ مشغلہ بذات خود کوئی مقصد نہیں ہے۔ اصل مقصد ذہنی تھکاوٹ دور کرنا اور زندگی سے دلچسپی برقرار رکھنا ہے اس مقصد کیلئے جب تک کوئی مشغلہ معاون ثابت ہوتا ہو تو ٹھیک ہے بصورت دیگر اسے ترک کر کے کوئی اور مشغلہ اختیار کر لینا چاہیے۔

جسمانی اور ذہنی تھکاوٹ کو دور کیسے کیا جائے؟

جسمانی اور ذہنی دونوں قسم کی تھکاوٹ کو دور کرنے کیلئے نیند بے حد ضروری ہے۔ ہماری بہت سی اعصابی بیماریوں کا ایک علاج اچھی اور پرسکون نیند بھی ہے۔ اچھی نیند کیلئے ضروری ہے کہ ماحول پرسکون اور بستر آرام دہ ہو۔ سوتے وقت پریشان کن خیالات ذہن سے نکال دینے چاہئیں۔ ایک عام آدمی کیلئے چھ سے آٹھ گھنٹے کی نیند کافی ہوتی ہے۔ بہت سے لوگوں کو معاشی پریشانیوں یا کسی اور وجہ سے نیند جلد نہیں آتی اور وہ بستر پر پڑے دیر تک کروٹیں بدلتے رہتے ہیں ایسے افراد کو چاہیے کہ وہ بستر پر کروٹیں بدلنے کی بجائے اپنے ہاتھ پاؤں پوری طرح پھیلائیں اس طرح اعصابی تناؤ دور ہو جانے سے انہیں بہت جلد نیند آ جائے گی۔ ہاتھ سینے پر رکھ کر اور پاؤں سکیڑ کر سونے سے جسم اور اعصاب کو پوری طرح سکون حاصل نہیں ہو پاتا اس لیے اس حالت میں سونے سے اجتناب کرنا چاہیے۔

اعصابی تناؤ' ذہنی و جسمانی تھکاوٹ' ضعف دماغ اور ذہنی سکون کیلئے ذیل میں صدیوں پرانا ایک نسخہ تحریر کیا جا رہا ہے جس کی افادیت کے طب قدیم و جدید کے معالجین معترف ہیں۔ مغز بادام پانچ عدد' مغز تخم کدو شیریں' تخم کاہو' تخم خشخاش' تل سفید 3 گرام۔ پانی یا دودھ کے ہمراہ تمام اشیاء کو باریک پیس لیں یا بلینڈر میں بلینڈ لیں اور حسب ضرورت پانی یا دودھ کا اضافہ کر کے چھان لیں اور کسی شربت یا چینی سے میٹھا کر کے یا بغیر میٹھا کیے صبح خالی پیٹ استعمال سے دماغ و نظر کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ اعصابی تناؤ تھکاوٹ اور بے خوابی دور ہو کر مکمل سکون حاصل ہوتا ہے۔

ڈاکٹر نصرت، کراچی

جبس کا موسم......مفید غذائیں اور احتیاطیں

ہر صاحب نظر، محتاط اور صحت وثبات کو عزیز رکھنے والے انسان کیلئے لازمی ہے کہ وہ اس مہینے میں اپنے معمولات زندگی کو احتیاط، توازن واعتدال اور حفظان صحت کے اصولوں کا پابند بنائے۔ بصورت دیگر کسی نہ کسی موسمی عارضے کی میزبانی کیلئے تیار رہے

ساون کا موسم بھی کیا رومان پرور موسم ہوتا ہے۔ جون اور جولائی کی شدید گرمی میں جب انسان جھلس کر الامان والحفیظ پکار رہا ہوتا ہے تو گھنگھور گھٹائیں جھوم کر آتی ہیں اور سورج کو ڈھانپ کر اس کی آگ کو زمین پر حکمرانی سے روک دیتی ہیں۔ بادل گرجتے ہیں، بجلی کڑکتی ہے اور پھر چھم چھم بوندیں پڑنے لگتی ہیں۔ تب ہر طرف جل تھل ہوجاتی ہے۔ اس موسم میں چلنے والی ہوائیں اپنے ساتھ مختلف پھولوں اور زمین سے اٹھنے والی مہک کو پورے علاقے میں پھیلا کر مسحور کن بنا دیتی ہے۔ گرمی کے ستائے ہوئے بچے، جوان اور بوڑھے گھروں سے نکل کر سیرگاہوں کا رخ کرتے اور اس موسم کا خاص پھل آم سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ غرض برسات کا یہ موسم انسانوں پر ایک عجیب مسحور کن نشہ طاری کر دیتا ہے۔ یہ سب کچھ تو ہوتا ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ موسم اپنے ساتھ بہت سے امراض کو بھی جنم دینے کا باعث بنتا ہے جن کا ذکر ہم اس مضمون میں کریں گے۔

اگست کا مہینہ بھرپور برسات کا مہینہ ہوتا ہے اسی وجہ سے اس مہینے کو موسمی لحاظ سے سال بھر کے تمام مہینوں میں غلیظ و مرطوب، متعفن و کثافت آمیز نیز کیڑوں مکوڑوں کے باعث پیدا ہونے والی بیماریوں کا موسم قرار دیا گیا ہے۔ اس مہینے میں بعض موسمی پھل اپنی رنگت وشباہت اور شکل وصورت کے اعتبار سے بہت عمدہ اور دیدہ زیب دکھائی دیتے ہیں لیکن گر ان کے بطون میں بغور جھانکا جائے تو معلوم ہوگا کہ ان میں عجب الخلقت، نہایت مختصر جسم ولی ننھی ننھی خوردبینی مخلوق آباد ہے اور بعض پھلوں میں تو یہ ننھی ننھی مخلوق کسی قدر خوردبین کے بغیر ننگی آنکھ سے بآسانی کلبلاتی، کسمساتی اور ہمکتی دیکھی جاسکتی ہے اور یہی وہ مخلوق ہے جو کیڑوں کے نام سے معروف اور گونا گوں ہولناک امراض پیدا کرنے میں مصروف ہے۔ عام آدمی شاید یقین نہ کریں لیکن حقیقت یہ ہے کہ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں بیشتر پھلوں پھولوں میں بھانت بھانت کی جراثیم نما حشراتی مخلوق ظہور پذیر ہوجاتی ہے۔

☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں کائنات ارض کی گداز و ملائمت رکھنے والی ہر چیز خوردبینی جرثوموں اور ناقابل قیاس حد تک ننھے کیڑوں کی آماجگاہ بن جاتی ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں سینہ گیتی اور کیچوؤں اور بیر بہوٹیوں کا سیلاب جابجا پھوٹ پڑتا ہے۔

☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں چند انتہائی محتاط، کم خور، باقاعدہ غسل کے عادی، صفائی پسند، مشقت طلب، توانا اعصاب اور ہمہ وقت مصروف رہنے والے افراد کے سوا قریب قریب ہر شخص موسمی عوارض میں مبتلا رہتا ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں ہیضہ کسی پراسرار آسیب کی طرح بھری ہوئی بستیوں میں چپکے سے نمودار ہوتا ہے اور ہلاکت خیزیوں میں مصروف ہوجاتا ہے۔ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں موسم کا تلون اپنی انتہاء کو پہنچ جاتا ہے یعنی نومبر دسمبر کی خنکی دوڑنے لگتی ہے اور بادل چھٹ کر دھوپ نکلتی ہے تو کسی جراح کے نشتر کی طرح بدن میں اترتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ ☆ اگست ہی وہ مہینہ ہے جس میں سوء ہضم، اعصابی نقاہت، درد شکم پیٹ کے کیڑے، پھوڑے پھنسیاں، خارش، امتلاء طبیعت حتیٰ کہ بھگندر، فساد امعاء کے عوارض غیر محتاط اور کمزور اعصاب والے افراد کو اپنی لپیٹ میں لے لیتے ہیں۔

ان تمام حقائق کے پیش نظر ہر صاحب نظر، محتاط اور صحت و ثبات کو عزیز رکھنے والے انسان کیلئے لازمی ہے کہ وہ اس مہینے میں اپنے معمولات زندگی کو احتیاط، توازن واعتدال اور حفظان صحت کے اصولوں کا پابند بنائے۔ بصورت دیگر کسی نہ کسی موسمی عارضے کی میزبانی کیلئے تیار رہے۔ ذیل میں چند ضروری موسمی ہدایات، صحت بخش تدابیر اور موسمی عوارض کے سہل الحصول معالجات بیان کیے جاتے ہیں۔

چھوٹے بچے، غسل اور موسمی احتیاط: یہ مہینہ انتہائی گندہ اور مرطوب ہوتا ہے۔ اس لیے اس میں چھوٹے بچوں کے معاملے میں بیش از بیش احتیاط کو ملحوظ رکھنا چاہیے۔ بچوں کو غسل کراتے وقت یہ خیال رکھیں کہ پانی ان کے منہ اور کان میں نہ چلا جائے کیونکہ اس صورت میں چھوٹے بچوں میں کسی نہ کسی عارضے کے پھوٹ نکلنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ ☆ نہلانے کے بعد ان کے کنج ہائے ران، بغلوں اور کانوں کے عقبی حصوں کو خاص طور پر تولیے سے اچھی طرح صاف کریں اور پھر ان مقامات پر کوئی اچھا سا پاؤڈر بطور احتیاط چھڑک دیں۔ یاد رکھیں! چھوٹے بچوں کے غسل کے سلسلے میں یہ احتیاطیں صرف اس نقطہ نظر سے لازمی ہیں کہ چھوٹے بچوں کی بیرونی جلد میں اگست (برسات کا موسم) کے مہینے کے مرطوب موسمی اثرات کے باعث خارش ہونے اور چھوٹے موٹے پھوڑے پھنسی کے پھوٹ پڑنے کے شدید امکانات ہوتے ہیں۔

غذائی معمولات: اس مہینے میں غذا کا معتدل اور متوازن ہونا نہایت ضروری ہے۔ لحمی غذاؤں میں بکری کا گوشت زیادہ موزوں ہے اور وہ بھی زیادہ تر کسی سبزی کے ساتھ پکایا جانا زیادہ مفید و مناسب ہے۔ سبزیوں کے انتخاب میں دو چیزوں کو ہمیشہ ملحوظ رکھیں کہ وہ زیادہ ملین نہ ہوں، ثانیاً انہیں پکانے سے اچھی طرح دو تین بار پانی سے صاف کرلینا چاہیے۔ دالوں میں سالم مونگ، ماش اور مسور کا استعمال کم سے کم کریں۔ اگر مجبوری ہو تو حتی الوسع ان میں زیرہ سفید اور سیاہ مرچ کی تھوڑی سی مقدار ضرور شامل کریں۔ تربوز اور پھوٹ کا استعمال ترک کردیں۔

میٹھی اور دیر ہضم غذائیں استعمال نہ کریں، شربت سکنجبین یا شربت مفرح میں لیموں کا رس ڈال کر زیادہ سے زیادہ پیتے رہنا چاہیے۔ کھانے کے ساتھ پیاز میں سرکہ ملا کر ضرور استعمال کرنا چاہیے تاکہ نظام ہضم درست رہے۔

کپڑے ایسے پہنیں جو پسینے کو اپنے اندر جذب کرنے کی خصوصیت رکھتے ہوں اور جلد ٹھنڈی رہے۔ کپڑے دن میں ایک بار ضرور تبدیل کریں۔ بچوں کو نیم کے پتوں میں جوش دیئے ہوئے پانی کو ٹھنڈا کر کے پلانا چاہیے اس سے خارش، پھنسی اور پھوڑوں سے کافی حد تک بچا جاسکتا ہے۔

ملیریا ایک متعدی بیماری ہے جو ایک خاص مچھر انافلس کے کاٹنے سے ہوتا ہے بخار چڑھنے سے پہلے طبیعت سست ہوجاتی ہے جسم ٹوٹتا ہے، سردی محسوس ہوتی ہے، پہلے پیشانی پھر تمام جسم گرم ہوجاتا ہے، پیاس کا غلبہ ہوتا ہے۔ **علاج:** تلسی کے تازہ پتے 12 گرام اور سیاہ مرچ 3 گرام باریک پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ صبح وشام ایک گولی پانی کے ساتھ دیں۔ بخار اترنے کے بعد دودھ ابال کر ٹھنڈا کرلیں اور اس میں سوڈے کی بوتل ڈال کر پلائیں۔ **غذا:** ہلکی زود ہضم غذا دیں۔ مثلاً مونگ کی دال کی پتلی سی کھچڑی، دلیہ، ساگودانہ، چپاتی اور شوربہ۔

شوال میں قرب الٰہی کا کامیاب سفر

صالحین کا کہنا ہے کہ عید الفطر کی رات کو چار رکعت نفل دو دو کر کے یوں پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سو سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نوافل کے بعد کھڑے ہو کر 1100 مرتبہ یہ وظیفہ پڑھے جو کھڑا ہو کر وظیفہ نہ پڑھ سکے وہ بیٹھ کر پڑھ لے

شوال کا چاند دیکھنے کے بعد یہ دُعا پڑھیں

اَللّٰھُمَّ ھٰذَا الشَّھْرُ اَوَّلُ شَھْرٍ مِّنْ اَشْھُرِ الْحَجِّ فَارْزُقْنَا بِحُرْمَۃِ الْحَجِّ وَ الْفَتْحِ اَللّٰھُمَّ صَحِّحْ اَبْدَانَنَا مِنَ الْاَسْقَامِ وَالْاٰثَامِ وَوَفِّقْنَا زِیَارَۃَ بَیْتِکَ الْحَرَامِ یَا اَرْحَمَ الرّٰحِمِیْنَ۔

ایک روایت میں آتا ہے کہ جب عید کی صبح ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ فرشتوں کو بھیجتا ہے جو زمین پر اترتے ہیں اور گلی کوچوں اور راستوں میں کھڑے ہو جاتے ہیں اور بلند آواز سے کہتے ہیں جسے جن اور انسان کے سوا تمام مخلوق سنتی ہے، وہ کہتے ہیں، اے محمد (ﷺ) کی امت! اپنے پروردگار کی طرف آؤ، وہ تمہیں عطائے عظیم دے گا اور تمہارے، بہت بڑے گناہ معاف فرمائے گا اور جب لوگ عید گاہوں میں آجاتے ہیں تو اللہ تعالیٰ فرشتوں سے فرماتے ہیں، جب مزدور اپنا کام مکمل کر لے تو اس کی مزدوری کا بدلہ کیا ہے؟ فرشتے کہتے ہیں اس کا بدلہ یہ ہے کہ اسے پورا اجر دیا جائے۔ تب اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں میں تمہیں گواہ بناتا ہوں، میں نے ان لوگوں کے لیے اپنی بخشش اور رضا کو ان کا اجر بنایا ہے۔

یکم شوال: جو کوئی شوال کی یکم تاریخ کو نماز ظہر کے بعد آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 25,25 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ سُبْحَانَ اللّٰہِ، ستر مرتبہ استغفار اور ستر مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ o

تو بفضل باری تعالیٰ اس عمل کی برکت سے اسکی ستر دنیاوی حاجات اور ستر اخروی حاجات پوری ہوں گی اور اللہ تعالیٰ اس پر اپنا خصوصی فضل و کرم اور رحمت نازل فرمائیں گے۔

چار رکعت نماز نفل: جو کوئی یکم شوال کی شب نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز دو، دو رکعت کر کے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص، تین تین مرتبہ سورۂ فلق اور تین تین مرتبہ سورۂ ناس پڑھے پھر جب نماز مکمل کر کے فارغ ہو جائے تو ستر مرتبہ کلمہ تمجید (تیسرا کلمہ) پڑھے۔ اس کے بعد اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگے انشاء اللہ تعالیٰ اس کو گناہوں کی معافی عطاء ہوگی اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے اس کی توبہ قبول فرمائینگے اور اس کو نیکی کے کاموں کی توفیق بخشیں گے۔

چار رکعت نفل: صالحین کا کہنا ہے کہ عید الفطر کی رات کو چار رکعت نفل دو دو کر کے یوں پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سو سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نوافل کے بعد کھڑے ہو کر 1100 مرتبہ یہ وظیفہ پڑھے جو کھڑا ہو کر وظیفہ نہ پڑھ سکے وہ بیٹھ کر پڑھ لے۔ ان نوافل کی برکت سے بندے کے دل میں اللہ کی محبت کا جذبہ بیدار ہو جاتا ہے اور بندہ تلاش حق کیلئے کمربستہ ہو جاتا ہے۔

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ سُبْحَانَ الصَّمَدِ الْاَحَدِ

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ سُبْحَانَ رَبِّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ سُبْحَانَ الْوَکِیْلِ الْکَفِیْلِ

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ سُبْحَانَ الْفَتَّاحِ الْعَلِیْمِ۔

آٹھ رکعت نفل: شوال مکرم کی پہلی ساعت یعنی شب عید کو تہجد کے وقت آٹھ رکعت نفل یوں پڑھے کہ سورۂ فاتحہ کے بعد ہر پہلی اور ہر دوسری رکعت میں سورۂ کافرون 25 مرتبہ، ہر تیسری اور چوتھی رکعت میں سورۂ اخلاص 25 مرتبہ ہر پانچویں اور چھٹی رکعت میں سورۂ فلق 25 مرتبہ، ہر ساتویں اور ہر آٹھویں رکعت میں سورۂ ناس 25 مرتبہ پڑھے پھر 1313 مرتبہ مندرجہ ذیل وظیفہ پڑھے۔ اللہ پڑھنے والے پر خاص نظر التفات فرمائیگا۔ نوافل پڑھنے والے کو بے پناہ اجر ملے گا۔ اس عمل سے مرنے کے بعد عذاب قبر میں راحت بھی پیدا ہوگی۔ یہ دنیوی حاجات کیلئے بہت اکسیر ہے۔ بِسْمِ اللّٰہِ۔ سُبْحَانَ اللّٰہِ۔ یَا اَللّٰہُ۔

جنت واجب: نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص ماہ رمضان المبارک میں دن کو روزہ رکھے اور شب کو نوافل ادا کرے اور عید کے دن صدقہ فطر ادا کر کے عید گاہ میں جائے اور عید گاہ سے واپس ہونے تک اس کے تمام گناہ بخش دیئے جائیں گے۔ آنحضرت ﷺ نے فرمایا جو شخص شوال کے مہینے میں چھ روزے رکھے گا اس کو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن طوق اور زنجیروں سے محفوظ فرمائیں گے۔ ایک روایت میں ہے اس کیلئے چھ لاکھ برس کی عبادت اور چھ لاکھ اونٹ کا صدقہ اور چھ لاکھ غلام آزاد کرنے سے بھی زیادہ ثواب ہے۔

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 اگست بروز ہفتہ سہ پہر 3 بجکر 5 منٹ سے 4 بجکر 23 منٹ تک، 23 اگست بروز جمعرات عصر تا مغرب، 28 اگست بروز منگل رات 7 بجے سے 8 بجکر 21 منٹ تک بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَاسَلَامُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ: 1)۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ماہنامہ عبقری کی تقریباً آٹھ ماہ سے مسلسل قاریہ ہوں، میرا مسئلہ یہ تھا کہ مجھے ہر بات پر غصہ آجاتا تھا جس کی وجہ سے میں تو پریشان تھی ہی میرے گھر والے بھی بہت زیادہ پریشان تھے اور میری پڑھائی کا بھی بہت زیادہ حرج ہو رہا تھا۔ میں نے یہ مسئلہ ذہن میں رکھتے ہوئے ماہانہ روحانی محفل شروع کر دی۔ ابھی صرف تین ماہ ہی میں نے روحانی محفل کی تھی کہ میرے اندر ایک بہت خوشگوار تبدیلی آئی اور میرا موڈ ہر وقت خوشگوار رہنے لگا جس کی وجہ سے میری صحت بھی بہتر ہوئی اور پڑھائی بھی۔۔۔۔! **(افشاں، گوجرانوالہ)**

مخدوم جلال الدین بخاریؒ کے روحانی وظائف

امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ روزانہ عشاء کی نماز کے بعد باوضو ایک سو بار یَاحَسِیْبُ پڑھیں۔ اول وآخر تین تین بار درود شریف ضرور پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ امتحان میں اچھے نمبروں میں کامیابی حاصل ہوگی

برص (سفید داغ) کا مرض

بعض مرتبہ جسم کے مختلف حصوں پر سفید سفید داغ ظاہر ہوجاتے ہیں اور بعض مرتبہ وہ پھیلتے اور جسم کے مختلف حصوں پر ظاہر ہوتے رہتے ہیں جس سے انسانی جسم کی خوبصورتی متاثر ہوتی ہے اور انسان دوست احباب میں تنقید کا نشانہ بنتا ہے یا شرمندگی کے باعث اپنے احباب کی ملاقات سے گھبراتا ہے۔ ایسا اکثر ناقص غذا کے استعمال سے ہوتا ہے۔ اس کا روحانی علاج یہ ہے۔

ہر چاند کی تیرھویں' چودھویں اور پندرھویں تاریخ کو روزہ رکھیں اور افطار سے قبل برص سے نجات کی دعا کریں۔ اس کے علاوہ روزانہ بعد نماز عشاء اول تین بار درود شریف (نماز والا درود) پڑھیں اس کے بعد ایک سو بار یَامُحْیِیُ پڑھیں۔ آخر میں تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر برص سے نجات کی دعا کریں۔ پنج وقت نماز کی پابندی کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ برص کے داغ آہستہ آہستہ بالکل مٹ جائیں گے یہ عمل مسلسل کریں' ناغہ نہ کریں اور جب تک داغ دور نہ ہوں برابر کرتے رہیں۔

بے جا بزدلی وغلط خوف کا علاج

بعض مرتبہ آدمی بلاوجہ بزدلی کا شکار ہوجاتا ہے اور انجانا خوف اس پر طاری ہوجاتا ہے اس کے سبب وہ چند آدمیوں کے سامنے بھی بات کرنے سے خود کو مجبور پاتا ہے اور اگر کسی شادی بیاہ کی تقریب میں شرکت کا معاملہ ہو تو اس سے دل گھبراتا ہے اور اگر کوئی زور زور سے گفتگو کرے تو اس کا دل ہلنے لگتا ہے۔

اس کا آسان علاج یہ ہے کہ مذکورہ شخص ہر وقت باوضو رہے جب بھی وضو ٹوٹے فوراً وضو کرلے وضو کر کے رات کو سوئے۔ دوسری بات یہ ہے کہ روزانہ ایک مرتبہ باوضو سورہ یٰسین شریف پڑھ لے ناغہ نہ کرے۔ روزانہ صبح کی نماز کے بعد باوضو ایک سو بار یَامُؤْمِنُ پڑھا کرے اور عشاء کی نماز کے بعد باوضو ایک سو بار یَاقَادِرُ پڑھا کرے اور چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے یعنی ہر حالت میں درود شریف (درود ابراہیمی) کا ورد رکھے اس کی کوئی تعداد مقرر نہیں ہے جتنا پڑھ سکے پڑھ لے۔ سب سے بڑی بات یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کی ذات کاملہ پر پورا بھروسہ کر کے اور یقین پکا کر کے عمل کرے انشاء اللہ تعالیٰ ہر قسم کی بزدلی اور بے جا خوف سے نجات حاصل ہوگی۔

حافظہ تیز ہونے کیلئے

اگر کسی کا حافظہ کام نہ کرتا ہو یا وہ کوئی کتاب یا قرآن پاک یاد کر کے بھول جاتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ نماز کے بعد روزانہ باوضو سورۂ مدثر (پ 29) پڑھا کریں۔ قرآن شریف میں دیکھ کر نہیں پڑھنی بلکہ زبانی بلا دیکھے پڑھنی ہے۔ دوسرے یہ کہ باوضو سورۂ الم نشرح (پ 30) عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے لکھ کر نہار منہ (ناشتہ سے قبل) پانی سے دھوکر پی لیں یہ عمل چالیس دن تک مسلسل بلا ناغہ کریں۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ قرآن حکیم بھی یاد ہوگا اور دیگر چیزیں بھی یاد رہیں گی۔ یہ بہت مجرب عمل ہے۔

طبیعت میں استقلال اور غصہ میں کمی کا عمل

اگر کسی کو بات بات پر غصہ آتا ہو اور ذرا ذرا سی بات پر آپے سے باہر ہوجاتا ہو تو ایسی صورت میں کثرت سے درود شریف (درود ابراہیمی) نماز والا پڑھا کرے۔ اس میں وضو بے وضو کی قید نہیں ہے ہر وقت پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بے جا غصہ میں کمی آجائے گی اور طبیعت میں اعتدال پیدا ہوگا۔ طبیعت میں مستقل مزاجی کیلئے باوضو اول سات بار درود شریف پڑھیں۔ اس کے بعد ایک سو ستاسی بار یَاوَدُوْدُ پڑھیں۔ آخر میں سات بار درود شریف پڑھیں۔ یہ عمل کسی بھی نماز کے بعد کیا جاسکتا ہے بہتر یہ ہے کہ عشاء کی نماز کے بعد کرے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ طبیعت میں مستقل مزاجی پیدا ہوگی اور ترقی کی راہیں کھلیں گی۔ شرط یہ ہے کہ عمل ہمیشہ کرتا رہے۔

امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کیلئے

امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ روزانہ عشاء کی نماز کے بعد باوضو ایک سو بار یَاحَسِیْبُ پڑھیں۔ اول وآخر تین تین بار درود شریف ضرور پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ امتحان میں اچھے نمبروں میں کامیابی حاصل ہوگی شرط یہ ہے کہ یہ عمل مسلسل بلا ناغہ کیا جائے اور نماز کی پابندی کی جائے۔ اچھے کالج میں داخلہ کیلئے ایک سو بار یَاعَظِیْمُ ہر جمعرات کو بعد نماز عشاء باوضو پڑھ لیا کریں۔ اول وآخر سات بار درود شریف ضرور پڑھیں۔

لوگوں کی نظروں میں عظمت حاصل کرنا

کوئی شخص معاشرہ میں بے عزت ہو اور کوئی شخص اس کی عزت نہ کرتا ہو بلکہ اسے حقارت سے یاد کیا جاتا ہو تو معاشرہ میں عزت کا مقام حاصل کرنے کیلئے چاند کی شروع کی پہلی جمعرات سے یہ عمل کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ لوگوں کی نظروں میں عزت ووقعت قائم ہوگی ہر شخص محبت کی نگاہ سے دیکھے گا۔ وہ عمل یہ ہے:۔ بعد نماز عشاء باوضو اول گیارہ بار درود شریف (درود ابراہیمی) پڑھے اس کے بعد روزانہ ایک ہزار مرتبہ یَاوَدُوْدُ پڑھے اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا مانگے۔ یہ عمل اکتالیس دن کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ضرور کامیابی حاصل ہوگی۔

عزیز خلائق بننے کا عمل

اگر کوئی شخص چاہتا ہے کہ وہ لوگوں میں ہر دلعزیز بن جائے اور ہر شخص اس کی عزت کرے اور اس کو عزت وتکریم سے دیکھے اس کیلئے یہ عمل مجرب ہے۔ نیا چاند طلوع ہونے کے بعد پہلی جمعرات کو سفید نئے کپڑے پہنے پھر زعفران کے پانی سے مندرجہ ذیل آیات مبارکہ باوضو لکھ کر موم جامہ کر کے مرد اپنی ٹوپی میں رکھ لے اور عورت اپنی چوٹی میں باندھ لے۔ اس کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ مخلوق خدا میں خوب عزت پائے گا۔ وہ آیات مبارکہ یہ ہیں۔

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

وَلَقَدۡ خَلَقۡنَا الۡاِنۡسَانَ مِنۡ سُلٰلَۃٍ مِّنۡ طِیۡنٍ ﴿۱۲﴾

ثُمَّ جَعَلۡنٰہُ نُطۡفَۃً فِیۡ قَرَارٍ مَّکِیۡنٍ ﴿۱۳﴾

ثُمَّ خَلَقۡنَا النُّطۡفَۃَ عَلَقَۃً فَخَلَقۡنَا الۡعَلَقَۃَ مُضۡغَۃً فَخَلَقۡنَا الۡمُضۡغَۃَ عِظٰمًا فَکَسَوۡنَا الۡعِظٰمَ لَحۡمًا ثُمَّ اَنۡشَاۡنٰہُ خَلۡقًا اٰخَرَ فَتَبٰرَکَ اللّٰہُ اَحۡسَنُ الۡخٰلِقِیۡنَ ﴿۱۴﴾ (سورہ مومنون)

غصہ کیا ہے۔۔۔؟؟؟

ایک دانشور سے پوچھا گیا کہ ''غصہ کیا ہے؟'' خوبصورت جواب ملا کہ ''کسی کی غلطی کی سزا خود کو دینا''

انسانیت بیش بہا خزانہ ہے اسے لباس میں نہیں' انسان میں تلاش کرو۔

شبنم نذیر' اٹک

ناریل عجیب وغریب خصوصیات کا حامل پھل

اس کا رس چار گرام سے 12 گرام تک اگر حاملہ تیسرے ماہ سے شروع کرکے آٹھویں ماہ تک ہفتہ میں ایک یا دو مرتبہ پیے تو سیاہ فام والدین کی اولاد گندمی اور گندمی رنگ والدین کی اولاد سفید' سفید رنگ کے والدین کی اولاد بہت زیادہ سفید اور سنہری بالوں والے پیدا ہوتی ہے

ناریل برصغیر پاک و ہند کا ایک ممتاز میوہ ہے' یہ پھل نہایت لذیذ اور بینظیر ہونے کے ساتھ اکثر عوارض کا سر قلم کرنے میں تیر بہدف ہے۔ حکمائے قدیم اس کے سینہ کی ہڈی سے روغن کشید کرتے اور داء العوف یعنی داد چنبل جیسے عارضہ اور کئی ایک خبیث قسم کے زخموں کو مندمل کرنے کی خاطر استعمال میں لاتے ہیں۔ کھوپرا عجیب وغریب افادیت کا حامل ہے۔ اس ضمن میں یہ بات بڑی دلچسپ ہے کہ اس کا پودا انسان ہی کی طرح اٹھارہ سال کی عمر تک بالغ ہوجاتا ہے اور بیس بائیس سال کی عمر میں پھل دینا شروع کردیتا ہے حتیٰ کہ پچاس سے ستر برس تک پھل دیتا ہے اس کے بعد انسان ہی کی طرح گویا بوڑھا ہوجاتا ہے۔

کھوپرا سے چیچک کی حفاظت: اطباء قدیم کا کہنا ہے کہ چیچک کے دوران حفاظتی تدابیر کو ملحوظ رکھتے ہوئے اگر کوئی صاحب اپنے شیرخوار بچوں سے نوعمر بچوں تک ایک رتی وزن سے ایک ماشہ تک کھوپرا دن میں دو مرتبہ دیدیں تو بچہ چیچک کے حملہ سے محفوظ رہے گا اگر حملہ ہو بھی جائے تو وہ شدید حملہ ہرگز نہیں ہوتا اگر ہاں کسی کو چیچک نکل چکی ہو تو بھی اسی وزن سے دس دن میں دو مرتبہ اس عمل سے بچہ چیچک کے گہرے نشانوں سے بچا رہے گا۔ **ناریل کے کرشمے:** ناریل کے درخت کو شگاف دے کر اس کا پانی برآمد کیا جاتا ہے اس کو ہندی زبان میں ناریلی رس کہا جاتا ہے۔ جس کے عجیب وغریب خواص درج ہیں جو کہ خزائن الادویہ اور تذکرۃ الہند سے نقل ہے۔ اس کا رس چار گرام سے 12 گرام تک اگر حاملہ تیسرے ماہ سے شروع کرکے آٹھویں ماہ تک ہفتہ میں ایک یا دو مرتبہ پیے تو سیاہ فام والدین کی اولاد گندمی اور گندمی رنگ والدین کی اولاد سفید' سفید رنگ کے والدین کی اولاد بہت زیادہ سفید اور سنہری بالوں والے پیدا ہوتی ہے۔ **میعادی بخار:** اس بخار میں اگر میٹھے گڑ کے چاول پکا کر گری ڈال کر کھلائیں تو بخار میں قدرے کمی واقع ہوجاتی ہے جو نفسیاتی طور پر آرام کا موجب ہوتی ہے۔ **روغن ناریل:** بنگال کے باشندے اس روغن کو قدرے وافر مقدار میں استعمال کرتے ہیں جس طرح ہمارے ہاں ڈالڈا گھی یا قدرتی گھی استعمال کیا جاتا ہے اس لیے وہاں کی عورتیں دراز گیسو ایشیاء بھر میں مشہور ہے جو خدا تعالیٰ کی طرف سے انہیں بطور انعام عطا ہوتے ہیں۔ ☆ روغن ناریل بالوں کو دراز اور بالوں کی جڑوں کو مضبوط بنانے کی پوری معاونت کرتا ہے۔ ☆ سر کی خشکی دور کرتا ہے اور سر کی خشکی دور کرنے میں بادام روغن پر فوقیت رکھتا ہے۔ ☆ بالوں کو ملائم اور دراز کرتا ہے۔ ☆ دماغ کو تقویت دینے اور ذہن رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ ☆ اعصابی توانائی کا مظاہرہ کرنے والوں کیلئے اس کا وجود مژدہ جانفزا سے کم نہیں۔ ☆ زچگی کے عالم میں جبکہ ماں کا دودھ کم ہو اور بچہ سیر ہوکر دودھ نہ پی سکتا ہو تو ایسی حالت میں بعد از ناشتہ یا غذا کے بعد 12 گرام سے 24 گرام تک زچہ کو گری کی فرنی کھلائی جائے' ہفتہ عشرہ میں دریا کے سیلاب کی مانند دودھ اٹڈ آئیگا جس سے بچہ سیر ہوکر خاطر خواہ توانا ہوگا۔ ☆ اس پھل کا استعمال مستورات کے سینہ کو مضبوط اور سڈول بناتا ہے۔

☆ اس پھل کا استعمال نسل انسانی میں اضافے کا موجب ہے کیونکہ اس پھل کے استعمال سے مادہ تولید میں بسیرہ رکھنے والے جراثیم کو وافر مقدار میں پیدا کرکے انہیں مضبوط اور طاقتور بناتا ہے۔ ☆ یہ پھل اعصاب کو تقویت بخشتا ہے' عورتوں کے رحم کو طاقتور بناتا ہے اور مردوں کی خصوصی امنگوں کو پیدا کرتا ہے۔ ☆ خام گری کو کدوکش سے رگڑ کر اس کا رس برآمد کریں رات کو سوتے وقت مہاسوں' کیل' چھائیوں اور بدنما داغوں پر لگائیں' ہفتہ عشرہ میں مدھم ہوکر چہرے کی جلد ماہتاب کی طرح منور ہوگی۔ ☆ اس پھل کو صاحب ثمر عورت (حاملہ عورت) ہفتہ میں ایک مرتبہ ایک سے دو تولہ تک ضرور استعمال کرے اور اس کی مسیحائی کرتب کا اندازہ لگائیے۔ **گری کا پھول:** اگر عقر والی عورت (بے اولاد) حیض سے فارغ ہوکر ایک ہفتہ نہار منہ اس کا ایک عدد پھول کھائے' ہفتہ بھر کے استعمال بعد فریضہ زوجیت بجا لائے تو اسی دن صاحب ثمر (حاملہ) ہوگی۔ ☆ اس پھل کا استعمال لیکوریا کیلئے مفید ہے اور دبلے پتلے جسم کو فربہی عطا کرتا ہے۔

ناریل کے مضر اثرات: پرانی کھانسی والے مریض یہ پھل نہ کھائیں' خونی بواسیر کیلئے بے حد مضر ہے' جن احباب کو درد شقیقہ یا جن کا گرمی کی وجہ سے سر درد ہوتا ہے پرہیز کریں۔ نکسیر کا مریض' درد گردہ' درد پتہ' جگر کا عارضہ' یرقان ہر قسم اس کا استعمال نقصان سے خالی نہیں ہے۔ جلدی امراض' ٹانسلز' ٹائیفائیڈ بخاروں میں پیشاب میں پیپ' جلن یا خون کی صورت میں حکماً بند ہے۔

محمد یوسف چیمہ' فیصل آباد

فراخی رزق اور بے شمار فوائد کا عمل

جو شخص ان دونوں اسماء کو عقیق کی انگشتری پر کندہ کرکے بائیں ہاتھ میں پہنے تو اس کو رزق آسانی سے ملے

ان دو اسماء یَابَاسِطُ عَلَّامُ الْغُیُوْبِ کی برکت سے نسیان دور ہوتا ہے جو شخص کسی مہینہ کی چودھویں تاریخ کو چاندی کی انگوٹھی جس پر سونے کا طمع ہو اسم یَابَاسِطُ کا مربع چہار ضرب چہار نقش کرکے پہنے۔ اس کے دل میں سرور پیدا ہوتا ہے اور رزق کشادہ ہوتا ہے اس اسم میں بہت سے اسرار ہیں جن کی شرح یہاں ممکن نہیں ہے۔

تجارت میں ترقی

ان دو اسماء کے ذکر سے رزق اور عمر میں ترقی ہوتی ہے ان کا ذاکر فقیر نہیں ہوتا۔ جو شخص ان دونوں اسماء کو عقیق کی انگشتری پر کندہ کرکے بائیں ہاتھ میں پہنے تو اس کو رزق آسانی سے ملے اور لوگوں کے دل اس کی طرف مائل ہوں اور جو شخص اس کے حروف کو کسر کرکے سونے یا چاندی یا زعفران سے شرف شمسی میں لکھ کر روپیہ کی تھیلی میں رکھے اور ان سے خرچ کرتا رہے تو روپے کبھی ختم نہ ہوں بشرطیکہ سب روپیہ ایک دم نہ نکال لے۔

حصول علوم وفنون اور حکمت کی نہریں

ان دو اسماء یَابَدِیْعُ عَلَّامُ الْغُیُوْبِ کا ذاکر جو کسی علم میں کوئی کتاب لکھنا چاہتا ہو ان کے ذکر سے یہ کلام اس پر آسان ہوتا ہے۔ خصوصاً یہ فن کل فنون سے مشکل ہے۔ جو شخص اسم یَابَدِیْعُ کا ورد رکھے اس کو بلاغت اور حافظہ حاصل ہوتا ہے۔ مباحثہ کرنے والوں کیلئے یہ ذکر بہت مناسب ہے جو شخص عَلَّامُ الْغُیُوْبِ کے ساتھ عَلِیْمٌ حَکِیْمٌ کا بھی خلوت میں ذکر کرے تو حکمت کی نہریں اس کے دل سے جاری ہوں گی۔ اگر چالیس دن تک ترک حیوانات کے ساتھ اسم عَلَّامُ الْغُیُوْبِ کا ورد کرے تو مخلوق کے کل احوال سے مطلع ہو اور غائب چیزوں کا علم ہو اس پر مداومت سے عجیب وغریب امور منکشف ہوتے ہیں اور ہم عصروں میں ممتاز ہو۔

فرحت وانبساط قلب کا عمل

یَابَاسِطُ کا ذاکر ہمیشہ خوش رہتا ہے اس کے دل سے گھٹن دور ہوجاتی ہے اور دل کو فرحت رہتی ہے اور اس کے غم اور پریشانیاں دور ہوجاتی ہیں۔

☆ گھٹنے کا درد ☆ غلط حرکت ☆ بائی پاس کے بعد......! ☆ بات کرنا دشوار ☆ شوگر کی کمزوری

[redacted]

گھٹنے کا درد نہیں گیا

مجھے ایکسیڈنٹ میں کمر اور گھٹنے میں چوٹ لگی جبکہ ایکسرے نارمل تھے۔ درد کی گولیاں کھا کر آرام آ گیا مگر گھٹنے کا درد نہیں گیا' واپس امریکا پہنچ کر درد زیادہ ہوگیا۔ ڈاکٹروں نے برف کی ''ٹکور'' کروائی اس سے تکلیف بہت ہوگئی۔ ادھر ادھر کے تیل بھی بہت ملے' ہلدی' چونا وغیرہ سے بھی فائدہ نہیں ہوا۔ **(شمشیر علی' چونیاں)**

مشورہ: شہد اور تلوں کے تازہ نکلے ہوئے تیل میں ذرا سا چونا ملا کر چوٹ کی جگہ پر لیپ کرکے 5 سے 7 منٹ دھوپ میں بیٹھیں۔ روزانہ اس طرح کریں' انشاء اللہ پانچ سات روز میں تکلیف جاتی رہے گی۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

کروٹیں بدلتی ہوں

پہلے میں جس کروٹ سوتی تھی اسی کروٹ صبح اٹھتی تھی مگر اب رات بھر کروٹیں بدل بدل کر تھک جاتی ہوں' نیند نہیں آتی۔ مجھے دو ماہ پہلے بخار ہوا تھا' بہت ساری دوائیں کھائیں' اس کے بعد سے نیند غائب ہوگئی۔ **(زبیدہ بی بی' راولپنڈی)**

مشورہ: خالص تازہ مکھن کم از کم دو اونس صبح ناشتے میں کھائیں۔ سر میں بھی خالص تازہ مکھن ملیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بری عادت میں پھنس گئی

بچپن میں کچھ غلط دوستوں کی صحبت کی وجہ سے میں بری عادت میں پھنس گئی تھی' جوانی کی دہلیز پر قدم رکھتے ہی میں اپنی وہ عادت ختم کرچکی ہوں' لیکن اس غلط عادت کی وجہ سے میں بیمار ہوگئی ہوں۔ بار بار غسل کرنا پڑتا ہے جس سے کافی شرمندگی ہوتی ہے میں یہ مسئلہ کسی کو بتا بھی نہیں سکتی۔ لیکن بہت پریشان ہوں۔ **(پوشیدہ)**

مشورہ: اصلی موصلی سفید' موصلی سیاہ ہم وزن' ان دونوں کے وزن کے برابر پھول مکھانے پھر ان تینوں دواؤں کے برابر چینی کوٹ کر باریک سفوف بنالیں' آدھی چمچی یہ سفوف نیم گرم دودھ کے ساتھ صبح وشام پھانک لیں۔ اکیس دن کے بعد دوبارہ حال لکھیں' پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

غلط حرکت

میرا قد 5 فٹ نو انچ ہے۔ عمر 23 سال ہے۔ میری جسامت بہت پتلی ہے' خصوصاً میری کلائیاں بہت کمزور ہیں۔ میں سات سال سے ویلڈنگ کا کام کرتا ہوں اس کام میں اچھی خاصی ورزش بھی ہوجاتی ہے۔ میری خوراک بھی ٹھیک ہے' بھوک لگتی ہے اور کوئی بیماری بھی نہیں ہے مگر ہر ہفتے بعد مجھ سے کچھ غلط حرکت ہوجاتی ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ کسی طرح سے مجھ سے یہ حرکت چھوٹ جائے کیونکہ میری شادی بھی نزدیک ہے۔ **(اسماعیل' لودھراں)**

مشورہ: اس کا آسان حل شادی ہے' شادی کے بعد انشاءاللہ آپ کی جسمانی حالت ٹھیک ہوجائیگی۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بھوک نہیں ہے

پچھلے سال مئی میں مجھے یرقان ہوگیا۔ اس کا علاج حکیمی ہوا۔ اللہ نے شفاء دی۔ اس کے بعد سے بھوک نہیں لگتی۔ کچھ زبردستی کھالوں تو طبیعت بہت خراب ہوجاتی ہے۔ گیس بہت بنتی ہے' چہرہ زرد اور چھائیاں سی نظر آنے لگتی ہیں۔ ہاتھوں کی ہتھیلیاں گرم رہتی ہیں۔ ٹیسٹ نارمل آتے ہیں جگر کا ٹیسٹ بھی نارمل ہے۔ **(زہرا بی بی' گجرات)**

مشورہ: مفرح بارد چھ گرام صبح وشام کھائیں۔ غذا کے بعد دوپہر رات کو جب کبد نوشادری ایک ایک گولی کھائیں۔ سبزیاں' پھل' خاص طور پر انگور مفید ہیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

شوگر کی کمزوری

شوگر ہے' کمزوری بہت ہے' آپ کوئی ایسا نسخہ لکھیں جو بنانے میں آسان ہو اور ہر مریض خود تیار کرسکے کیونکہ معلوم ہے کہ یہ مرض ساری عمر کے لیے ہے' روز دوا بھی کھانی پڑتی ہے۔ ایسا خاص نسخہ ہو جو شوگر کی کمزوری کو دور کرتا ہو' ہاتھوں پیروں میں جان رہے' خاص طور پر دماغ میں اور دل میں قوت رہے جسم کو کھوکھلا نہ ہونے دے۔ شادی شدہ مریضوں اور بوڑھے لوگوں کی کیفیت کو بھی سامنے رکھیں۔ **(سلطان' مانسہرہ)**

مشورہ: کریلا سبز بیج نکال کر نیم کے سبز پتے دس دس گرام نیم کے پتوں کو اچھی طرح دھولیں پھر دونوں دوائیں ایک اچھی نہ گھسنے والی کھرل میں ڈال کر رگڑیں۔ ضرورت ہو تو دو چار قطرے پانی کے ڈال سکتے ہیں جب چٹنی سی بن جائے تو جامن کی گٹھلی کا مغز' مغز کرنجوہ' کالی ہریڑ' ہر ایک دس گرام کوٹ چھان کر سفوف بنالیں اور اسی کھرل میں ڈال کر پیس لیں۔ ضرورت ہو تو تھوڑا سا ضرورت کے مطابق پانی شامل کرسکتے ہیں۔ جب خوب باریک ہوجائے تو چنے سے ذرا بڑی گولیاں بنا کر خشک کرلیں۔ یہ ایک ایک گولی صبح ناشتے کے دو گھنٹے بعد اور شام کو چائے کے بعد کھائیں۔ اس کے علاوہ شوگر کے مریضوں کی کمزوری دور کرنے کیلئے ایک خاص نسخہ حکیم دوست محمد صابر ملتانی رحمۃ اللہ علیہ نے لکھا ہے وہ بھی ہدیہ قارئین ہے:۔

حرمل' خراطین مصفی خشک ہموزن کوٹ چھان کر کھرل میں ڈال کر ذرا سا پانی شامل کرکے کھرل کریں جب گولی بنانے کے قابل ہوجائے تو چنے کے دانے کے برابر گولیاں بنالیں اور خشک ہونے پر غذا کے بعد ایک ایک گولی دوپہر رات کو پانی سے کھائیں۔ ہائی بلڈ پریشر' گردوں کی خرابی' پیٹ کی خرابی میں یہ ادویات استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

بائی پاس کے بعد......

میرے دو بائی پاس آپریشن ہوچکے ہیں۔ ڈاکٹروں کی دوائیں مستقل کھاتی ہوں' پرہیز بھی پورا کرتی ہوں' چل پھر نہیں سکتی' بس گھر میں ہی کام کاج میں جتنا چلنا پھرنا ہوتا ہے۔ یورک ایسڈ بڑھ جاتا ہے جو دوا لینے سے گھٹ بھی جاتا ہے مگر مستقل شفا نہیں ہے۔ دوائیں کھاتے کھاتے میرے پیٹ میں بہت گیس بننے لگی ہے۔ دن رات پیٹ میں گو گو

ہوتی رہتی ہے۔قبض کی شکایت بھی ہے' آگرہ میں ایک پرانے نوے سال سے بھی زیادہ عمر کے حکیم کو نبض دکھائی تو انہوں نے معدہ میں ورم بتایا اور ریاح باسوری تشخیص کی مگر ان کی معجون کھانے سے معدے میں شدید سوزش ہوئی اور اتنی تکلیف ہوئی کہ میں سمجھی ہارٹ اٹیک ہے پورا سینہ جل اٹھا' ایمرجنسی میں ہسپتال بھاگنا پڑا مگر شکر ہے وہ صرف معدہ کی سوزش تھی۔**(زیتون بی بی' کراچی)**

مشورہ: حکیم صاحب کی تشخیص بالکل درست تھی اور تجویز کردہ ادویات بھی سو فیصد درست تھیں۔اگر چہ ان کے نسخے کی کاپی آپ نے ہمیں فراہم نہیں کی' نہ دواؤں کے نام لکھے ہیں۔یہ نسخہ باقی کیفیات کیلئے استعمال کرنا چاہیے۔دیسی اجوائن تین گرام' پودینہ دیسی خشک' برگ سداب' تیز پات ایک ایک گرام ایک کپ پانی میں پکا کر چائے کی چھلنی سے چھان کر غذا کے بعد دن میں دو بار پئیں۔برگ سداب شاید وہاں نہ ملے تو باقی دوائیں بھی کافی ہیں۔قبض کیلئے سناء مکی گرائنڈر میں باریک کر کے ایک چٹکی سوتے وقت کھا سکتی ہیں مگر حسب ضرورت اور وقت ضرورت۔انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور تیسرے بائی پاس کی بھی ضرورت نہیں پڑے گی مگر ایلو پیتھک دوائیں ڈاکٹر صاحبان کی ہدایت کے مطابق ضرور لیتی رہیں۔غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

سر میں دباؤ

میرا ایک مسئلہ ہے میں بی اے کی طالبہ ہوں' کچھ دنوں سے میرے سر کے پچھلے حصے میں دباؤ سا محسوس ہوتا ہے۔اس کے سوا مجھے کوئی تکلیف نہیں ہے۔کبھی یہ دباؤ ایسے ہوتا ہے جیسے کسی نے سر کے پیچھے زور سے پکڑا ہو۔**(ش۔ر۔لاہور)**

مشورہ: آپ فوری طور پر نظر کا معائنہ کرائیں' نظر کمزور ہو تو ڈاکٹر کے مشورے سے نظر کی عینک لگائیں' ٹی وی ہرگز نہ دیکھیں۔غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بات کرنا دشوار

پچھلے سال یرقان ہوا تھا' یرقان کیلئے ڈرپ چڑھائی گئی کچھ دوائیں بھی کھائیں' یرقان کی رپورٹیں نارمل ہوگئیں' دو ہفتے کے بعد پھر وہی حالت ہوگئی' اس کے بعد بدہضمی کی شکایت ہوگئی۔پیٹ پھول جاتا ہے' سانس نہیں لیا جاتا' منہ سے ایسی بدبو آنی شروع ہوگئی ہے کہ پورے کمرے میں پھیل جاتی ہے بات کرنا دشوار ہو چکا ہے۔**(ساجد' اسلام آباد)**

مشورہ: سونٹھ' کالی مرچ' فلفل دراز' نوشادر ٹھیکری دس دس گرام' پودینہ خشک بیس گرام' گندھک آملہ سار' میٹھا سوڈا' ریوند خطائی' سونف ہر ایک چالیس گرام' لاہوری نمک اسی گرام' کوٹ چھان کر چورن بنا لیں یہ دوائی بلڈ پریشر اور معدے کے السر و سوزش کے مریض استعمال نہ کریں۔ایک یا دو چٹکی دوا غذا کے بعد دن میں تین بار کھا سکتے ہیں۔پہلے آدھی چٹکی یعنی رتی بھر کھا کر دیکھیں اگر کوئی تکلیف محسوس نہ ہو تو ایک چٹکی کھائیں' اس سے بھی کوئی تکلیف نہ ہو تو دو چٹکی بھی کھا سکتے ہیں۔غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

گھٹنے کا درد

میرے گھٹنے میں اچانک درد شروع ہوا' میں سمجھی گھٹنا مُڑ گیا۔کچھ عرصے میرے دوسرے گھٹنے میں بھی درد ہونے لگا اور اس طرح کرتے کرتے میرے دوسرے جوڑوں میں بھی درد شروع ہوگیا' اب جسم کے تمام جوڑوں میں درد ہے۔ڈاکٹری علاج سے وقتی آرام آجاتا ہے لیکن پھر درد شروع ہوجاتا ہے۔میرے سینے اور پیٹ میں بھی سخت تکلیف رہتی ہے۔**(سویرا' بہاولپور)**

مشورہ: فی الحال ہرے ناریل کا پانی دن میں تین بار پئیں۔عرق گلاب خالص ایک کپ میں ایک رتی کافور حل کر کے کلیاں کریں۔ایک دو مہینے یہ تدبیر کر کے دوبارہ مشورہ کریں۔غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

رطوبت گرتی ہے

لمبے عرصہ سے حلق میں رطوبت گرتی ہے۔اس کی وجہ سے دماغ کمزور ہوگیا ہے اور بال گر گئے ہیں جو بال باقی بچے ہیں وہ سفید ہو چکے ہیں۔حکیموں سے علاج کروانے سے چند روز کبھی افاقہ بھی ہوا مگر مستقل شفاء یابی نہ ہوئی۔حلق میں خشکی اور جلن بھی ہوتی ہے پیشاب میں بھی تیزابیت ہے خاص طور پر نزلہ کا علاج کروانے پر کیفیات بڑھ جاتی ہیں۔**(ماجد' کوئٹہ)**

مشورہ: یہ نزلہ حار معلوم ہوتا ہے۔مغز بادام شیریں' مغز کدو شیریں' خشخاش سفید ہر ایک سو گرام' سوکھا دھنیا' مغز فندق ہر ایک پچاس گرام' سو گرام چینی ملا کر کوٹ چھان لیں۔چائے کی چمچی بھر صبح پانی سے پھانک لیا کریں مگر خبردار...... یہ دوا پاکستان سے باہر لیجانے کی کوشش نہ کریں بعض ملکوں میں خشخاش اور پوست خشخاش لے کر جانا منع ہے بلکہ موت کی سزا ہے۔پارسل سے بھی نہ بھیجیں یہ بھی ویسا ہی جرم ہے۔غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

خواتین! گھر بیٹھے حسن و جمال حاصل کریں

منیرہ خالدہ خانم

دودھ کی بالائی میں تھوڑا سا شہد ملا کر چہرے پر مساج کریں اس سے چہرہ صاف اور ملائم ہوجاتا ہے۔☆ رات کو سونے سے قبل تین لیموں کے رس میں زعفران کی دو تریاں حل کریں اور اس میں ایک چمچ روغن زیتون ملا کر چہرے پر ملیں۔

خدا کی بنائی ہوئی اس کائنات کے حسن کا شمار مشکل ہے' خدا نے اس میں ایسی ایسی اشیاء پیدا کردی ہیں جنہیں انسان اپنی صلاحیتوں سے کام لے کر نہ صرف مختلف بیماریوں کے علاج کیلئے استعمال کرتا ہے بلکہ ان سے حسن میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔ خدا کی بنائی ہوئی ایک ایک جڑی بوٹی ریت' پتھر' پہاڑ' سمندر اور صحراؤں میں خزانے دفن ہیں جنہیں تسخیر کرنے کی ذمہ داری انسان پر ڈالی گئی ہے۔ ان جڑی بوٹیوں سے بیمار جلد اور بالوں کی خوبصورتی کیلئے ادویات تیار کرنا ایک فن ہے۔ علم حاصل کرنے کیلئے جس شعبے میں بھی ہاتھ ڈالا جائے ایک بے بہا خزانہ موجود ہے۔ بس اس سے فائدہ اٹھانے کی ضرورت ہے۔ حسین نظر آنا ایک فطری خواہش ہے مگر اس کیلئے غیر فطری طریقے استعمال کرنے سے فائدہ ہونے کی بجائے نقصان ہوتا ہے۔ آج کل مقابلے کی دوڑ میں معیار کو نظر انداز کرکے میک اپ کیلئے ایسی اشیاء تیار کی جارہی ہیں جو جلد کو نقصان پہنچاتی ہیں پھر ہمارے ہاں اپنی جلد ٹیسٹ کروانے کا بھی شعار نہیں ہے اکثر خواتین فضول میک اپ کرتی ہیں اس سے جلد کو نقصان پہنچتا ہے اس لیے کسی مستقل روگ میں مبتلا ہونے کی بجائے قدرتی عناصر سے تیار کی گئی اشیاء استعمال کرنا چاہئیں تاکہ نقصان کا احتمال نہ ہو۔

گزشتہ 35 سال سے جڑی بوٹیوں کی مدد سے ایسی اشیاء تیار کی جارہی ہیں جو جلدی بیماریوں کیلئے اکسیر کا کام کرتی ہیں۔ خدا نے ناک' کان' ہونٹ' آنکھیں' بال کیا کیا حسین تحفے عطاء کیے ہیں اب یہ ہماری ذمہ داری ہے کہ ہم ان حسین تحائف کی حفاظت کس طرح کرتے ہیں کسی ایک کے خراب ہونے کا اثر ہمارے پورے جسم پر پڑتا ہے چہرے پر کوئی داغ دھبہ پڑ جائے تو ہم اپنا چہرہ چھپاتے پھرتے ہیں۔ پہاڑوں اور سمندروں میں چھپے ہوئے بے بہا خزانوں سے جو سفوف تیار ہوتے ہیں یہ ہر طرح کے داغ دھبے' مہاسے' کیل' چھائیاں' جھریاں اور رواں دور کرنے کے کام آتے ہیں۔ چہرے کے فیشل کے لیے بھی جڑی بوٹیوں کا استعمال ہوتا ہے انہی کی مدد سے جلد اور بالوں کیلئے تیل اور شیمپو تیار ہوتے ہیں۔

موسمی پھل کا فائدہ: قدرت نے کوئی چیز بیکار پیدا نہیں کی۔ کوشش کریں کہ موسمی پھل ضرور کھائیں تاکہ جسم کو ضروری غذائیت حاصل ہو۔ موسمی پھل سستے بھی ہوتے ہیں انہیں خریدنا بھی آسان ہوتا ہے۔ میں نے جڑی بوٹیوں پر جو تحقیق کی ہے اس سے یہ پتہ چلتا ہے کہ ان کے خشک اور تر ہونے سے بھی ان کے اثرات مختلف ہوتے ہیں جسم کے مختلف حصوں کے علاج اور خوبصورتی کی غرض سے مختلف جڑی بوٹیاں استعمال کی جاسکتی ہیں۔

حسن و جمال حاصل کرنے کے نایاب ٹوٹکے

☆ دودھ کی بالائی میں تھوڑا سا شہد ملا کر چہرے پر مساج کریں اس سے چہرہ صاف اور ملائم ہوجاتا ہے۔☆ رات کو سونے سے قبل تین لیموں کے رس میں زعفران کی دو تریاں حل کریں اور اس میں ایک چمچ روغن زیتون ملا کر چہرے پر ملیں۔☆ پودینے کے پتے ابال کر ٹھنڈا کرلیں روزانہ نہار منہ اس کا ایک چوتھائی کپ پئیں۔☆ تازہ دودھ سے متواتر چند دن منہ دھونے سے رنگت نکھر آتی ہے۔☆ ایک انڈا توڑ کر اس کی زردی کسی پیالے میں الگ کرلیں اور اس میں روغن بادام دو چائے کے چمچ' لیموں کا عرق ایک چائے کا چمچ شامل کرلیں پھر ان سب چیزوں کو اچھی طرح پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے پھر آہستہ آہستہ چہرے پر ملیں دس بارہ منٹ تک چہرے پر لگا رہنے دیں پھر نیم گرم پانی سے چہرہ دھولیں' چہرے کیلئے بہت مفید ہے۔☆ خربوزے کے بیج چھلکوں کے بغیر پانی میں پیس کر چہرے پر لیپ کریں' بہت فائدہ مند ہیں۔☆ تازہ دہی چہرے پر ملنے سے چہرے کی سیاہی دور ہوجاتی ہے۔☆ سفید سرسوں اور تلوں کو دودھ کے ساتھ باریک پیس کر رات کو روزانہ چہرے پر لگائیں۔

☆ خشخاش باریک پیس کر چہرے پر ملیں تو چہرہ خوبصورت نکل آتا ہے۔☆ چہرے پر ٹماٹر کا رس ملنے سے بھی رنگت بہتر ہوجاتی ہے۔☆ انڈے کی سفیدی پھینٹ کر چہرے پر ملیں' دس منٹ بعد چہرہ دھولیں۔☆ مولی کے بیج باریک پیس کر دودھ کی بالائی میں ملا کر رات کو سوتے وقت چہرے پر ملیں اور صبح اٹھ کر کسی اچھے صابن سے دھولیں۔☆ صبح کے وقت خالص سرسوں کے تیل کی مالش کریں اور شام کو سنگھاڑے کے آٹے میں سرسوں کا تیل ملا کر آہستہ آہستہ چہرے کی مالش کریں بہت مفید ہے۔☆ صبح نہار منہ نیم گرم پانی میں لیموں کا رس ملا کر پینے سے چہرہ شاداب رہتا ہے۔☆ بادام کی گریاں بغیر چھیلے کسی مٹی کے کھردرے برتن میں رگڑیں اور ان میں تھوڑی سی بالائی ملا کر چہرے پر ملیں ایک گھنٹہ بعد چہرہ دھولیں۔

☆ تھوڑا سا گوندھا ہوا آٹا رات کو رکھ دیں صبح وہ آٹا خمیرہ ہوجائے تو اس سے چہرہ اچھی طرح مل کر دھولیں پھر صابن نہ لگائیں۔☆ نمک ملے پانی سے منہ دھونے سے چہرے کا رنگ نکھر جاتا ہے۔☆ روغن بادام کو پانی میں پھینٹ کر چہرے پر لیپ کرنے سے رنگت نکھر جاتی ہے۔☆ زیتون کے خالص تیل میں لیموں کا رس چند قطرے ملا کر چہرے کا مساج کرنے سے چہرہ خوبصورت ہوجاتا ہے۔☆ شکر کے شربت میں لیموں کا رس ملا کر پینے سے رنگت نکھر جاتی ہے۔

☆ اکثر گرمی سے پسینہ آتا ہے اور چہرے کے مسام کھل جاتے ہیں۔ تربوز' کھیرا اور ٹماٹر کا الگ الگ رس نکال لیں جو سوٹ کرے اور ٹھنڈا کرکے چہرے پر لگائیں اگر کسی جوس کے لگانے سے چہرہ سرخ ہوجائے تو فوراً منہ دھولیں۔ ورنہ دس پندرہ منٹ تک یہ رس چہرے پر لگا رہنے دیں پھر چہرہ دھولیں۔☆ اگر جلد چکنی ہو' دانے نکلتے ہوں تو جو کا آٹا پانی میں ملا کر اور اگر خشک ہے تو دہی اور دودھ میں ملا کر چہرے پر لگائیں۔☆ دن میں کئی بار سادہ پانی سے چہرہ دھونا بھی فائدہ مند ہے۔☆ اجوائن کھانے سے موٹاپا کم ہوجاتا ہے۔

☆ بینگن کو چولہے پر جلالیں پھر اس کی راکھ موہکوں پر لگائیں تو خود بخود جھڑ جائیں گے۔☆ چونا بھگو کر توتھ پک کی مدد سے موہکے پر لگائیں تو وہ جھڑ جائیں گے۔ موٹاپا دور کرنے کیلئے ادرک ایک تولہ فرائی پین میں ڈال کر شوربہ بنا کر دن میں ایک مرتبہ استعمال کریں۔☆ قبض ہو تو میتھی کا ساگ کھائیں۔☆ کلونجی کھانے سے معدے کی کمزوری دور ہوجاتی ہے۔☆ اگر لڑکیوں کو ماہواری کم آتی ہو تو تل اور کالے چنے بھگو کر صبح ابال کر اس کا پانی استعمال کریں تو یہ کمی دور ہوجائیگی۔

عبقری کی بددیانتی اور ادویات کا نقصان

ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کردیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ آخر آپ عبقری کو بددیانت' بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس صورت میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ **حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کریں۔** (ادارہ)

مسائل کے حل میں مناجات کا کردار

بنت صدیق' سرگودھا

وہی شخص ذکر و دعا میں مصروف رہتا ہے جس کے دل میں یہ بس گیا ہو کہ حاجت روا کرنا اور ہر قسم کی تکلیف رفع کرنا' صرف اور صرف اللہ کے اختیار میں ہے تا کہ اس کی عظمت اور اسی سے محبت کا جذبہ دل میں ہر وقت بیدار رہے

اوقات نماز میں تو بندہ اپنے پروردگار سے رجوع ہو کر اس کے ارکان مخصوص ہیئت اور شرائط کے ساتھ بجالاتا ہے اور فرض وسنت ادا کرتا ہے لیکن اللہ کو ہر وقت یاد کرنا ایک بندہ مومن کا شعار ہے وہ گھر میں ہو یا گھر سے باہر' سفر میں ہو یا حضر میں' بیٹھا ہو یا لیٹا ہو' کاروبار کی تگ ودو میں ہو یا میدان جہاد کی ہماہمی میں وہ ہر وقت ہر آن اور ہر موقع محل پر اس کو دل سے اور زبان سے یاد کرسکتا ہے۔ ان عبادتوں کو تسبیح و تہلیل' تحمید وتکبیر ذکر اور دعا استفادہ اور استغفار کے ناموں سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ خود حضور نبی کریم ﷺ کے بارے میں آپ ﷺ کے دیکھنے والوں کی شہادت ہے کہ ''آپ ﷺ ہر وقت خدا کو یاد کرتے تھے'' ایک صحابی رضی اللہ عنہ نے آپ ﷺ سے عرض کیا کہ یارسول اللہ ﷺ! ایسی بات بتادیجئے جس پر میں دائماً عمل پیرا رہوں آپ ﷺ نے فرمایا: ''خدا کے ذکر سے ہر وقت تمہاری زبان تر رہے'' سورۂ آل عمران میں ہے ترجمہ: ''اہل عقل وہ لوگ ہیں جو اللہ کو کھڑے بیٹھے اور لیٹے ہوئے یاد کرتے ہیں۔'' سورۂ احزاب میں ہے۔ ترجمہ: ''اللہ کو کثرت سے یاد کرو اور صبح وشام اس کی پاکی بیان کرو۔''

عبادت کا مغز دعا ہے۔ (حدیث) ترمذی اور ابوداؤد نے یہ حدیث نقل کی ہے کہ ایک بار آپ ﷺ نے فرمایا ''دعا ہی عبادت ہے'' یہ فرمانے کے بعد آپ ﷺ نے قرآن پاک کی یہ آیت تلاوت فرمائی۔ ترجمہ: ''تمہارے رب نے کہا مجھ سے دعا مانگو میں قبول کروں گا جو لوگ میری عبادت سے سرتابی کرتے ہیں' عنقریب ذلیل ہو کر جہنم میں داخل ہوں گے۔ (مومن آیت 60)

نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص اللہ پاک سے نہیں مانگتا اللہ پاک اس سے غصے ہوتا ہے۔ (ترمذی)

دعا فطرت انسانی کی پکار ہے' قرآن نے اس فطرت کو ان الفاظ میں بیان فرمایا ہے ترجمہ: ''جب انسان کو کوئی تکلیف چھو جاتی ہے تو وہ اپنے رب کو پوری طرح رجوع ہو کر پکار اٹھتا ہے۔'' (زمر 8)

وہی شخص ذکر و دعا میں مصروف رہتا ہے جس کے دل میں یہ بس گیا ہو کہ حاجت روا کرنا اور ہر قسم کی تکلیف رفع کرنا' صرف اور صرف اللہ کے اختیار میں ہے تا کہ اس کی عظمت اور اسی سے محبت کا جذبہ دل میں ہر وقت بیدار رہے' اس کے حضور بے چارگی' کمتری اور افتقار کی وہ کیفیت پیدا ہو جو ایمان کی روح اور اسلام (یعنی کامل سپردگی) کا تقاضا ہے۔ آدمی اپنا درد وغم اسی سے کہے جو کچھ مانگے اسی سے مانگے اس کی نظر اللہ پاک کے سوا اور کسی کی طرف نہ اٹھے۔ اللہ پاک نے فرمایا میں نے نماز کو اپنے اور اپنے بندے کے درمیان برابر سے تقسیم کردیا ہے اور میرے بندے نے جو مانگا وہ اسے ملا جب وہ اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ کہتا ہے تو اللہ پاک فرماتا ہے میرے بندے نے میری حمد بیان کی جب وہ رحمن اور رحیم کہتا ہے تو اللہ پاک فرماتا ہے میرے بندے نے میری ثناء کی پھر جب وہ کہتا ہے مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ تو اللہ پاک فرماتا ہے میرے بندے نے میری برتری اور بزرگی بیان کی (ایک حدیث میں ہے کہ) میرے بندے نے خود کو میرے حوالے کردیا پھر جب وہ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ کہتا ہے تو اللہ پاک فرماتا ہے میرے اور میرے بندے کے راز ونیاز کی بات ہے جو اس نے مانگا وہ اسے مل گیا پھر جب وہ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ سے وَلَا الضَّآلِّيْنَ تک کہتا ہے تو اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ یہ سارا میرے بندے کا حصہ ہے اور جو کچھ اس نے مانگا وہ میرے بندے کو دیدیا گیا۔

بندے کی اس عاجزی و خاکساری کا اظہار سب سے زیادہ سجدے کی حالت میں ہوتا ہے یہ حالت قرب خداوندی کا سب سے مؤثر ذریعہ بنتی ہے۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد مبارک ہے ''بندہ اپنے رب سے سب سے زیادہ قریب سجدے کی حالت میں ہوتا ہے تو اس حالت میں کثرت سے دعا کیا کرو۔''

تمام عبادات جن میں اللہ کا ذکر اور دعائیں شامل ہیں ان سب کا مقصد بندے کو اپنے رب سے قریب کرنا اور اس سے گہرا تعلق قائم کرنا ہے تا کہ حاجت مندیوں اور نیاز مندیوں کا تعلق مخلوق سے ٹوٹ کر خالق سے جڑ جائے اور اس کے دل میں خدا کی عبدیت کا احساس اتنا راسخ ہو جائے کہ وہ اپنے تمام مراسم عبودیت' اپنے جسم وجان' اپنی زندگی اور موت اور اپنی تمام خواہشیں محض اللہ کیلئے وقف کردے اور

جھوٹ کا سب سے بڑا قاتل وقت

مولانا وحید الدین خان

حالی نے ان بے ہودہ مخالفتوں کا کوئی جواب نہیں دیا۔ وہ خاموشی کے ساتھ اپنا کام کرتے رہے

الطاف حسین حالی پانی پتی ایک انقلابی ذہن کے آدمی تھے' انہوں نے اردو ادب میں اصلاح کی تحریک چلائی۔ انہوں نے قدیم اردو شاعری پر سخت تنقید کی۔ انہوں نے کہا کہ اردو شاعری مبالغہ اور عشق و عاشقی اور فرضی خیال آرائی کا مجموعہ ہے۔ اس کے بجائے اس کو بامقصد شاعری ہونی چاہیے۔ اس کا ایک نمونہ انہوں نے خود ''مسدس'' کی صورت میں پیش کیا۔ حالی کی یہ تنقید ان لوگوں کو بہت بری لگی جو اردو شاعری پر ناز کرتے تھے اور اس کو اپنے لیے فخر بنائے ہوئے تھے۔ چنانچہ حالی کے خلاف نہایت نازیبا قسم کے مضامین شائع ہونا شروع ہوئے۔ لکھنو کا اخبار ''اودھ پنچ'' اکثر نہایت برے انداز میں ان کے خلاف لکھتا اور اس کا عنوان ان الفاظ میں قائم کرتا:

ابتر ہمارے حملوں سے حالی کا حال ہے
میدان پانی پت کی طرح پائمال ہے

حالی نے ان بے ہودہ مخالفتوں کا کوئی جواب نہیں دیا۔ وہ خاموشی کے ساتھ اپنا کام کرتے رہے۔ آخرکار چند سال کے بعد وہ لوگ تھک کر چپ ہو گئے۔ کسی نے حالی سے سوال کیا کہ آپ کے مخالفین کیسے خاموش ہو گئے؟ اس کے جواب میں حالی نے کسی کا نام لیے بغیر یہ شعر کہا:

کیا پوچھتے ہو کیوں کر سب نکتہ چیں ہوئے چپ
سب کچھ کہا انہوں نے پر ہم نے دم نہ مارا

جھوٹی مخالفتوں کا سب سے زیادہ آسان اور کارگر جواب یہ ہے کہ اس کا کوئی جواب نہ دیا جائے۔ جھوٹی مخالفت ہمیشہ بے بنیاد ہوتی ہے۔ اس کیلئے مقدر ہوتا ہے کہ وہ اپنے آپ ڈھ پڑے۔ ایسی مخالفت کا جواب دینا گویا اس کی مدت عمر میں اضافہ کرنا ہے۔ اگر آدمی صبر کرلے تو بے جڑ درخت کی طرح ایک روز وہ اپنے آپ گر پڑے گی۔ وہ کبھی دیر تک خدا کی زمین پر قائم نہیں رہ سکتی۔

جھوٹ کا سب سے بڑا قاتل وقت ہے۔ آپ آنے والے وقت کا انتظار کیجئے اور اس کے بعد آپ دیکھیں گے کہ وقت نے اس فتنہ کو زیادہ کامل طور پر ہلاک کردیا ہے جس کو آپ صرف ناقص طور پر ہلاک کرنے کی تدبیر کررہے تھے۔ اس تدبیر کا تعلق کسی ایک معاملہ سے نہیں جس معاملہ میں بھی خاموش انتظار کی یہ تدبیر اختیار کی جائے گی آخرکار وہ کارگر ثابت ہوگی۔

ازدواجی زندگی میں سکون کے راز

زریاب نثار' لاہور

خوب سے خوب تر کی تلاش نے آج کے انسان کا سکون چھین لیا ہے۔ اکثر گھرانے اسی وجہ سے ٹوٹ پھوٹ جاتے ہیں کہ وہ قناعت پسند نہیں ہوتے۔ قدرت نے آپ کو جس قدر نوازا ہے اسی میں خوش اور مطمئن رہنے کی کوشش کریں۔

ایک کامیاب گھر مرد اور عورت دونوں کی کوششوں کا نتیجہ ہوتا ہے کیونکہ یہی وہ بنیادی ستون ہیں جن پر گھر کی عمارت کھڑی ہوتی ہے۔ خدانخواستہ ان دونوں میں سے کوئی ایک بھی اپنا کردار ادا کرنا چھوڑ دے تو عمارت کے قائم رہنے کے امکانات ختم ہو کر رہ جاتے ہیں۔ آیئے! ہم آپ کو چند تجاویز کے بارے میں بتاتے ہیں جن پر عمل پیرا ہو کر میاں بیوی ایک کامیاب گھر تشکیل دے سکتے ہیں۔

تحمل و برداشت سے کام لینا: شادی شدہ زندگی میں سب سے پہلے جس چیز سے انسان کا واسطہ پڑتا ہے وہ یہی دو الفاظ ہیں۔ مرد ہو یا عورت دونوں کو ایسی بہت ساری چیزوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے جو ان کے مزاج کے برعکس ہوتی ہیں۔ لہٰذا خود میں تحمل و برداشت کا مادہ پیدا کیجئے۔ آپ خلاف مزاج بات پر جس قدر زیادہ غصے کا اظہار کریں گے معاملات اسی قدر پیچیدہ ہوتے جائیں گے۔ آپ یہ بات ذہن میں رکھیں کہ اگر آپ نے گھر بچانا ہے تو تحمل اور برداشت سے کام لینا پڑے گا۔ خواہ یہ معاملہ گھر کے کسی فرد سے ہی متعلق کیوں نہ ہو۔

پیار و محبت سے بات منوائیں: بعض مردوں اور بعض خواتین کی یہ عادت ہوتی ہے کہ وہ ہر کام میں حکم چلانا اپنا فرض سمجھتے ہیں۔ اگر آپ میں اس طرح کی عادت ہے تو یقین کیجئے اس کے نقصانات کا آج نہیں تو کل آپ کو سامنا کرنا پڑے گا۔ لہٰذا اس عادت سے چھٹکارا حاصل کریں۔ عام حالات میں پیار کی زبان سب سے زیادہ اثر انگیز ہوتی ہے۔

معذرت کرنے میں پہل کریں: انسان خطا کار ہے۔ میاں بیوی اگر کسی معاملے میں الجھ جائیں اور بات ناراضگی تک پہنچ جائے تو غلطی پر معذرت کرنے میں اپنی تحقیر محسوس نہ کریں۔ معذرت کرنے سے کبھی دوسرے فرد کی نظر میں آپ کی عزت کم نہیں ہوتی بلکہ اس میں اضافہ ہی ہوتا ہے اور اگر بغیر قصور کے بھی آپ صلح میں پہل کرتے ہیں تو یہ بھی آپ کے بڑے پن کا ثبوت ہے اور ایسی بات نہیں کہ گھر کا کوئی فرد آپ کے اس بڑے پن کو محسوس نہ کرے۔

خواہشات کے غلام نہ بنیں: کبھی کسی چیز کی خواہش کرنے سے قبل اپنی مالی حیثیت کو نظر انداز نہ کریں اور نہ اپنی زندگی کو ذاتی خواہشات کی تکمیل تک محدود کر دیں۔ صاف سی بات ہے کہ اگر ہم دوسروں کیلئے کچھ نہیں کریں گے تو ان سے کیسے توقع رکھیں گے کہ وہ بھی ہمارے لیے کچھ کریں۔ ''لہٰذا کچھ دو اور کچھ لو'' کے تحت زندگی گزاریں۔

تھوڑے میں خوش رہنا سیکھیں: خوب سے خوب تر کی تلاش نے آج کے انسان کا سکون چھین لیا ہے۔ اکثر گھرانے اسی وجہ سے ٹوٹ پھوٹ جاتے ہیں کہ وہ قناعت پسند نہیں ہوتے۔ قدرت نے آپ کو جس قدر نوازا ہے اسی میں خوش اور مطمئن رہنے کی کوشش کریں۔

میانہ روی اختیار کریں: میانہ روی زندگی کے ہر معاملے میں کامیابی کی کنجی ہے اور کسی بھی چیز کی زیادتی ہمیشہ نقصان کا باعث بنتی ہے۔ لہٰذا کوئی بھی معاملہ ہو میانہ روی کو ضرور سامنے رکھیں۔ جب بھی آپ کوئی ایسا کام کریں گے جو آپ کے وسائل سے زیادہ ہو تو پریشانی ہی کا سامنا کرنا پڑے گا۔ یوں گھر کی فضا ناخوشگوار ہو جائے گی۔

سب کو وقت دیں: یہی نہیں کہ آپ صرف کاروبار دفتر کے ہو کر رہ جائیں گھر کے دیگر افراد بھی آپ کی محبت توجہ اور وقت کے طالب ہوتے ہیں۔ لہٰذا بچوں' بڑوں' بزرگوں سب کو جتنا ہو سکے وقت دیں۔ ان کے دکھ سکھ بانٹیں اور ان کی خوشیوں میں شریک ہوں۔

بچوں میں امتیاز نہ برتیں: اکثر گھروں میں دیکھنے میں آیا ہے کہ ماں باپ بعض بچوں کو ایک دوسرے پر فوقیت دیتے ہیں۔ ایسا مت کریں۔ اس سے نظر انداز شدہ بچوں میں باغیانہ جذبات جنم لیتے ہیں اور فوقیت حاصل کرنے والے بچے لاڈ پیار سے بگڑ سکتے ہیں۔

میاں اور بیوی کیلئے ایسا گر بتاتے ہیں جس پر عمل کیا جائے تو گارنٹی کے ساتھ گھر جنت کا باغ بن جائے گا۔ کیونکہ ہم پہلے ذکر کر چکے ہیں کہ میاں بیوی کو آپس میں رہنے کیلئے حوصلہ اور غیر مناسب باتوں پر درگزر کی ضرورت ہے وہ گُر کیا ہے اس کی تفصیل حسب ذیل ہے:۔

ہمارے معاشرے میں بہو اور ساس کے درمیان بہت فاصلہ ہے حالانکہ اسلام کی روح سے دیکھا جائے تو ساس ماں کی حیثیت رکھتی ہے اور بہو بیٹی کی حیثیت رکھتی ہے اگر کوئی توجہ کرے تو جب ساس اپنی بہو کو بیاہ کر لاتی ہے تو اس کو اگر سگی بیٹی جیسا درجہ دے تو اس کا نتیجہ یہ نکلے گا کہ جب اس سے کوئی غلطی ہو جائے گی تو اس کو معاف کر دے گی' اس کو کوئی طعنہ کوئی بات کوئی زبان درازی نہیں کرے گی اور ایسے ہی بہو اپنی ساس کو سگی ماں جیسا درجہ دے تو اس کا نتیجہ یہ نکلے گا اگر ساس نے اس کو کسی مسئلے پر ڈانٹا یا کوئی بری بات کہہ دی تو وہ اس کو برا نہ سمجھے گی اور نہ اس سے بدتمیزی کرے گی۔

عورت اپنے شوہر کے ساتھ حسن سلوک کے ساتھ زندگی گزارے گی اس کی باتوں کو اس کی ڈانٹ ڈپٹ پر صبر کرے گی تو ایک نہ ایک دن خاوند کو یہ احساس ہو ہی جائے گا کہ میں غلط ہوں اور وہ اپنی زبان درازی بند کر دے گا اور شوہر کو بھی چاہیے کہ وہ زبان دراز بیوی کی باتوں پر صبر کرے اور اس کو پیار سے سمجھائے۔

مؤلف کا تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں

① الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ② ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔ (ادارہ) ③ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

وضو کریں اور پاگل خانے سے بچ جائیں

کہنے لگا کہ یہ ابھی تم نے کیا کیا ہے میں نے کہا وضو کیا۔ کہنے لگا کہ روزانہ کرتے ہو۔ میں نے کہا روزانہ بلکہ دن میں پانچ بار کرتا ہوں وہ حیران ہوا اور کہنے لگا یہاں مینٹل دماغی امراض کے لیے ہسپتال ہے میں اس میں سرجن ہوں' سوچتا رہتا ہوں

فرانسیسی سرجن اور پاگل خانے (مسح کرنا): ہمارے ایک دوست فرانس گئے وہ فرماتے ہیں کہ میں وہاں وضو کررہا تھا اور ایک آدمی غور سے کھڑا دیکھ رہا تھا میں نے محسوس تو کیا لیکن میں وضو کرتا رہا جب میں نے وضو مکمل کرلیا تو اس نے مجھے بلا کر پوچھا آپ کون ہیں؟ میں نے کہا کہ میں مسلمان ہوں' اس نے کہا کہاں سے آئے ہو؟ میں نے کہا پاکستان سے۔ کہنے لگا کہ پاکستان میں کتنے پاگل خانے ہیں۔ بڑا عجیب سا سوال تھا۔ میں نے کہا کہ دو یا چار ہیں۔ بہرحال مجھے تو پتہ ہی نہیں وہ کہنے لگا تم نہیں جانتے۔ کہنے لگا کہ یہ ابھی تم نے کیا کیا ہے میں نے کہا وضو کیا۔ کہنے لگا کہ روزانہ کرتے ہو۔ میں نے کہا روزانہ بلکہ دن میں پانچ بار کرتا ہوں وہ حیران ہوا اور کہنے لگا یہاں مینٹل دماغی امراض کے لیے ہسپتال ہے میں اس میں سرجن ہوں' سوچتا رہتا ہوں تحقیق کرتا رہتا ہوں کہ لوگ پاگل کیوں ہوتے ہیں؟

پھر کہنے لگا ''میری تحقیق یہ ہے کہ انسان کے دماغ سے سگنل پورے جسم میں جاتے ہیں اور ہمارے جسم کے اعضاء کام کرتے ہیں اور ہمارا دماغ ہر وقت (Fluid) کے اندر FLOAT کررہا ہے اس لیے ہم بھاگتے ہیں کودتے ہیں' دوڑتے ہیں پھرتے ہیں اور دماغ کو کچھ نہیں ہوتا اگر وہ کوئی RIGID چیز ہوتی تو اب تک ٹوٹ چکی ہوتی اللہ تعالیٰ نے اس کو (FLUID) کے اندر رکھا ہے۔ اس دماغ سے چند باریک رگیں (CONDUCTOR) بن کر آرہی ہیں اور رگیں ہماری گردن کی پشت سے پورے جسم کو جاتی ہیں۔''

سرجن مزید کہنے لگا: ''میں نے جو ریسرچ کی ہے اگر بال بہت بڑھا لیے جائیں اور گردن کی پشت کو خشک رکھا جائے تو ان رگوں کے اندر کئی دفعہ خشکی پیدا ہوجاتی ہے اور انسان کے جسم پر پھر اس کا اثر ہوتا ہے۔

کئی دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ انسان کا دماغ کام کرنا چھوڑ دیتا ہے اس لیے ڈاکٹر نے سوچا اس جگہ (یعنی مسح والی جگہ کو) دن میں دو چار بار ضرور تر رکھا جائے کہنے لگا ابھی میں نے آپ کو دیکھا کہ آپ نے ہاتھ منہ تو دھویا ہی ہے لیکن یہاں گردن کی پچھلی طرف بھی آپ نے کچھ کیا ہے اس لیے وہ ڈاکٹر کہنے لگا آپ لوگ پھر کیسے پاگل ہوسکتے ہیں مزید یہ کہ مسح سے لولگنا اور گردن توڑ بخار کا خاتمہ ہوتا ہے۔''

سر انسان کے تمام اعضاء میں سب سے زیادہ اہمیت رکھتا ہے تمام اعضاء کے افعال کا تعلق دماغ سے رہتا ہے۔ وضو سے دماغی ارتعاشات (تحریکات) سب سے زیادہ طاقتور ہونے لگتے ہیں۔ سر کے مسح سے گھٹیا' چکر' زکام' نیند کی کمی وغیرہ کی تکالیف میں کمی ہوتی ہے اور بینائی تیز ہوتی ہے' دماغی ٹھنڈک سے سکون ہوتا ہے۔ **سر کا مسح اور دماغ کی تسکین:** ہم سر پر گیلا ہاتھ پھیریں گے تاکہ بالوں پر چڑھا ہوا گرد وغبار دور ہوجائے اور کھوپڑی کے اندر ڈھکا ہوا دماغ تسکین حاصل کرے۔ ہمارے دماغ کو دن میں پانچ دفعہ ہلکی سردی کا غسل دینے سے اس میں تیزی آنے کا خطرہ ٹل جائے گا اور ہم دل جمعی سے خدا کی یاد اور دنیا کے دھندوں میں وقت دے سکتے ہیں۔ **مسح کرنا اور کان کی بیماریاں:** ہم مسح کرتے وقت شہادت کی انگلیاں کانوں میں ڈالتے ہیں اس سے کان کی صفائی ہوجاتی ہے اور انگلیوں کے ساتھ پانی کان میں پہنچ جاتا ہے اس سے سننے کی صلاحیت تیز ہوتی ہے اور کانوں کے پیچھے جو خالی جگہ ہوتی ہے جہاں پر بال نہیں ہوتے اس کو تر کرنے سے انسان نظر کی کمزوری سے محفوظ رہتا ہے اور اس سے ہمیشہ نظر ٹھیک رہتی ہے اور نظر تیز ہوجاتی ہے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

پوشیدہ

روحانی کیفیت

محترم حکیم صاحب! میرے اوپر جس قسم کا جادو ہوا تھا اس کا ٹوٹنا ناممکن تھا لیکن اللہ پاک نے اسے آپ کے ذریعے سے توڑنا ممکن بنا دیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! الحمدللہ آج آپ کا بتایا ہوا وظیفہ سوا لاکھ مکمل کرلیا ہے اور میں اس وظیفے کو کبھی بھی مکمل نہ کرپاتی اگر اللہ پاک کی مدد اور آپ کی ہمدردی اور رہنمائی نہ ملتی' میرے لیے خصوصی دعا فرمائیں کہ اللہ پاک اس وظیفے کو میرے اور میرے گھر والوں کیلئے دنیا و آخرت میں نجات کا ذریعہ بنا دے اور اس کے پڑھنے میں کوئی کمی بیشی' سستی ہوگئی ہو تو معاف فرما کر اپنی بارگاہ الٰہی میں قبول فرمائے اور اس وظیفے کی برکت سے ہمارے سارے مسائل کو حل کردے۔

محترم حکیم صاحب! میرے اوپر جس قسم کا جادو ہوا تھا اس کا ٹوٹنا ناممکن تھا لیکن اللہ پاک نے اسے آپ کے ذریعے سے توڑنا ممکن بنا دیا اور آپ کے پاس ہی آکر مجھے پتہ چلا ہے کہ میں کچھ بھی محسوس نہیں کرسکتی تھی' پتھر کا مجسمہ ہوں' بالکل بیکار ہوں' آپ نے میرا لاکھوں کا کام صرف اور صرف انسانی ہمدردی کے تحت فی سبیل اللہ کیا آپ کے اور آپ کے گھر والوں کیلئے ہمیشہ دعائیں کرتی رہوں گی۔ آپ کی نیت بہت ہی خالص ہے آپ کا مقصد صرف اور صرف اللہ کی رضا کیلئے کام کرنا ہوتا ہے ایسی خالص نیت والا انسان میں نے آج تک کبھی زندگی میں نہیں دیکھا۔

ویسے تو میں نے زندگی میں کوئی بھی اچھا عمل نہیں کیا بس ایک ہی عمل یاد ہے جو میں کرتی ہوں میں ہر نماز میں کوئی بھی سورۂ پڑھنے سے پہلے سورۂ اخلاص ضرور پڑھتی ہوں' شاید میرا یہی عمل ہے جس کی بدولت اللہ پاک نے مجھے اتنی بڑی دلدل سے نکالا۔ میری ساری زندگی جنات و شیاطین کی قید میں گزر گئی' میری زندگی بڑے کرب کی حالت میں گزری ہے' تھوڑی سی زندگی رہ گئی ہے اس میں کاش اب کسی ایسے شخص کا ساتھ نصیب ہوجائے جو دین کی مکمل سمجھ رکھتا ہو' جس کے ساتھ رہ کر میں آخرت کیلئے کچھ کرسکوں جس کو میں قرآن پاک سنا سکوں' قرآن پاک اور حدیث شریف کا ترجمہ بالکل بھول چکی ہوں وہ بھی پھر سے یاد کرسکوں' درس دینے کی بہت ہی خواہش ہے دعا کریں اللہ پاک میری ان تمام نیک خواہشات کو پورا فرمادے۔ آمین۔ محترم حکیم صاحب میرا نام شائع مت کیجئے گا۔

والدین کی چپقلش کے خوفناک نتائج

مدحت رسول' لاہور

تبسم کے بھائی نے بتایا کہ میں زیادہ تر وقت اپنے کمرے میں گزارتا ہوں' میرا کوئی قریبی دوست بھی نہیں ہے سوائے اپنی بہن کے۔شادی کے بارے میں بھی ہم دونوں کے خیالات مختلف نہیں ہیں۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ انتہائی نازک' غیر پائیدار قسم کا رشتہ ہے اور میرا خیال ہے کہ اذیت ناک بھی ہے۔

والدین کا رشتہ بڑا مقدس ہوتا ہے۔ماں باپ کے بغیر بچوں کی دنیا کبھی مکمل نہیں ہوسکتی۔یہی وجہ ہے کہ بچے کی فطری طور پر یہ خواہش ہوتی ہے کہ اس کے والدین ہر لحاظ سے مکمل ہوں۔ اس طرح ہر عورت کا یہ خواب ہوتا ہے کہ اس کا ایک پرسکون گھر ہو جبکہ خوشگوار ازدواجی تعلقات بھی ہر مرد اور عورت کی ضرورت ہوتے ہیں لیکن عام طور پر بہت کم خاندان ایسے ہیں جہاں یہ تمام مثبت چیزیں ایک ساتھ دیکھنے کو ملتی ہوں

ایک انگریز کا مقولہ: ایک انگریز کا مقولہ ہے کہ جب ''دو افراد ایک ساتھ خاندانی زندگی گزارنے کا اہتمام کرتے ہیں تو دراصل وہ اپنے لیے مستقل دباؤ کا ذریعہ تشکیل دیتے ہیں''، مگر کوئی بھی شخص اس مقولے سے پوری طرح اتفاق نہیں کرسکتا۔اگر ایسا ہو تو دنیا سے نہ صرف خاندانی نظام کا خاتمہ ہو جائے بلکہ اخلاقی اقدار کا وجود بھی باقی نہ رہے۔دنیا کے ہر مذہب نے شادی کے مقدس بندھن کو صرف تسلیم ہی نہیں کیا بلکہ اسے ایک صاف ستھرے اور آئیڈیل معاشرے کیلئے لازمی قرار دیا ہے تاہم جب دو افراد ایک ساتھ زندگی گزارتے ہیں تو بعض اوقات سوچوں میں اختلاف جھگڑے کی صورت میں سامنے آتا ہے۔ اختلاف رائے ہونا کوئی بری چیز نہیں ہے بلکہ دیکھا جائے تو یہ ازدواجی زندگی کا حسن ہے۔

لڑائی کے بچوں پر اثرات: ہمارے معاشرے میں لاتعداد جوڑے موجود ہیں جن کے درمیان نہ ختم ہونے والی لڑائیاں جاری ہیں لیکن وہ محض بچوں کی وجہ سے ایک دوسرے کے ساتھ جڑے رہنے پر مجبور ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ ایسے والدین کے بچوں پر ماں باپ کی لڑائی کے انتہائی ناخوشگوار نفسیاتی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ہمارے ہاں بے شمار ایسی مثالیں ہیں' ایسے بیشتر گھرانے موجود ہیں جہاں بچے اسی طرح کے ماحول میں انتہائی دباؤ اور پریشانی کی زندگی گزار رہے ہیں کیونکہ ان کے والدین کے تعلقات اچھے نہیں تھے۔

ہماری ایک جاننے والی تبسم اے خان کی ذہنی حالت اتنی خراب ہوگئی تھی کہ اسے ماہر نفسیات سے رجوع کرنا پڑا۔تبسم کے مطابق والدین کے مسلسل اور مستقل جھگڑوں نے اسے بیمار کردیا ہے۔وہ جانتی ہے کہ اس کی بیماری کی اصل وجہ اس کے والدین کے درمیان ہونے والی آئے دن کی لڑائیاں ہیں۔تبسم نے بتایا کہ اس کے والدین ایک دوسرے کا قطعی احترام نہیں کرتے اور ہم سے مخاطب ہوتے ہی ''تمہارا باپ' تمہاری ماں'' کے الفاظ استعمال کرتے ہیں اور لڑائی کے دوران تو ان کے الفاظ کہیں زیادہ سخت ترین ہوتے ہیں۔ تبسم کے مطابق دونوں ارادی یا غیر ارادی طور پر یہ کوشش کرتے ہیں کہ ہم ان میں سے کسی ایک کی طرف داری کریں' ہمارا گھر میدان جنگ ہے اور کوئی نہیں کہہ سکتا کہ پہلا فائر کب اور کون کس وقت کردے؟ اس ماحول نے مجھے اور میرے بھائی کو والدین سے دور کردیا ہے' ہماری کوشش ہوتی ہے کہ ہماری دونوں میں سے کسی سے بھی کوئی بات نہ ہو۔

تبسم کے بھائی نے بتایا کہ میں زیادہ تر وقت اپنے کمرے میں گزارتا ہوں' میرا کوئی قریبی دوست بھی نہیں ہے سوائے اپنی بہن کے۔شادی کے بارے میں بھی ہم دونوں کے خیالات مختلف نہیں ہیں۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ انتہائی نازک' غیر پائیدار قسم کا رشتہ ہے اور میرا خیال ہے کہ اذیت ناک بھی ہے۔

ماہر نفسیات کا اتفاق: ماہر نفسیات کا اس بات پر اتفاق ہے کہ ایسے والدین جو بچوں کے سامنے لڑتے جھگڑتے ہیں بچوں کی شخصیات تبدیل کرکے رکھ دیتے ہیں۔شعبہ نفسیات کی ایک پروفیسر نے کہا کہ ایسے والدین کو میرا مشورہ ہے کہ خدا کیلئے وہ بچوں کے سامنے لڑائی نہ کریں۔ماں باپ کے جھگڑے بچوں کو شناختی بحران کی طرف لے جاتے ہیں بلکہ بچوں پر ذہنی ہی نہیں جسمانی حوالے سے بھی اثر انداز ہوتے ہیں' عزت نفس متاثر ہوتی ہے اور ان کا خود پر سے اعتماد جاتا رہتا ہے اور اس کے اثرات زندگی بھر بچوں میں دیکھے جاسکتے ہیں۔انہوں نے مزید کہا کہ خود اعتمادی اور عزت نفس ایک ایسا عنصر ہے جو مضبوط شخصیت سازی کیلئے بنیادی کردار کا حامل ہے۔

بعض ماہرین کا کہنا ہے کہ جن بچوں کے والدین آپس میں لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں وہ بعض اوقات اپنے ہم عمر بچوں کے مقابلے میں زیادہ باشعور اور سمجھداری کا مظاہرہ کرتے ہیں' تعلیم پر توجہ دیتے ہیں اور ان میں جلد سے جلد خود اعتماد اور آزاد زندگی گزارنے کا احساس بڑی تیزی سے پیدا ہوتا ہے وہ خود کو مثالی والدین بنانے کے بارے میں بھی سوچتے ہیں اور کسی حد تک اس میں کامیاب بھی رہتے ہیں تاہم بعض ماہری نفسیات اس سے اتفاق نہیں کرتے' ان کا کہنا ہے کہ ضروری نہیں ہمیشہ ایسا ہی ہو بلکہ ایسے بچوں کیلئے اپنے شریک زندگی سے خوشگوار تعلقات رکھنے میں بھی مشکلات پیش آسکتی ہیں۔

ڈاکٹر فوزیہ کے مطابق جہاں والدین کے تعلقات آپس میں اچھے نہیں ہوتے وہاں بچوں میں مختلف امراض میں مبتلا ہونے کے بھی امکانات دیگر خاندانوں کے مقابلے میں کہیں زیادہ ہوتے ہیں۔ اس کی مثال انہوں نے اٹھارہ سالہ مدحت کی پیش کی ہے جو چھاتی کا آپریشن کرواچکی ہے۔ ڈاکٹر فوزیہ کا کہنا ہے کہ ایسے بچوں میں جسمانی مسائل بھی پیدا ہوجاتے ہیں اور اس کی وجہ وہ مستقل دباؤ ہوتا ہے جس سے وہ گزر رہے ہوتے ہیں۔ان کا دفاعی نظام انتہائی کمزور ہوجاتا ہے اور عام طور پر ایسے ہی گھرانوں کے بچے نشہ کرتے ہیں' اس کے علاوہ چوری' ڈیپریشن' اینگزائیٹی' خودکشی کی کوشش کرنا یا گھروں سے بھاگ جانا یا بلاوجہ لوگوں پر غصہ اتارنا جیسے رویوں کا شکار ہوجاتے ہیں۔

ماہرین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ ایسے والدین جو کسی بھی وجہ سے لڑائی جھگڑوں کے باوجود ایک ساتھ رہنے کا فیصلہ کرچکے ہوتے ہیں یا ایک ساتھ نہ رہنے کے باوجود انہیں اس حقیقت کا علم ہوتا ہے کہ انہیں بہرحال ساتھ ہی زندگی گزارنی ہے اور وہ معاشرے کی حدود یا پھر اپنی بعض مجبوریوں کے باعث الگ زندگی نہیں گزار سکتے تو ان حالات میں وہ خود میں بہتری پیدا کرنے کی کوشش کرسکتے ہیں۔

مسافران آخرت

ادارہ عبقری کے مخلص' حضرت حکیم صاحب کے دیرینہ ساتھی اور خلیفہ مجاز انجینئر محمد سلطان آصف قضائے الٰہی سے وصال پاگئے ہیں۔ مرحوم نہایت متقی اور پرہیز گار تھے' سنت نبویؐ اور جدید سائنس جیسی شہرہ آفاق اور دوسری کئی کتب کا انگلش میں ترجمہ کیا۔ ☆ محمد ذوالفقار شاہدرہ کی نیک صالحہ والدہ محترمہ بعد نماز فجر سی ڈی پر حضرت حکیم صاحب کا درس ہدایت سنتے اور سورۂ کوثر کا ورد کرتے ہوئے دار فنا سے دار بقا کی جانب کوچ کرگئیں۔ ☆ عبقری کے مخلص ساتھی سرفراز کے والد امان اللہ خان صاحب قضائے الٰہی سے وفات پاگئے ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔

بسم اللہ' تمام آفتوں سے نجات کا راستہ

حضرت مولانا سید عبدالقدوس صاحب ترمذی

حدیث شریف میں تصریح ہے کہ گھر کا دروازہ بند کرتے وقت اسی طرح چراغ گل کرتے وقت نیز کھانا کھانے سواری پر سوار ہونے' اترنے' برتن ڈھانکنے کے وقت بسم اللہ کہو' اس سے تسمیہ کی برکت کا بخوبی علم ہوتا ہے۔

حضرت مفتی صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے اپنے رسالہ میں بسم اللہ کے بعض خواص مجربہ تحریر فرمائے ہیں جو افادہ عوام کیلئے انہی کے الفاظ میں پیش کیے جارہے ہیں۔ امید ہے کہ مسلمان ان سے فائدہ اٹھائیں گے۔

ہر مشکل اور حاجت کیلئے: جو شخص بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کو بارہ ہزار مرتبہ اس طرح پڑھے کہ ہر ایک ہزار پورا کرنے کے بعد درود شریف کم از کم ایک مرتبہ پڑھے اور اپنے مقصد کیلئے دعا مانگے' پھر ایک ہزار اور اسی طرح پڑھ کر دعا کرے اور اسی طرح بارہ ہزار کردے تو انشاء اللہ ہر مشکل آسان اور حاجت پوری ہوگی۔

جو شخص بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کے اعداد کے موافق کہ وہ 786 بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کو متواتر سات روز تک پڑھے اور اپنے مقصد کیلئے دعا کرے انشاء اللہ مقصد پورا ہوگا۔

تسخیر قلب کیلئے: جو شخص بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کو چھ سو مرتبہ لکھ کر اپنے پاس رکھے تو لوگوں کے دلوں میں اس کی عظمت وعزت ہوگی کوئی اس سے بدسلوکی نہ کرسکے گا۔

آفات سے حفاظت: جو شخص محرم کی پہلی تاریخ کو ایک سو تیرہ مرتبہ پوری بسم اللہ الرحمن الرحیم کاغذ پر لکھ کر اپنے پاس رکھے گا ہر طرح کی آفات ومصائب سے محفوظ رہے گا۔ مجرب ہے۔

چوری اور شیطانی اثرات سے حفاظت: سونے سے پہلے اکیس مرتبہ پڑھے تو چوری اور شیطانی اثرات سے اور اچانک موت سے محفوظ رہے گا۔

ظالم پر غلبہ: کسی ظالم کے سامنے پچاس مرتبہ پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کو مغلوب کرے گا اور اسے غالب کردیں گے۔

ذہن اور حافظے کیلئے: 786 مرتبہ پانی پر دم کرکے طلوع آفتاب کے وقت پیئے تو ذہن کھل جائے اور حافظہ قوی ہوجائے۔

حب (محبت کیلئے): 786 مرتبہ پانی پر دم کرکے جس کو پلائے اس کو گہری محبت ہوجائے (ناجائز کاموں میں استعمال کرے گا تو وبال کا خطرہ ہے)

اولاد کی حفاظت کیلئے: جس عورت کے بچے زندہ نہ رہتے ہوں' بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کو اکسٹھ مرتبہ لکھ کر تعویذ بنا کر اپنے پاس رکھے تو بچے محفوظ رہیں گے' مجرب ہے۔

کھیتی کی حفاظت اور برکت کیلئے: ایک سو ایک مرتبہ کاغذ پر لکھ کر کھیت میں دفن کردے تو کھیتی تمام آفات سے محفوظ اور اس میں برکت ہو۔

حکام کیلئے: بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کسی کاغذ پر پانچ سو مرتبہ لکھے اور اس پر ڈیڑھ سو مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ پڑھے' پھر اس کا تعویذ اپنے پاس رکھے تو حکام مہربان ہوجائیں۔

دردسر کیلئے: اکیس مرتبہ لکھ کر درد والے کے گلے میں یا سر پر باندھ دیں تو دردسر جاتا رہے' بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کی خصوصیات اور برکات بہت زیادہ ہیں ان میں سے چند بقدر ضرورت لکھی گئیں۔

بسم اللہ کی بعض حرکات: حدیث شریف میں تصریح ہے کہ گھر کا دروازہ بند کرتے وقت اسی طرح چراغ گل کرتے وقت نیز کھانا کھانے سواری پر سوار ہونے' اترنے' برتن ڈھانکنے کے وقت بسم اللہ کہو' اس سے تسمیہ کی برکت کا بخوبی علم ہوتا ہے۔

تفسیر ابن کثیر میں لکھا ہے کہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام ایک قبرستان سے گزرے' آپ کو معلوم ہوا کہ قبر میں مدفون شخص کو عذاب ہورہا ہے پھر کچھ عرصہ بعد وہاں سے گزر ہوا تو معلوم کہ وہ شخص نہایت آرام میں ہے' جب حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے عذاب ٹل جانے کی وجہ پوچھی تو اس نے کہا کہ میرے انتقال کے وقت میری اہلیہ امید سے تھی اس کو اللہ تعالیٰ نے لڑکا عطا فرمایا جب وہ بڑا ہوا تو اس نے دین پڑھانے کیلئے اس کو بھیجا۔ یہ بچہ اپنی توتلی زبان میں بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ پڑھتا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا تیرا بچہ مجھے رحمان اور رحیم کہتا ہے مجھے شرم آتی ہے کہ میں تجھے عذاب دوں۔ لہٰذا میں تجھے نجات دیتا ہوں اب تم جنت میں عیش سے رہو۔

دمہ' ریشہ' نزلہ کیلئے

ایک پاؤ گھیکوار کا گودا' ایک کلو دودھ میں پکالیں جب پک پک کر کھویا بن جائے تو اتارلیں' رات کو سوتے وقت چھوٹی چمچی چائے والی کھالیں بعد میں پانی نہیں پینا' ریشہ پہلے دن ہی نکل جائیگا' سات دن متواتر کھانا ہے۔ **(عاشق حسین' راولپنڈی)**

کریم جب دیتا ہے تو……

شاہد بخاری' جہلم

یہ سن کر وہ چپ ہوگئی لیکن اگلے دن تاکید کردی کہ آج ضرور کچھ لے کر آنا' آپ نے پھر اسی طرح کیا اور پھر وہی جواب بیوی کو دیا

حضرت حبیب عجمی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ بڑے زبردست اللہ والے گزرے ہیں۔ ان کی بیوی شروع میں بڑی بدمزاج تھیں' ایک دن آپ سے کہنے لگی اگر تم کو غیب سے فتوحات نہیں ہوتیں تو جاؤ مزدوری کرو' آپ یہ سن کر گھر سے نکلے کیونکہ ولایت اور دنیاداری آپس میں زیادہ میلان نہیں رکھتی' اس لیے صبح سے شام تک عبادت میں مشغول رہے اور پھر گھر آگئے' مگر دل میں بیوی کی تہدید اور تشدید کے خیال سے سخت پریشان تھے چنانچہ پہلا سوال نیک بخت نے ہی کیا کہ ''تمہاری مزدوری کہاں ہے؟'' آپ نے فرمایا جس نے مجھے کام پر لگایا ہے وہ بڑا کریم ہے' مجھے اس سے جلدی کرتے ہوئے شرم آتی ہے۔

یہ سن کر وہ چپ ہوگئی لیکن اگلے دن تاکید کردی کہ آج ضرور کچھ لے کر آنا' آپ نے پھر اسی طرح کیا اور پھر وہی جواب بیوی کو دیا جب کئی دن اسی طرح گزر گئے تو بیوی بہت بگڑی آج ضرور کچھ اپنے آقا سے مزدوری مانگنا ورنہ اس کا کام چھوڑ دو اور کوئی ٹھکانہ ڈھونڈو' آپ نے فرمایا اچھا میں ضرور مانگوں گا' حسب معمول گھر سے روانہ ہوئے اور اسی طرح یاد الٰہی میں مشغول رہے' شام کو واپس آئے تو ڈرڈر کے گھر میں قدم رکھا' دیکھا کہ دھواں پھیلا ہوا ہے دسترخوان بچھا ہوا ہے اور ان کی بیوی بڑی خوش وخرم ہے اور کہتی ہے کہ جس شخص نے تم کو کام پر رکھا تھا اس نے اتنی مزدوری ہم کو بھیجی کہ وہ کریموں کا ہی کام ہے۔ اس کا قاصد کہہ گیا ہے کہ حبیب سے کہہ دینا کہ وہ ہمارا کام خوب دل لگا کر کرے اور یاد رکھے کہ جو دیر ہم نے کی وہ باعث بخل و ناداری کے نہ تھی اس کے بعد اس نے اشرفیوں کے توڑے دکھائے' عجمی رونے لگے…………!

ہر قسم کے درد کا روحانی علاج

ہم نے یہ عمل کئی دفعہ کیا ہے جس سے ہمیں بہت فائدہ پہنچا ہے۔ گھر میں کسی کو کہیں بھی درد یعنی سر یا پسلی وغیرہ میں ہو تو یہی عمل کریں پھر ڈاکٹر کے پاس جانے کی ضرورت پیش نہیں آئیگی۔ عمل: اگر کسی کو پسلی یا سینہ یا کمر میں درد ہو تو دوسرا شخص باوضو ہو کر درد کی جگہ سات مرتبہ یَااَللّٰہُ انگلی سے خالی یا سیاہی وغیرہ سے لکھے اور دن میں سات دفعہ اس عمل کو کرے انشاء اللہ درد جاتا رہے گا۔ **(رخشندہ کوثر)**

بیٹے کی نعمت	گھریلو نا اتفاقی	مجھے ترقی چاہیے	رشتہ جوڑنے کو تیار نہیں	کرائے کا مکان

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

سوتے ہوئے خوف محسوس ہوتا ہے

میں جو کچھ پڑھتی ہوں بہت جلد ذہن سے نکل جاتا ہے' اگر کوئی بات سمجھ میں آجائے تو وہ کسی کے سامنے بالعموم اور استاد کے سامنے بالخصوص بیان نہیں کرسکتی' بات ذہن سے نکل جاتی ہے۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ رات سوتے ہوئے ڈر' خوف محسوس ہوتا ہے۔ ذرا سی آہٹ محسوس ہو تو دل لرز کر رہ جاتا ہے۔ طرح طرح کے خدشات اور اوہام سر اٹھانے لگتے ہیں۔ فون کی گھنٹی بج جائے تو بھی یہی حال ہوجاتا ہے۔

جواب: مندرجہ ذیل باتوں پر عمل کریں: روزانہ چند عمدہ کھجوروں' چھوہاروں پر ایک سو ایک یَارَبِّ الرَّحِیۡم دم کر کے کھالیا کریں۔

2۔ نماز فجر کے فوراً بعد کسی پرسکون اور ہوادار جگہ پر سات بار آہستگی کے ساتھ گہری سانسیں لیں اور نکالیں اور پھر ذہنی یکسوئی کے ساتھ چلتے پھرتے دل ہی دل میں اسم یااللہ کا ذکر دس سے پندرہ منٹ تک کریں۔

3۔ رات سونے سے پہلے باوضو ہوکر ایک بار سورۂ فاتحہ اور چاروں قل پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر کر سو جائیں۔ یہ عمل صرف اکیس دنوں تک کیا جائے۔

میرے میاں شک کرتے ہیں

میری شادی کو گیارہ سال ہوگئے ہیں۔ شادی کے پہلے دن سے لے کر آج تک میرے میاں مجھ پر شک کرتے ہیں۔ بات بے بات پر جھگڑے کرتے ہیں' کبھی پیار سے بات نہیں کی۔ میں ان کو کتنا ہی خوش کرنا چاہوں لیکن وہ اور خفا ہوجاتے ہیں انہیں غیر عورتیں بہت اچھی لگتی ہیں۔ ایک رشتے دار عورت کے سامنے میری بے عزتی کرتے ہیں۔

جواب: سب کاموں سے فارغ ہونے کے بعد رات کو سونے سے پہلے 41 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر بات کیے بغیر بستر پر چلی جائیں۔ آنکھیں بند کر کے شوہر کا تصور کریں اور تصور کرتے کرتے سو جائیں۔ نماز فجر کے بعد سورۃ النساء کی پہلی آیت پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔

مجھے ترقی چاہیے

میں گزشتہ پانچ سال سے ایک ہی پوسٹ پر کام کر رہا ہوں' میں پوری توجہ' دھیان اور ایمانداری سے اپنا کام سرانجام دیتا ہوں مجھ سے سینئر میری تعریف بھی بہت کرتے ہیں لیکن میری ترقی کی طرف کوئی دھیان نہیں دیتا' میں نے لاکھ کوشش کی کہ میری ترقی ہوجائے لیکن پتا نہیں کیا وجہ ہے کہ میری ترقی نہیں ہورہی۔ براہ مہربانی کوئی وظیفہ بتائیں کہ میری ترقی ہوجائے۔ **(محمد عاصم' کراچی)**

جواب: رات کو جلدی سو جائیں۔ گھڑی میں الارم لگادیں۔ صبح ایسے وقت بیدار ہوجائیں کہ فجر کی اذان میں کم از کم پندرہ منٹ باقی ہوں۔ وضو کر کے شمال رخ کھڑے ہوکر دعا کی طرح ہاتھ باندھ لیں۔ سیدھے ہاتھ میں تسبیح پکڑ کر ایک سو ایک بار یَاوَهَّابُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ تین مرتبہ چہرے پر پھیر کر بیٹھ جائیں۔ اذان ہونے تک درود شریف پڑھتے رہیں۔ جب اذان ہوجائے تو حالات سازگار ہونے' کاروبار میں ترقی' ملازمت کے حصول اور پریشانیوں سے نجات کیلئے دعا کریں اور نماز فجر پڑھ کر دوسرے کاموں میں مشغول ہوجائیں۔

ہر قسم کے اثرات کا خاتمہ

سر درد کی مریضہ ہوں اور کئی سالوں سے علاج ہورہا ہے۔ کبھی فائدہ ہوجاتا ہے اور کبھی تکلیف دوبارہ شروع ہوجاتی ہے۔ نیند کی گولیاں بھی استعمال کرتی ہوں اب تو نیند کی گولیوں کی عادی ہوچکی ہوں۔ دل میں بھی درد محسوس ہوتا ہے۔ طبی طور پر دل کی تکلیف نہیں ہے۔ پھیپھڑے بھی ٹھیک ہیں۔ طبیب خون کی کمی اور اعصابی کمزوری بتاتے ہیں۔ میں مسلسل بیماری سے تنگ آچکی ہوں پہلے میرے بال لمبے اور گھنے تھے اب بہت کم ہوگئے ہیں۔ مختلف لوگ مختلف باتیں بتاتے ہیں جس سے میں کوئی نتیجہ نہیں اخذ کرسکتی۔ ہمارے گھر کی حالت یہ ہے کہ ہر شخص کا دل گھر میں گھبراتا ہے۔ اکثر مجھے بھی خوف محسوس ہوتا ہے۔ ہمارے گھر کی چھت سے کئی بار نقش' تعویذات اور پوٹلی میں مختلف چیزیں بند پائی گئیں جس میں سوئیاں' ہلدی اور ایک کاغذ جس پر آدھی ترچھی لکیریں بنی ہوئی تھیں۔ گھر کا ماحول انتشار اور مسائل کی آماجگاہ بن گیا ہے۔ والدہ بیمار رہتی ہیں اور والدین میں عدم اتفاق ہے۔ مالی حالات اگرچہ خراب نہیں ہیں لیکن خرچ بہت زیادہ ہونے لگا ہے ان تمام مسائل نے بھی ذہن پر دباؤ ڈالا ہوا ہے۔

جواب: علی الصباح گھر کے کسی فرد سے کہیں کہ وہ وضو کر کے آپ کو سامنے بٹھائے اور اسم ذات اللہ ایک بار پڑھ کر انگشت شہادت پر دم کر کے اس اسم کو آپ کے سر پر انگلی سے لکھ کر پھر دم کردے۔ اس طرح سات بار کرے۔ عمل کی مدت اکیس روز ہے۔ رات سونے سے پہلے سورۂ فاتحہ پانی پر دم کر کے پی لیا کریں' انشاء اللہ جسمانی تکالیف اور سر درد سے نجات مل جائے گی۔ غذا کا خیال رکھیں۔ زیادہ نمک' چکنائی سے پرہیز کریں اور متوازن غذا کا طبیب کے مشورے سے استعمال کریں۔ گھر کے دیگر معاملات میں اپنے گھر والوں کی ذہنی ہم آہنگی اور اتفاق کا مشورہ دیں اور ان سے کہیں کہ وہ اپنی قوت ارادی استعمال کرتے ہوئے اختلافات سے پرہیز کریں اور صبح شام پانی پر تین بار سورۂ فلق دم کر کے پی لیا کریں۔ اطمینان رکھیں انشاء اللہ ہر قسم کے اثرات کا خاتمہ ہوجائے گا۔

رشتہ جوڑنے کو تیار نہیں

میری دو بیٹیاں ہیں بڑی کی عمر تقریباً 32 سال اور چھوٹی کی عمر 28 سال ہے۔ اللہ کے کرم سے دونوں بیٹے بیرون ملک برسر روزگار ہیں' ہمارے یہاں خاندان میں رشتے کرنے کا رواج ہے لیکن خاندان میں لڑائی جھگڑوں کی وجہ سے اب کوئی بھی ہماری لڑکیوں سے رشتہ جوڑنے کو تیار نہیں ہے۔ ہم نے خاندان سے باہر بچیوں کا رشتہ کرنے کی بہت کوششیں کیں لیکن ابھی تک کوئی بات نہیں بنی' لوگ آتے ہیں بات چلتی ہے مگر رشتہ طے نہیں ہوتا' ہم میاں بیوی پریشانی میں مبتلا ہیں کوئی مناسب حل بتائیں۔ **(فاطمہ' سیالکوٹ)**

جواب: رات کو ایک نیند لے کر آدھی رات کو بیدار ہو جائیں۔ دو رکعت ادا کریں پھر اس کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ 21 مرتبہ سورۂ اخلاص اور 20 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر بیٹیوں کی اچھی جگہ رشتے طے ہونے کی شادی کیلئے دعا کریں۔ دعا کے الفاظ کو بار بار دہرائیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ہر ہفتے کوئی بھی دن مقرر کر کے کچھ صدقہ خیرات کر دیا کریں۔

ذہنی طور پر بچہ

میرا بیٹا جس کی عمر 26 سال ہے وہ جسمانی طور پر نوجوان نظر آتا ہے لیکن ذہنی طور پر بالکل بچہ ہے۔ اپنے ہم عمر لوگوں کے ساتھ رہنے کے بجائے چھوٹے بچوں کے ساتھ رہنا اور ان کے ساتھ کھیلنا اسے زیادہ پسند ہے۔ کپڑے میلے ہو جاتے ہیں لیکن اسے صفائی ستھرائی کا خیال نہیں رہتا۔ اتنی عمر ہونے کے باوجود اس کا بچپن ختم نہیں ہو رہا ہے براہ کرم اس مسئلے کے حل کے لیے کوئی علاج تجویز کر دیں۔ **(ر۔س، راولپنڈی)**

جواب: اکیس اکیس مرتبہ هُوَاللّٰهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُلَهُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِى السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيْزُ الْحَكِيْمُ (الحشر 24) اول و آخر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک پیالی پانی پر دم کر کے صبح و شام پلائیں۔ بیٹے سے کہیں کہ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الٰہی یَاقَوِیُّ کا ورد کرتے رہا کریں۔

یادداشت بہت کمزور ہے

میں اکنامکس میں ماسٹر کر رہا ہوں پچھلے سال میرے تین پیپر رہ گئے تھے اب دوبارہ امتحان ہونے والے ہیں، میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری یادداشت بہت کمزور ہے یادداشت کی کمزوری سے میرے تعلیمی کیریئر پر بہت برے اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ امتحان کے دوران کچھ یاد نہیں رہتا حالانکہ میں سال کے پہلے دن سے تیاری شروع کر دیتا ہوں۔ یہی حالت رہی تو شاید میرا تعلیمی کیریئر تباہ ہو جائے گا۔ دماغی کمزوری اتنی زیادہ ہے کہ معمول کے کاموں میں بھی بہت زیادہ دشواری کا سامنا رہتا ہے اور میں اکثر بھول کا شکار ہو جاتا ہوں۔ **(محمد عمران، سوات)**

جواب: تعلیم سے دل اچاٹ ہو جانے، دماغی کمزوری اور فہم فراست میں کمی دور کرنے کے لیے صبح و شام سورۂ یٰسین کی آیت ایک تا چار۔ اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ٹیبل اسپون شہد پر دم کر کے چاٹیں، اپنے اوپر دم کر لیا کریں اور دعا کریں۔

کسی نے بندش تو نہیں کروادی

میرے چار بیٹے اور تین بیٹیاں ہیں۔ میرا کاروبار بہت اچھا چل رہا تھا لیکن چند ماہ سے کاروبار بالکل ٹھپ ہو کر رہ گیا ہے، کئی اچھے سودے بالکل آخری وقت پر ہاتھوں سے نکل گئے ان معاشی مشکلات کی وجہ سے اہلیہ سے بھی ان بن رہنے لگی ہے۔ میرے دوست احباب میں حاسدین بھی بہت ہیں مجھے شک ہے کہ ان میں سے کسی نے میرے کاروبار پر کوئی بندش وغیرہ تو نہیں کروادی ہے۔ **(شاکر، لاہور)**

جواب: دن میں جس وقت آپ دکان پر جائیں دکان کھول کر کام کے آغاز سے پہلے گیارہ مرتبہ سورۂ فلق اور گیارہ مرتبہ سورۂ ناس پانی پر دم کریں اس کے بعد اکتالیس مرتبہ یَااَللّٰهُ یَاحَفِیْظُ یَاسَلَامُ یَاغَفَّارُ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور یہ پانی اپنی دکان کے اندرونی چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔ یہی عمل شام کے وقت بھی کم از کم اکیس روز تک کریں۔ اس کے علاوہ حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

گھریلو نااتفاقی

ہمارے گھر میں گزشتہ دو ڈھائی برس سے بہت زیادہ لڑائی جھگڑا رہنے لگا ہے، کبھی والدہ اور والد صاحب میں لڑائی رہتی ہے تو کبھی والدہ ہم بہن بھائیوں سے اور کبھی ہم بہن بھائی آپس میں جھگڑتے رہتے ہیں۔ والدہ صاحبہ بھی اکثر چھوٹی چھوٹی باتوں پر ہم لوگوں کو بددعائیں دینے لگتی ہیں پہلے ہمارے والد صاحب بہت حلیم مزاج بلکہ خوش مزاج تھے ہم بچوں کے ساتھ ان کا برتاؤ بالکل دوستوں کی طرح تھا اب انہیں نجانے کیا ہو گیا ہے؟ ہم بھائیوں میں عجیب ناانصافی حسد اور جلن رہنے لگی ہے۔ **(پوشیدہ)**

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 110 مرتبہ سورۂ کہف آیت نمبر 10 اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر سب گھر والوں کے مزاج میں اعتدال اور آپس میں ذہنی ہم آہنگی کے لیے دعا کریں عمل کی مدت چالیس روز ہے۔

بیٹے کی نعمت

میری شادی کو تقریباً پانچ سال کا عرصہ ہو چکا ہے۔ اس دوران اللہ تعالیٰ نے دو بیٹیوں سے نوازا مگر ساس اور شوہر کو بیٹے کی بہت تمنا ہے۔ براہ کرم مجھے کوئی وظیفہ بتا دیں اور دعا کریں کہ اللہ مجھے بیٹے کی نعمت عطا فرمائیں۔ **(شگفتہ، چیچہ وطنی)**

جواب: میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کو صحت مند، صالح اور خوبصورت فرزند عطا فرمائیں آمین۔ آپ رات سونے سے قبل اکتالیس مرتبہ سورۂ ابراہیم آیت 38 تا 40 اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں اور دعا کریں۔ حکماء کے مطابق بند گوبھی کا استعمال مرد میں اولاد نرینہ کے جرثوموں کو تقویت دینے کیلئے مفید ہے۔ آپ کچھ عرصہ روزانہ بند گوبھی کچی پکی کسی بھی حالت میں استعمال کریں۔ مذکورہ بالا دعا حمل سے چند ماہ پہلے شروع کریں اور حمل قرار پانے کے ایک ماہ بعد تک پڑھی جائے۔

کرائے کا مکان

ہم نے آج سے دو سال پہلے اپنے مکان کا اوپر والا حصہ کرایہ پر دیا کرایہ دار اپنے دو بچوں اور بیوی کے ساتھ رہتا ہے۔ شروع میں تو اس نے کرایہ پابندی سے دیا پھر معاشی تنگی کے سبب چھ ماہ بعد تین ماہ کا کرایہ ایک ساتھ ادا کیا۔ اس کے بعد تین ماہ پابندی سے کرایہ دیا۔ اب تقریباً ایک سال ہونے کو ہے وہ کرایہ ادا نہیں کرتا اور کہتا ہے کہ کرایہ زیادہ ہے میں کورٹ میں اسے چیلنج کروں گا۔ اب پتا چلا ہے کہ اس کا تعلق اچھے لوگوں سے نہیں ہے میرے شوہر شریف آدمی ہیں، لڑائی جھگڑے سے دور رہتے ہیں۔ اسے مکان خالی کرنے کا کہا تو وہ بھی نہیں کرتا، اب ہم کیا کریں۔

جواب: آپ روزانہ رات سونے سے قبل تین مرتبہ سورۂ انشقاق کی آیت نمبر 4 اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور خشوع وخضوع سے مکان خالی ہونے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔ آپ اور شوہر چلتے پھرتے کثرت سے اسمائے الٰہی یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتے رہا کریں۔

ہیضہ کیلئے مفت ٹوٹکہ

ایک مرتبہ ایک دوست کے گاؤں میں گئے دوست کے کزن کو رات 12 بجے سے ہیضہ شروع ہوا نزدیک کوئی ہسپتال یا کلینک نہ تھا، مجھے مریض دکھانے لے گئے، میں نے فوراً کہا اللہ بہتری کرے گا اور یہ نسخہ دیا۔ ھوالشافی:۔ پیاز کا پانی تقریباً 5 تا 10 چمچ، کالی مرچ 10 عدد کے ہمراہ گھوٹ کر ایک ایک چمچ وقفے وقفے سے پلانے سے مریض ٹھیک ہو گیا اور سب خوش ہو گئے اسی طرح ایک مرتبہ ایک مریض کے ورثاء آئے کہنے لگے میرے بیٹے کو ہیضہ ہو گیا اور انگریزی دوائی حتیٰ کہ مریض کو بوتل بھی لگوائی ہے، فرق نہیں ہے اس کو بھی یہی ٹوٹکہ بتایا تو فوراً رزلٹ ملا۔ **(محمد سلیم، دنیاپور)**

نصیر احمد، ایبٹ آباد

پودینہ اور اجوائن کے انوکھے کرشمے

اکثر حکیم اجوائن کو تین بار لیموں کے عرق میں تر کر کے خشک ہونے پر سنبھال کر رکھ لیتے ہیں۔ کمزور مریضوں کو طاقت بحال کرنے کیلئے ایک گرام پانی کے ساتھ کھانے کی ہدایت کرتے ہیں۔ یہ کراماتی اجوائن کے نام سے مشہور ہے۔

پہلے دیہاتی لوگوں کی صحت قابل رشک ہوتی تھی اور ہر طرح کی بیماریوں سے محفوظ رہتے تھے' موسم سرما میں اکثر زکام بخار اور کھانسی کی تکالیف میں مبتلا ہوجاتے تھے مگر وہ کسی حکیم یا ڈاکٹر کے پاس جانے کا نام تک نہ لیتے چولہے کی گرم راکھ میں آلو دبا دیئے جاتے جب پک جاتے تو نکال کر نمک لگا کر گرم گرم کھا کر بستر پر لیٹ جاتے۔ صبح کو بالکل ٹھیک ہوجاتے' اگر ایک دو دفعہ آلو سے نہ ٹھیک ہوں تو مکئی کا آٹا توے پر بھون کر گڑ ملا کر کھا کر سوجاتے۔ صبح زکام کا نام تک نہ ہوتا' اسی طرح اگر نمونیا ہوجاتا تو لسی پھٹا کر پانی پلایا کرتے تھے۔ مریض بھلا چنگا ہوجاتا تھا۔ گاؤں میں مولوی صاحبان پڑھے لکھے ہوتے تھے۔ جو دینی علوم کے علاوہ علم طب سے بھی تھوڑی بہت واقفیت رکھتے تھے۔ چائے وغیرہ کا رواج بالکل نہ تھا زکام کی صورت میں چائے بطور دوا استعمال کی جاتی تھی۔ ہر گھر میں خشک پودینہ' اجوائن' سنڈھ اور ہریڑ وغیرہ رکھی ہوتی تھیں۔

دیہاتی اکثر کھانا پیٹ بھر کر کھالیتے ہیں' اگر کام کاج نہ کریں تو پیٹ درد کی بیماری میں مبتلا ہوجاتے ہیں۔ اس کیلئے انہوں نے پودینہ اور اجوائن گھروں میں رکھی ہوتی تھیں دو گرام سفید پودینہ لسی کے ہمراہ معمولی نمک ملا کر کھانے سے پیٹ کا درد کافور ہوجاتا۔ جن صاحبان کے گھروں میں لسی میسر نہ ہوتو متبادل کے طور پر اجوائن دو گرام کے قریب نمک ملا کر پانی سے کھلائی جاتی پیٹ درد کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اجوائن کے بارے میں مشہور ہے کہ اس کی کاشت شروع میں مصر میں ہوا کرتی تھی بعد میں مشرقی ہندوستان میں بھی کاشت کی گئی جو بہت کامیاب رہی۔ اجوائن سے حکیم صاحبان نے مختلف بیماریوں کے علاج دریافت کیے ہیں امراض معدہ کیلئے اکسیر سمجھی جاتی ہے ذیل میں دو نسخے نہایت ہی قابل قدر ہیں۔

ایک پاؤ اجوائن صاف شدہ میں ایک تولہ نمک سیاہ باریک کر کے ملا کر گھیکوار کے شیرہ یعنی لعاب میں اچھی طرح ملا کر دھوپ میں رکھ دیں۔ خشک ہونے پر شیشی میں محفوظ کرلیں۔ ایک گرام سے دو گرام تک پانی کے ساتھ کھانے سے پیٹ درد' قبض اور دیگر کئی امراض سے نجات مل جاتی ہے۔

اجوائن خشک صاف شدہ ایک پاؤ میں نمک سیاہ آدھا تولہ ملا لیں پھر لیموں کے عرق میں اس قدر تر کریں کہ لیموں کا عرق اجوائن سے تھوڑا اوپر آئے۔ پھر خشک ہونے پر بوتل میں ڈال دیں۔ بوقت ضرورت ایک گرام سے دو گرام تک پانی سے کھلائیں۔ بھوک نہ لگنے کا بہترین علاج ہے۔ اس کے علاوہ دل میلا ہورہا ہو' قے ہونے والی ہو' اپھارہ کی تکلیف محسوس کررہے ہوں ان سب کیلئے عمدہ تحفہ ہے۔ کھایا پیا فوراً ہضم ہوجاتا ہے۔

اکثر حکیم اجوائن کو تین بار لیموں کے عرق میں تر کر کے خشک ہونے پر سنبھال کر رکھ لیتے ہیں۔ کمزور مریضوں کو طاقت بحال کرنے کیلئے ایک گرام پانی کے ساتھ کھانے کی ہدایت کرتے ہیں۔ یہ کراماتی اجوائن کے نام سے مشہور ہے۔

یرقان کیلئے: ایک بڑا چمچ اجوائن ایک پاؤ پانی میں مٹی کے برتن میں بھگو کر رات کو اوس میں رکھ دیں۔ صبح نہار منہ رگڑ کر پلادیں۔ تین چار دن میں آرام آجاتا ہے۔

قبض کا شافی علاج

ایک عبدالجلیل صاحب زرگر نے ایک کھتری حکیم کا بڑا دلچسپ قصہ سنایا کہنے لگے کہ کافی سال پہلے ان کے ایک بھتیجے کا معدہ خراب ہوگیا' شدید قبض ہونے لگی' شروع میں گھر ہی میں دیسی ٹوٹکے کرتے رہے پھر ہسپتالوں کے چکر کاٹتے رہے۔ معمولی تکلیف میں افاقہ ہوتا پھر بیماری کی وہی حالت ہوتی۔ حکیم صاحبان سے مشورہ کرنا شروع کردیا۔ انہوں نے بھی قبض کشائی کیلئے ادویات دیں۔ وقتی طور پر آرام ہوجاتا مگر بعد میں تکلیف میں دگنا اضافہ ہونے لگا۔ ان کے دادا صاحب جن کی عمر سو سال کے لگ بھگ تھی بڑے پریشان ہوئے ہری پور سے چند میل کے فاصلہ پر ایک کھتری حکیم کی شہرت دور دور تک پھیلی ہوئی تھی۔ دادا صاحب نے فرمایا کہ اس کو کھتری حکیم کے پاس لے جانا ضروری ہے۔ ہمارے ساتھ دادا صاحب بھی تیار ہوگئے ان کی صحت قابل رشک تھی۔ صبح کو اللہ کا نام لے کر ہم کچھ پیدل اور کچھ گاڑی میں سفر کر کے حکیم صاحب کے پاس پہنچ گئے۔ حکیم صاحب کو نچلے دھڑ کا فالج تھا۔ ایک صوفہ پر تشریف فرما تھے۔ نچلے حصہ پر چادر ڈالی ہوئی تھی۔ ہاتھ کی انگلیاں بھی دو ہی کام کرتی تھیں۔ ایک انگوٹھا اور دوسری انگشت شہادت۔ باقی تین دیکھنے میں مڑی ہوئی لگتی تھیں۔ حکیم صاحب نے ان کے بھتیجے کو اپنی باری پر اپنے پاس بلایا۔ نبض پر ہاتھ رکھا اور کچھ سوال پوچھتے رہے۔ پھر کہنے لگے کہ اس کی بیماری میری سمجھ میں نہیں آئی۔ آپ اس طرح کریں کہ آج سے اس کو ہر قسم کی بادی اور ثقیل اشیاء کھلانا بند کردیں اور آٹھ دن کے بعد اس کو پھر لے آئیں۔ پھر دیکھ کر دوائی دوں گا۔ حکیم صاحب کی عمر سوا سو سال لوگ بتارہے تھے۔

میرے دادا نے عرض کی ہم دور دراز پہاڑی علاقے سے آئے ہیں ہمیں کوئی دوائی دے دیں مگر حکیم صاحب نے دوائی دینے سے یہ کہہ کر صاف انکار کردیا کہ کس بیماری کی دوا دوں۔ مجھے جب تک بیماری کا اچھی طرح پتہ نہ چلے گا میں کوئی دوائی نہیں دے سکتا۔ میں پیشہ ور نہیں ہوں کہ بغیر تشخیص کیے دوائی دیکر پیسے بٹورلوں۔ آپ جائیں میرے مشورہ پر عمل کریں اور دوبارہ جیسی بھی صورت ہو میرے پاس لائیں۔ ہم مایوس ہوکر واپس لوٹے۔ غذا جس طرح حکیم صاحب نے فرمایا تھا کھلانی شروع کردی۔ آٹھ دن بعد پھر سفر کر کے حکیم صاحب کی خدمت میں حاضر ہوگئے۔ حکیم صاحب نے نبض دیکھی اور کہنے لگے کہ اس کو کوئی بیماری نہیں کہ دوا دی جائے۔ اس کا علاج آپ نے خود کرنا ہے۔ یہ بالکل ٹھیک ہوجائیگا۔ کسٹرآئل گھر واپس جاتے وقت کسی پنساری کی دکان 50 گرام لے جائیں۔ دال مونگ ثابت پکائیں۔ ایک پیالہ نیم گرم دال میں کسٹرآئل کی شیشی کا تیسرا حصہ ملا کر رات کو پلادیں۔ دوسرا حصہ اسی طرح دال میں دوسری رات اور تیسرا حصہ تیسری رات پلادیں۔ چند دن بادی چیزیں نہ کھلائیں اس کی بیماری ختم ہوجائیگی۔ حکیم صاحب کہنے لگے کہ انشاءاللہ آپ کو دوبارہ آنے کی تکلیف نہ ہوگی۔

ہم نے راستے سے کسٹرآئل لی اور گھر پہنچ گئے۔ مونگ کی دال میں ایک حصہ کسٹرآئل مریض کو پلایا گیا۔ صبح پاخانہ میں بکری کی مینگنوں کی طرح مواد اندر سے نکلا۔ دوسری رات دینے سے مزید گولیوں کے ہم شکل مواد خارج ہوا۔ تیسرے دن کچھ مواد گولیوں کا اور کچھ عام۔ ہمارا بھتیجا بالکل ٹھیک ہوگیا۔ چند دن پرہیز کروایا اور آج تک دوبارہ قبض نہ ہوئی۔

تین چیزوں کو چکنا رکھیں‘ سینکڑوں بیماریوں سے بچیں

جو خواتین حسن و جمال چاہتی ہیں اور جو مرد وقت سے پہلے بوڑھا نہیں ہونا چاہتے وہ اپنے ناک کو دن میں تین بار چکنا ضرور کریں۔ جہاں ناک میں چکناہٹ لگانی ہے وہ دیسی گھی کی شکل میں ہو‘ ویزلین ہو یا تیل‘ زیتون کا تیل ہو یا سرسوں کا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

یہ کوئی آج سے تقریباً پچیس سال پہلے کی بات ہے میری کتاب طبی تجربات و مشاہدات جو دراصل میرے ان مضامین کا مجموعہ ہے جو میں مختلف اخبارات اور رسائل میں لکھتا رہا اور لاکھوں قارئین نے اس سے استفادہ کیا اس کا ہر مضمون شاندار اور لاجواب لیکن اس وقت میں ایک مضمون اور تجربے کی طرف قارئین کی توجہ مرکوز کراؤں گا وہ ہے ناک‘ ناف اور مقعد (پاخانے کی جگہ) یعنی ان تین جگہوں پر تیل لگانا۔

تقریباً مہینہ پہلے کی بات ہے میں ملتان کلینک کے سلسلے میں گیا‘ دیرینہ کرم فرما اور محسن حکیم ضیاء الرحمن صاحب کے ساتھ کچھ وقت گزرا اپنی گاڑی میں بیٹھے ہی تھے کہ جیب میں ہاتھ ڈال کر ایک چھوٹی سی ڈبیا نکالی میں سمجھا شائد نسوار منہ میں رکھنے کیلئے ڈبیا نکالی ہے لیکن نہیں وہ تو ایک عام سادہ سی ویزلین تھی جو ہاتھ کی چھوٹی انگلی سے نکال کر ناک کے اندر لگائی پہلے دائیں نتھنے میں پھر بائیں نتھنے میں اور پھر اچھی طرح دونوں انگلیوں سے ناک کو باہر سے مل دیا‘ فرمانے لگے آپ بھی لگالیں‘ میں نے بھی لگالی‘ مجھے اپنا پرانا لکھا ہوا مضمون اور اپنی زندگی کا معمول یاد آگیا‘ میں بھی ایسا کرتا ہوں‘ لیکن میں تیل لگاتا ہوں‘ حکیم صاحب فرمانے لگے تیل لگائیں‘ دیسی گھی لگائیں‘ یا ویزلین ناک کے اندر کے حصے کا ہر وقت چکنا رہنا بہت ضروری ہے۔ گرد آلود فضائیں دھواں‘ دھول‘ مٹی‘ اور زہریلی گیسیں ناک کے ذریعے جسم میں داخل ہوتی ہیں اور ہمارا ناک بالکل خشک ہوتا ہے۔ بس صحت کا خوشنما راز یہی ہے کہ اس کو خشک نہیں ہونا چاہیے۔ قارئین! میں سالہا سال سے ناک میں تیل لگانے کے مشاہدات سے گزر رہا ہوں‘ لیکن حکیم صاحب کی یہ بات مجھے اچھی لگی کہ تیل جلدی بہہ جاتا ہے اور ویزلین بہت دیر تک اٹکی رہتی ہے اور ناک کے اندرونی حصے کو چکنا رکھتی ہے۔

ایسے لوگ جو مشینی دور میں مشینی زندگی گزار رہے ہیں ان کو سر کھجانے کی فرصت نہیں نیند ان کی پوری نہیں ہوتی‘ مزید یہ کہ موبائل اور نیٹ کی مصروفیت نے انہیں بیوی بچوں سے اور دور کردیا ہے‘ میں ان سے ضرور درخواست کروں گا کہ وہ ناک کو چکنا رکھیں چھوٹی سی ڈبیا میں سادہ ویزلین ڈال لیں اور چھوٹی انگلی سے دن میں کم از کم تین بار ناک کے اندر ویزلین ضرور لگائیں۔ اب میں چند فائدے ناک کے اندرونی سطح کو چکنا کرنے کے بتا رہا ہوں:

اپنی خاص ڈائری میں نوٹ کرلیں۔ مشورہ ہے وہ ڈائری کاغذ کی نہ ہو دل کی ہو۔ کیونکہ کاغذ کے حروف مٹ جاتے ہیں لیکن دل کے حروف نہیں مٹتے۔ 1۔ کتنا ہی پرانا دردسر ہو جو کسی بھی دوا سے نہ جاتا ہو۔ 2۔ چکر‘ ہر وقت سر پکڑا رہنا‘ سر گھومنا‘ چلتے ہوئے گرجانا‘ 3۔ ڈپریشن‘ اکتاہٹ‘ بے چینی‘ اعصابی کھچاؤ‘ ذہنی تناؤ‘ طبیعت میں استراء‘ 4۔ ہر وقت غصہ‘ نیند کی کمی‘ پٹھوں اور اعصاب کا کھچاؤ‘ 5۔ گھریلو جھگڑے میاں بیوی کی ہر وقت چخ چخ‘ 6۔ بچوں کا غصہ‘ بچوں کی نافرمانی‘ جہاں تربیت اور توجہ ہو‘ وہاں غذاؤں میں مصالحہ دار چیزوں میں کمی‘ اعمال کا کرنا اور بچوں کے ناک کو چکنا رکھنا 7۔ یادداشت کی کمی‘ بھول جانا 8۔ سوچنا کیا‘ کہنا کیا‘ کر کچھ رہے‘ کہہ کیا رہے 9۔ نظر کی کمزوری‘ نمبر کا مسلسل بڑھنا ایک کے دو نظر آنا‘ آنکھوں سے پانی‘ دھندلاہٹ 10۔ ٹوٹا جسم‘ ہر وقت جی چاہنا مجھے کوئی دبائے‘ کچھی کچھی طبیعت‘ پنڈلیوں کا درد‘ کمر کا درد 11۔ معدے کے مسائل‘ غذا کا صحیح جزو بدن نہ بننا اور صحیح خون نہ بننا‘ 12۔ جلد کی خشکی‘ اس کی رنگت میں سیاہی‘ 13۔ ناک کو چکنا کرنے کا فارمولا ایسے لوگوں پر بھی آزمایا گیا ہے جو مرگی کے مریض تھے ان کو دورے پڑتے تھے وہاں بھی بہت زیادہ مفید ثابت ہوا حتیٰ کہ بچوں کے دورے اور مرگی میں بھی بہت مؤثر ثابت ہوا۔

جو خواتین حسن و جمال چاہتی ہیں اور جو مرد وقت سے پہلے بوڑھا نہیں ہونا چاہتے وہ اپنے ناک کو دن میں تین بار چکنا ضرور کریں۔ جہاں ناک میں چکناہٹ لگانی ہے وہ دیسی گھی کی شکل میں ہو‘ ویزلین ہو یا تیل‘ زیتون کا تیل ہو یا سرسوں کا یا بادام روغن ہو یا کدو روغن بہرحال چکناہٹ ناک ناف اور مقعد کیلئے بہت ضروری ہے۔ فوم پر بیٹھنا یا نان‘ کلچے‘ مرچ مصالحہ اور چکناہٹ اور روغنیات کا بکثرت استعمال یہ آپ کو بہت بڑی بیماریوں میں مبتلا کررہا ہے اس سے سو فیصد بچنے کیلئے مقعد کا چکنا ہونا ضروری ہے۔

قارئین! آپ کہیں گے کہ ایک چھوٹے ٹوٹکے کے اتنے فائدے میں آپ کی بات تسلیم کرتے ہوئے صرف اتنی درخواست کروں گا جو پچیس سال سے میرے مشاہدے میں آرہا اور صدیوں سے آزمودہ ٹوٹکہ لاکھوں لوگوں نے کیا ہوا ہے تو اس کے کتنے فوائد ہونے چاہئیں۔ یہ ٹوٹکے ہم چھوڑ کر اپنی زندگی کو ویران کرچکے ہیں۔ پھر طرح طرح کی انوکھی رنگ برنگی دوائیاں کھا کر رنگ برنگی بیماریوں کو جنم دیتے ہیں آپ کا کیا خیال ہے؟ چھوٹے ٹوٹکے مفت بے قیمت ہیں؟ کیا آپ اس کی قدر نہیں کریں گے؟ کیا رنگ برنگی قیمتی گولیاں سرخ و سبز نوٹ دیکر خریدتے ہیں ایک بیماری سے نکل کر دوسری میں اور یونہی زندگی کے دن رات ان بیماریوں میں کھو دیتے ہیں آیئے! ہم عہد کریں کہ ان ٹوٹکوں سے اپنی زندگی کو مزین کرکے اپنی نسلوں کی تعمیر کریں اور خود کو بھی۔۔۔۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ اپنی زندگی کا سرمایہ دواؤں میں لگا کر تنگدستی اور پریشانی کو سینے سے لگائیں۔ میں نہیں چاہتا ایسا ہو‘ اس لیے لاکھوں کروڑوں لوگوں کیلئے ایسے ایسے بے قیمت لیکن شاندار ٹوٹکے ڈھونڈ کر لاتا ہوں۔ ہے کوئی میری باتوں کی قدر دانی کرنے والا مطمئن ہوں کہ میرے ایک ایک لفظ کی قدر دانی ہوتی ہے اور لوگ کرتے ہیں اور اپنے مشاہدات بتاتے ہیں آپ بھی ضرور بتائیے گا سخاوت اللہ کو پسند ہے۔ مخلوق کی خدمت اللہ کی ہاں قیمت رکھتی ہے اس خدمت میں میرے ساتھی بنیں اور اپنے مشاہدات ضرور بتائیں۔

معدے کے السر سے بچاؤ کی تدابیر

کون سی اشیاء کھانی ہیں اور کن اشیاء کا پرہیز کرنا ہے۔

جو اشیاء کھانی چاہیے: صرف چھوٹا گوشت‘ بھینس کا‘ مرغ کا خشک روٹی سے کھائیں۔ روٹی صرف ایک یا ڈیڑھ سے زیادہ نہ کھائیں۔ مربہ سیب‘ مربہ گاجر‘ سلاد مثلاً مولی‘ گاجر‘ کھیرا‘ ٹماٹر وغیرہ۔ دودھ‘ میٹھا دہی استعمال کرسکتے ہیں‘ موسمی میٹھے پھل بھی۔ بھوک سے کم کھائیں تاہم معدہ خالی نہ رکھیں۔ صبح کے وقت سیر کو اپنائیں‘ مناسب ورزش معالج کے مشورہ کے مطابق کرسکتے ہیں‘ خوش رہیں اور جہاں تک ممکن ہو تفکرات اور پریشان رہنے سے اجتناب کریں۔

پرہیز: سگریٹ نوشی اور الکوحل سے‘ چکنائی دار‘ تلی ہوئی غذا‘ مصالحے دار اور کولڈ ڈرنکس سے‘ تیز مرچ‘ تیز چائے اور ترش اشیاء سے‘ بینگن‘ پالک‘ مٹر‘ گوبھی‘ تمام قسم کی دالیں‘ جوار‘ باجرہ‘ مکئی‘ ہر قسم کی مچھلی‘ مربہ آملہ‘ مربہ ہڑیڑ‘ ترش پھل‘ چاولوں سے‘ درد کی ادویات کا استعمال صرف معالج کی ہدایات کے مطابق کریں۔ **(حاجی محمد وارث‘ راولپنڈی)**

ماں باپ ہی تو سچی محبت کرتے ہیں وہ یہ سوچتے ہیں کہ آخر بچے بڑے ہوکر بھی اپنی بھلائی کیوں نہیں سمجھتے۔ جذبات میں آ کر جان کی بازی لگانے سے بھی گریز نہیں کرتے حالانکہ زندگی صرف ایک بار ملتی ہے۔ آپ بھی اپنی زندگی کی فکر کریں۔

ناکام زندگی

میں کسی طرح بھی کامیاب زندگی نہیں گزار رہا۔ والد کی مسلسل بے رخی نے زندگی سے بیزار کر دیا ہے۔ کبھی کبھی سوچتا ہوں اپنے جسم سے روح کو آزاد کر دوں مگر یہ بھی نہیں کرسکتا۔ شاید میں بزدل ہوں۔ مجھے اپنے آپ سے نفرت ہونے لگی ہے۔ چڑچڑے پن کا شکار ہوگیا ہوں مجھ سے چھوٹے تین بہن بھائی ہیں لیکن میں ان سے بھی محبت سے بات نہیں کرسکتا۔ میری کسی بات کو ماں کے علاوہ کوئی بھی اہمیت نہیں دیتا۔ سوچتا ہوں تو اپنا ماضی تاریک نظر آتا ہے۔ **(کاشف، بنوں)**

مشورہ: ماضی تاریک نظر آنے سے کوئی فرق نہیں پڑتا' مستقبل روشن ہونا چاہیے۔ اس حقیقت کوتسلیم کریں کہ ہر بچے کو ماں اور باپ دونوں ہی پیار کرتے ہیں۔ یہ اور بات ہے کہ کسی کو والد کی طرف سے سختی یا بے رخی کا سامنا ہے تو کسی کو ماں سے شکوہ ہے۔ عام طور پر لڑکوں پر والد زیادہ سختی کرتے نظر آتے ہیں۔ اس میں بھی ان کے خیال میں اصلاح کا پہلو ہوتا ہے۔ لہٰذا آپ کو زندگی سے بیزار نہیں ہونا چاہیے اپنی اہمیت کو سمجھیں آخر ماں کو آپ کا خیال ہے ان کے فرماں بردار رہیں' اپنے چھوٹے بہن بھائیوں سے محبت کریں وہ بھی آپ کے اچھے دوست ثابت ہونگے جسم کو روح سے آزاد کرانے کا آپ کو کوئی اختیار نہیں بلکہ ایسا سوچنا بھی براہے۔

صرف میں تنہا ہوں

ہم دو بھائی ہیں' بڑے بھائی اٹلی میں ہیں' ان کی منگنی ان کی ہی پسند پر کردی ہے۔ گھر والوں کو میری پسند کا بھی علم ہے لیکن بات نہیں کرتے۔ کہتے ہیں تمہارا رشتہ کہیں اور کریں گے۔ میری کزن اس لڑکی سے مل کر آتی ہے جسے میں پسند کرتا ہوں وہ بتاتی ہے کہ اس کی منگنی ہوگئی ہے میں فون کرتا ہوں تو اس کے والد اٹھاتے ہیں اس کے پاس اپنا موبائل نہیں ہے۔ کوئی رابطہ نہیں ہو پاتا۔ گھر کے حالات اچھے ہیں۔ ہر طرف خوشیاں ہی خوشیاں ہیں لیکن میں تنہا ہوں۔ ہفتے میں ایک یا دو دن کالج جاتا ہوں پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ عجیب کشمکش ہے۔ **(و،ق۔ لاہور)**

مشورہ: پڑھائی میں دل لگتا نہیں لگایا جاتا ہے۔ لیکن آپ نے تو دل کہیں اور ہی لگالیا۔ بہرحال خود کو اچھے اور بامقصد کاموں کی انجام دہی کیلئے ترغیب دیں۔ بھائی کے ساتھ مقابلہ نہ کریں وہ معاشی طور پر مستحکم ہونگے آپ بھی تعلیم مکمل کریں۔ تمام کامیابیاں' تمام خوشیاں بالواسطہ یا بلاواسطہ کسی نہ کسی مثبت عمل کے نتیجہ میں حاصل ہوتی ہیں اگر آپ اپنی خواہش کے مطابق حالات چاہتے ہیں تو ان لوگوں کے عمل پر غور کریں جو محنت اور لگن سے اعلیٰ مقاصد حاصل کر رہے ہیں محبت میں کامیابی سے زیادہ اہم معاشی کامیابی ہے تب محبتیں بھی مل جائیں گی۔

آخر ماں باپ محبت کو کیوں نہیں سمجھتے

میں آج کل صرف یہ سوچتا رہتا ہوں کہ آخر ماں باپ سچی محبت کو کیوں نہیں سمجھتے۔ میں بھی ایک لڑکی سے محبت کرتا ہو لیکن اس کے والدین نے انکار کر دیا حالانکہ میرے اندر کوئی عیب نہیں' رشتوں کی بھی کمی نہ تھی اس لیے فوراً ہی ماموں کی بیٹی سے منگنی ہوگئی۔ میں اب بھی اپنی پہلی محبت کے بارے میں ہی سوچتا ہوں اور اب یہ میری زندگی کا سوال ہے کہ کیا وہ لڑکی اگلے جہاں میں میری ہوسکتی ہے میں نے ارادہ کرلیا ہے کہ وہ اگلے جہاں میں میرے ساتھ رہے کیونکہ اب میں اس کے بارے میں سوچ سوچ کر تنگ آگیا ہوں۔ **(ندیم احمد' اسلام آباد)**

ماں باپ ہی تو سچی محبت کرتے ہیں وہ یہ سوچتے ہیں کہ آخر بچے بڑے ہوکر بھی اپنی بھلائی کیوں نہیں سمجھتے۔ جذبات میں آ کر جان کی بازی لگانے سے بھی گریز نہیں کرتے حالانکہ زندگی صرف ایک بار ملتی ہے۔ آپ بھی اپنی زندگی کی فکر کریں۔ لڑکی کے والدین کو اختیار ہے کہ وہ جہاں چاہیں اپنی بیٹی کی شادی کریں آپ کے ساتھ رشتہ انہیں منظور نہیں۔ یہ بات آپ کو بھی قبول کرلینی چاہیے۔ جہاں تک اگلے جہاں کی بات ہے تو یہ کسی کو بھی معلوم نہیں کہ وہاں کون کس کے پاس ہوگا۔

کچھ کرنے کی خواہشیں

میٹرک کا طالب علم ہوں۔ کورس بہت زیادہ ہے وطن کیلئے کچھ کرنے کی خواہش ہے۔ رات کے وقت تین چار گھنٹے متواتر پڑھتا ہوں تو تھکاوٹ محسوس ہونے لگتی ہے۔ نیند بھی آجاتی ہے اور اگر بستر پر سونے کی کوشش کروں تو نیند نہیں آتی۔ یونہی بیٹھنے سے تھکاوٹ محسوس نہیں ہوتی۔ کوئی طریقہ بتائیں کہ دیر تک اپنی کتابوں کا مطالعہ کرسکوں اور مطالعہ کرنے کا صحیح وقت بھی بتائیں۔ **(رشید احمد' کراچی)**

مشورہ: مطالعہ کرنے کا اچھا وقت صبح کا ہوتا ہے جب ذہن تروتازہ اور پرسکون ہوتا ہے۔ مشکل چیزیں بھی سمجھ میں آجاتی ہیں اور ذہن نشین کیا ہوا مواد زیادہ عرصہ تک دہرایا جاسکتا ہے لیکن اکثر طالب علم رات میں پڑھنے کو ترجیح دیتے ہیں یہ بھی ٹھیک ہی ہے کیونکہ رات کو دن جیسی مصروفیات نہیں ہوتیں اور انسان اپنے کاموں سے فارغ ہوتا ہے کامیاب مطالعہ اس وقت ہوسکتا ہے جب آپ اس کیلئے سنجیدہ ہوں اور جو کچھ پڑھ رہے ہیں سمجھتے بھی رہیں۔ اس کے ساتھ ہی اپنی کتابوں سے گہری دلچسپی بھی رکھیں۔ زیادہ وقت فارغ بیٹھنے سے آپ کا وقت ضائع ہوگا۔ اگر آپ اپنا دن اچھا یعنی بامقصد مصروفیات میں گزار دیں گے تو ذہنی سکون ہوگا اور رات کو نیند بھی صحیح وقت پر آجائے گی۔

مجھے محبت ہوگئی

میری خالہ نے دوسری شادی کی ہے' وہ بیوہ ہوگئی تھیں ان کے شوہر کی پہلی بیوی بھی ہیں ان کے تین بیٹے ہیں۔ بڑے بیٹے کو میں پسند آگئی ہوں' مجھے بھی اس سے محبت ہوگئی ہے مگر میری امی کسی بھی قیمت پر اس سے رشتہ کرنے پر رضامند نہیں۔ وہ کہتی ہیں کہ ہم اچھے خاندان میں رشتہ کریں گے ابھی میری عمر کم ہے زیادہ ہوگئی تو رشتہ ملنا مشکل ہوگا۔ میں کبھی امی کو سمجھانے کی کوشش کرتی ہوں تو وہ ناراض ہوجاتی ہیں اب میرے سر میں مستقل درد رہنے لگا ہے۔ **(عاصمہ' شیخوپورہ)**

مشورہ: ابھی تو آپ کی عمر کم ہے لہٰذا زندگی کا اہم ترین فیصلہ کرنے میں وقت لگایا جاسکتا ہے کم عمری کے جذباتی فیصلوں سے گریز ہی کرنا چاہیے جو کچھ آپ کو اچھا لگ رہا ہے ضروری نہیں کہ اس کے نتائج بھی اچھے ہوں۔ تعلیم پر توجہ دیں علم میں اضافہ ہوگا تو سوچ میں بھی پختگی آئیگی۔

 جس شخص کو ہر وقت وساوس آتے ہوں اس کو چاہیے کہ اسم یَاضَارُّ کو صبح وشام 313 دفعہ پڑھے۔ انشاء اللہ وہ بہت جلد شیطان کے مکر سے محفوظ ہوجائیگا۔

فرسٹ ڈویژن کیلئے گارنٹی شدہ وظیفہ

کمرشل میٹر نہیں لگ رہا تھا یہی سورۂ پڑھنے سے 15 دن میں لگ گیا‘ ہم نے سوچا بھی نہیں تھا کہ اللہ تعالیٰ میرے بھائی کو میرج ہال جیسا کاروبار دیں گے یہ سب اللہ تعالیٰ کا فضل اور سورۂ مزمل کا کمال ہے۔

(شمیم اصغر)

آج کل لوگ کاروبار کیلئے بہت پریشان ہیں میں نے دو وظائف کیے الحمدللہ بہت فائدہ ہوا۔ قارئین کی نذر پیش کرتی ہوں۔ میرا ایک بھائی ہے سعودیہ میں تھے لیکن گھر کے حالات نارمل سے رہے۔ دس سال بعد بھائی بحرین چلے گئے ہماری خواہش تھی کہ بھائی پاکستان میں سیٹ ہوجائیں اب اتنا پیسہ بھی نہیں تھا کہ کاروبار کرسکتے تو میں نے اپنے گھر والوں کے ساتھ مل کر روزانہ اول وآخر 11,11 بار درود شریف کے بعد اکتالیس بار سورۂ مزمل پڑھنا شروع کردی میں اور میری فیملی عمرہ کی سعادت کیلئے گئے تو وہاں بھی ہم روزانہ سورۂ مزمل 41 مرتبہ ضرور پڑھتے اور بھائی کے پاکستان سیٹ ہوجانے کی دعا کرتے جب بھی کوئی پریشانی ہوتی تو گیارہ دن اکتالیس مرتبہ سورۂ مزمل پڑھ لیتے۔ بھائی پاکستان سیٹ ہوگئے آج ماشاء اللہ‘ اللہ تعالیٰ کے فضل سے ہمارا میرج ہال ہے اور بھائی کا کاروبار سیٹ ہوگیا ہے بھائی اور گھر والے بہت خوش ہیں جب بھی اور کسی بھی مسئلے میں اکتالیس بار سورۂ مزمل گیارہ دن پڑھی تو ہمارے مسئلے حل ہوجاتے‘ کمرشل میٹر نہیں لگ رہا تھا یہی سورۂ پڑھنے سے 15 دن میں لگ گیا‘ ہم نے سوچا بھی نہیں تھا کہ اللہ تعالیٰ میرے بھائی کو میرج ہال جیسا کاروبار دیں گے یہ سب اللہ تعالیٰ کا فضل اور سورۂ مزمل کا کمال ہے۔

امتحان میں فرسٹ ڈویژن حاصل کرنے کیلئے

(محمد ارسلان ادریس)

1۔ صبح 313 بار اِیَّاکَ نَعۡبُدُ وَاِیَّاکَ نَسۡتَعِیۡنُ

2۔ رات کو 313 بار یَامُسَبِّبَ الۡاَسۡبَابُ (بعد نماز عشاء)

چونکہ میں نے وظیفہ نمبر دو کو میٹرک میں آزمایا تھا اور میں میٹرک میں بڑی آسانی کے ساتھ فرسٹ ڈویژن میں کامیاب ہوا تھا اس لیے میں نے سوچا کہ اس کو دوبارہ شروع کروں اور کم از کم بی ایس سی میں ناکام نہ ہوں۔ (اور جو طالب علم میرے پاس پڑھتے ہیں میں نے ان کو بھی یہی وظیفہ استعمال کروایا اور سب بڑے اچھے نمبروں سے کامیاب ہوئے)

وظیفہ نمبر ایک میں نے اس لیے شروع کیا کہ اللہ تعالیٰ میری مدد فرمائیں اور جو بچوں کے والدین مجھے جان بوجھ کر فیسیں نہیں دیتے وہ وقت پر فیسیں دیں اور میرے رزق میں اضافہ اور برکت ہو۔ میں اگر مٹی میں بھی ہاتھ ڈالوں تو وہ سونا بن جائے والی کیفیت ہو اور ایسا ہی ہوا اور میری تمام خواہشات پوری ہوئیں۔

وظائف کی برکت

(محمد لقمان‘ ملتان)

محترم حکیم صاحب! میں آپ سے ماہنامہ عبقری کی صورت میں فیض یاب ہوتا رہا ہوں اور یہ سلسلہ ماہنامہ عبقری کے پہلے شمارے سے لیکر آج تک جتنے بھی شائع ہوئے ہیں جاری وساری ہے اور انشاء اللہ یہ سلسلہ ہمیشہ ہمیشہ رہے گا۔ مجھے امید ہے کہ آپ مجھے ٹارگٹ حاصل کرنے کیلئے اپنی قیمتی آراء سے فیض یاب فرمائیں گے اور میری کامیابی کیلئے خصوصی دعا کریں گے۔ میرے معمولات میں پانچ وقت نماز اور نماز کے بعد انمول خزانہ نمبر دو‘ تسبیح فاطمہ اور دس دس بار کلمہ طیبہ‘ سورۂ اخلاص اور درود پاک شامل ہیں۔ اس کے علاوہ درود نور (حسب توفیق) اسماء الحسنیٰ (جو مجھے زبانی یاد ہیں) چاروں قل‘ سورۂ یٰسین (مبین کے ساتھ) اور آدھا پارہ قرآن مجید روزانہ پڑھتا ہوں۔

ان وظائف کی برکت سے مجھے چند دن پہلے خواب میں حضرت امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے روضہ مبارک کی حاضری اور حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا امامہ شریف جو لاہور میں بادشاہی مسجد کے اپر فلور میں محفوظ ہے کو براہ راست بوسہ دینے کا شرف ملا ہے اور میں نے خواب میں اپنے امام مسجد کی طرف سے دیئے گئے حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا دانت مبارک چومنے کی سعادت حاصل کی ہے اور ان وظائف کی برکت سے میرے سارے کام آسان ہوگئے ہیں۔ روزانہ میری کتنی دلی آرزوئیں پوری ہوتی ہیں۔ اکثر دل میں یہ سوچ رہا ہوتا ہوں کہ یہ کام نہیں ہوسکتا یا میں نہیں کرسکتا‘ وہ اسی وقت ہوجاتا ہے۔ ان وظائف نے مجھے اتنا دیا ہے کہ میں آپ کو بتا نہیں سکتا اور میں نے جس کسی کو بھی بتایا ہے اور اس نے نیت کے ساتھ کیا ہے تو اللہ نے اس کو بھی بہت نوازا ہے۔

بچوں کا صفحہ

پیارے بچو! علی سے رہنمائی حاصل کریں

کھانا کھا کر علی گھر سے باہر جانے لگا علی کی امی نے پوچھا بیٹا کہاں جا رہے ہو' علی نے مسکراتے ہوئے جواب دیا اپنے پرانے جوتوں کو نیا کرنے۔ علی کی امی یہ دیکھ کر خوش ہوگئیں کہ علی اپنے پرانے جوتوں کو پالش کر کے چمکا رہا تھا

علی ایک بہت ہی اچھا لڑکا تھا' سب گھر والے اس سے بہت محبت کرتے تھے۔ علی بھی اپنے بھائی بہنوں اور امی ابو سے بہت محبت کرتا تھا وہ امی ابو کی خدمت کرتا تھا کام کاج میں ان کا ہاتھ بٹاتا اور چھوٹے بھائی بہنوں کی پڑھائی میں مدد کرتا تھا۔ علی پانچ وقت کی نماز پابندی سے مسجد میں جا کر جماعت کے ساتھ پڑھتا تھا۔ ایک دن علی فجر کی نماز پڑھ کر گھر آیا اور کسی سے بات چیت کیے بغیر اپنے بستر پر لیٹ گیا' علی کی امی نے اس سے پوچھا: ''کیا بات ہے علی بیٹے تم بستر پر لیٹ گئے' سکول نہیں جانا؟'' علی نے کہا: نہیں امی! آج میں سکول نہیں جاؤں گا میرے سب دوست میرے پھٹے ہوئے جوتے دیکھ کر میرا مذاق اڑاتے ہیں آپ ابو سے کہیں وہ میرے لیے نئے جوتے بازار سے لے آئیں۔ علی کے ابو غریب تھے وہ ایک جگہ نوکری کرتے تھے اور وہاں سے ملنے والی تنخواہ سے گزر بسر مشکل تھی' علی کی زبان سے اس قسم کی بات سن کر وہ پریشان ہوگئے۔ انہوں نے اپنی اہلیہ (علی کی امی) سے کہا کہ دو رکعت نفل صلوٰۃ الحاجت پڑھ کر اللہ سے مانگو کہ یا تو اللہ اس کے جوتوں کا انتظام کردے یا علی کو صحیح سمجھ دے کہ وہ اپنا گزارا انہی پرانے جوتوں پر کرے۔

علی کی امی اور ابو نے صلوٰۃ الحاجت پڑھی اور اللہ سے دعا کی۔ علی ظہر کی نماز کے وقت نیند سے اٹھا اور کسی سے بات کیے بغیر وضو کرکے مسجد کی طرف چلا گیا۔ راستہ میں اس کی نظر اپنے دوستوں پر پڑی جو نئے جوتے پہنے سکول سے واپس آرہے تھے۔ علی ان سے منہ چھپا کر آگے بڑھ گیا کہ کہیں وہ اس کا مذاق نہ اڑائیں۔

اچانک علی کی نظر ایک لڑکے پر پڑی جو بے ساکھیوں کے سہارے مسجد کی طرف جا رہا تھا اس کے دونوں پاؤں نہیں تھے۔

اسے دیکھ کر علی کو بے حد افسوس ہوا اور بے اختیار آنکھوں میں آنسو آگئے اور وہ دل ہی دل میں سوچنے لگا کہ مجھ سے کتنی بڑی غلطی ہوگئی اللہ نے مجھ پر اتنے احسانات انعامات کیے کہ مجھے تندرست بنایا دونوں پاؤں عطا فرمائے بغیر بے ساکھیوں کے میں چل سکتا ہوں۔ لیکن پھر بھی میں اللہ کی ناشکری کرتا ہوں۔

علی اپنی حرکت پر بہت نادم ہوا اس نے نماز پڑھ کر اللہ سے توبہ کی اور گھر آکر امی ابو سے بھی معافی مانگی اور انہیں سارا واقعہ سنایا کہ کس طرح اللہ نے اس کو صحیح راستہ دکھایا۔

کھانا کھا کر علی گھر سے باہر جانے لگا علی کی امی نے پوچھا بیٹا کہاں جا رہے ہو' علی نے مسکراتے ہوئے جواب دیا اپنے پرانے جوتوں کو نیا کرنے۔ علی کی امی یہ دیکھ کر خوش ہوگئیں کہ علی اپنے پرانے جوتوں کو پالش کر کے چمکا رہا تھا اور اللہ تعالیٰ نے جس حال میں رکھا حال میں خوش تھا اور پرانے جوتوں میں پر اللہ کا شکر ادا کر رہا تھا اور کہہ رہا تھا الحمدللہ علی کل حال ہر حال میں اللہ کا شکر ہے۔

لالچی بیکری والا

حامد شہر سے تھوڑی دور ایک گاؤں میں رہتا تھا گاؤں کے بازار میں اس کی ایک بیکری تھی۔ گاؤں کے اکثر لوگ اسی کی بیکری سے سامان خریدتے تھے کیونکہ اس کی بیکری کی چیزیں تازہ ہوتی تھیں۔ حامد ایک لالچی اور کنجوس شخص تھا اللہ تعالیٰ نے اس کو بہت دولت سے نوازا تھا لیکن وہ اس دولت میں سے غریبوں پر کچھ بھی خرچ نہیں کرتا تھا بلکہ ہر وقت اسی فکر میں رہتا تھا کہ کس طرح اس کی دولت میں اضافہ ہوجائے۔

اسی گاؤں میں ایک آدمی ہارون رہتا تھا وہ بہت غریب تھا۔ ایک دن ہارون حامد کی بیکری کے باہر سے گزر رہا تھا اسے بے حد بھوک لگی ہوئی تھی اور جیب میں ایک پیسہ بھی نہ تھا۔ حامد کی بیکری سے تازہ ڈبل روٹیوں کی خوشبو آرہی تھی۔ ہارون بیکری کے باہر کھڑا ہو کر ڈبل روٹیوں کی خوشبو سونگھنے لگا۔

حامد بیکری میں بیٹھا یہ سب کچھ دیکھ رہا تھا وہ اپنی جگہ سے اٹھا اور بیکری سے باہر آکر ہارون کو پکڑ لیا اور کہا کہ تم نے میری بیکری سے آنے والی خوشبو کو سونگھا ہے اس لیے تم اس کے پیسے دو۔ ہارون بہت پریشان ہوا کیونکہ اس کے پاس تو پیسے ہی نہ تھے۔ اس نے حامد سے کہا بھائی حامد میں نے تم سے کوئی چیز تو نہیں خریدی کہ میں تم کو پیسے دوں میں نے تو صرف خوشبو سونگھی ہے اور خوشبو سونگھنے کے پیسے نہیں ہوتے۔ اب تو حامد غصے سے چلانے لگا۔

لوگ جمع ہوگئے لوگوں نے بھی سمجھایا کہ ظلم مت کرو' ظلم کو اللہ تعالیٰ پسند نہیں کرتے اور اللہ تعالیٰ ظالم کو ذلیل کردیتے ہیں۔ لیکن حامد نہ مانا اور اس نے کہا کہ ہمارا فیصلہ قاضی صاحب (جج صاحب) کریں گے اور یہ کہہ کر دوبارہ ہارون کو لے کر عدالت کی طرف روانہ ہوا۔ ہارون نے راستہ میں اپنے بھائی زاہد کو بھی بلا لیا کہ وہ بھی اس کے ساتھ چلے اور اس کی مدد کرے۔ زاہد ایک سمجھدار اور عقلمند آدمی تھا وہ جانتا تھا کہ حامد بہت ہی لالچی آدمی ہے۔ یہ تینوں قاضی کے پاس عدالت پہنچے۔

حامد نے قاضی سے کہا جناب والا! اس شخص (ہارون) میری بیکری کی چیزوں کی خوشبو کو سونگھا اور اب یہ اس کے پیسے نہیں دے رہا آپ انصاف کریں اور مجھے میرا حق اس سے دلوایئے۔

زاہد حامد کی بات سن رہا تھا وہ آگے بڑھا اور قاضی صاحب سے کہا کہ اگر اجازت ہو تو اس کی اجرت ادا کردوں۔ قاضی صاحب نے اجازت دے دی زاہد نے جیب سے سکوں سے بھری ہوئی تھیلی نکالی اور حامد کے کان کے قریب تھیلی کو ہلایا جس سے سکوں کی چھن چھن پیدا ہوئی۔ زاہد نے حامد سے کہا کیا تجھے سکوں کی آواز سنائی دی۔ حامد نے کہا ہاں! زاہد نے کہا یہی آواز کا سننا اجرت ہے اس سونگھنے کی جو ہارون نے سونگھا۔ قاضی صاحب زاہد کی عقلمندی سے بہت خوش ہوئے اور ہارون کو آزاد کردیا اور پورے شہر میں اعلان کروا دیا کہ حامد ایک لالچی آدمی ہے۔ اب جو لوگ پہلے حامد سے محبت کرتے تھے اس کی لالچ اور غریبوں پر ظلم کرنے کی وجہ سے اس سے نفرت کرنے لگے۔

سورۂ فلق سے روزی میں برکت واضافہ

حضرت امام ابوالحسن شاذلی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ سورۂ فلق کثرت سے پڑھنے والے پر روزی بارش کے قطروں کی طرح برستی ہے۔ لہٰذا صبح وشام درود شریف گیارہ بار سورۂ فلق 41 بار پھر درود شریف گیارہ بار معمول بنالیں' بہت جلد اثرات ملنے شروع ہوں گے۔ (اللہ دتہ چشتی' خانیوال)

جن بابا نے لوٹے مار مار کر سر پھاڑ دیا

محمد انور‘ لاہور

ایک دفعہ علاقے کے چند اوباش لڑکوں نے شرط لگائی کہ جو شخص اس درخت کے نیچے پیشاب کرے گا اس کو دس روپے دیئے جائیں گے۔ (اس دور میں 10 روپے بڑی رقم سمجھی جاتی تھی) ان میں سے ایک لڑکا تیار ہوگیا میں نے اس کو بڑا سمجھایا کہ ایسا نہ کر اس کا انجام بہت بُرا بھی ہوسکتا ہے

محترم قارئین! یہ آج سے کوئی چالیس سال پرانی بات ہے کہ ہم جس گھر میں رہتے تھے اس میں کچھ جنات بھی رہائش پذیر تھے‘ لیکن انہوں نے کبھی ہمیں کچھ نہ کہا تھا اور وہ کبھی کبھار ہی ہمیں نظر آتے تھے ہمارے گھر کے بالکل ساتھ ایک بیر کا درخت تھا اور اس پر بھی کچھ جنات رہائش پذیر تھے۔ وہ جن مسلمان تھے اور میری والدہ کو اکثر سفید ڈاڑھی اور سفید لباس والے بزرگ نماز پڑھتے اور کچھ عورتیں نماز پڑھتی دکھائی دیتیں تھیں‘ کبھی کبھار وہ ہمیں چلتے پھرتے بھی دکھائی دیتے لیکن نہ ہم نے کبھی ان کو کچھ کہا اور نہ ہی کبھی انہوں نے ہمیں کچھ کہا۔

میری عمر اس وقت تقریباً پندرہ سال تھی اس بیر کے درخت پر جب بھی بیر لگتے تو جو بھی بچہ یا بڑا یا بوڑھا پتھر مار کر بیر اتارتا اس کے گھر پر اس دن پتھر برستے۔ لیکن میں گاؤں میں واحد تھا جو اس درخت پر چڑھ کر بیر اتار لاتا تھا لیکن مجھے کوئی کچھ نہیں کہتا تھا۔

ایک دفعہ علاقے کے چند اوباش لڑکوں نے شرط لگائی کہ جو شخص اس درخت کے نیچے پیشاب کرے گا اس کو دس روپے دیئے جائیں گے۔ (اس دور میں 10 روپے بڑی رقم سمجھی جاتی تھی) ان میں سے ایک لڑکا تیار ہوگیا میں نے اس کو بہت سمجھایا کہ ایسا نہ کر اس کا انجام بہت بُرا بھی ہوسکتا ہے لیکن وہ نہ مانا اور پیشاب کرنے کیلئے تیار ہوگیا۔

ابھی وہ درخت کے پاس جا کر بیٹھا ہی تھا کہ اس کی چیخیں نکلنا شروع ہوگئیں اور اس نے پاگلوں کی طرح بھاگنا شروع کردیا‘ سارے گاؤں نے دیکھا کہ ایک پیتل کا لوٹا تھا جو اس کے سر پر بڑی زور سے لگتا تھا اور وہ نوجوان آگے آگے بھاگ رہا تھا اور لوٹا اس کے پیچھے پیچھے اس کے سر پر لگ رہا تھا جس سے اس نوجوان کا سر لہولہان ہوگیا اور تھوڑی دیر کے بعد وہ لوٹا بھی غائب ہوگیا۔

جب کچھ دن بعد وہ نوجوان مجھے ملا تو میں نے اس سے پوچھا کہ بھئی سناؤ کیا ہوا تھا‘ کہنے لگا ابھی میں بیٹھا ہی تھا کہ ایک بزرگ جو سفید ڈاڑھی اور سفید لباس میں ملبوس تھے آئے اور مجھے بڑے غصے سے دیکھا اور لوٹا پکڑ کر میرے پیچھے بھاگنا شروع کردیا۔ وہ مجھے کچھ دیر نظر آتے رہے بعد میں غائب ہوگئے۔ اس دن کے بعد کسی کی جرأت نہیں ہوئی کہ اس درخت کے پاس بھی کوئی جائے۔

ہمیں اس مکان کو چھوڑے عرصہ بیس سال ہوچکا ہے میں اب بھی وہاں کبھی کبھار جاتا ہوں وہ مکان جیسا ہم نے بیچا تھا آج بھی ویسا ہی ہے جنات کسی کو بھی اس مکان میں نہیں رہنے دیتے نہ ہی اس مکان کو مسمار کرنے دیتے ہیں۔

پیٹ کی بیماریوں کا آسان علاج

کھانے کے بعد خشخاش صاف کرکے تھوڑی سی کھا لینے سے قبض‘ خشکی‘ معدہ انہضام ہضم سب کچھ ٹھیک ہوجاتا ہے۔

کسٹر آئل رات کو سونے سے پہلے سر میں نرم ہاتھوں سے مالش کریں اور صبح بال دھولیں‘ اس سے بال گھنے‘ لمبے اور خوشنما سیاہ ہوجاتے ہیں۔ **(شہناز)**

روحانی پھکی یا کراماتی پھکی

مجھے درد معدہ کی شکایت تقریباً پندرہ سال کی عمر سے شروع ہوئی اور آج 62 سال کی عمر ہوچکی ہے اب حالت یہ تھی کہ یہ درد تین تین دن تک مسلسل پریشانی کا سبب بنا ہوا تھا۔ ماہنامہ عبقری جو کہ میرا پسندیدہ رسالہ ہے اس میں روحانی پھکی کے بارے میں پڑھا‘ آپ سے منگوائی‘ استعمال کی اور کوئی چھ ماہ سے زائد عرصہ ہوا اللہ تعالیٰ کے فضل سے اس درد سے نجات پائی اس کے ساتھ ہی چائے سے بھی نجات مل گئی‘ معلوم نہیں اس پھکی میں کون سا ایسا جزو ہے کہ میرا جی چائے پینے کیلئے نہیں کرتا۔ میرا خیال ہے کہ اگر چائے سے احتیاط کی جائے تو پھکی کا اثر جلد ظاہر ہوگا۔ لیہ کے ایک دوست حاجی نواز جن کو معدہ اور کمر کے مہروں کی تکلیف تھی‘ ان کو بھی روحانی پھکی دی‘ استعمال کرنے کے بعد کہنے لگے کہ الحمدللہ میری دونوں تکالیف ختم ہوچکی ہیں اور میں نے تمام دوائیں چھوڑ دی ہیں۔ بے شک اس روحانی پھکی میں کوئی کرامت ضرور ہے کہ جس نیت سے استعمال کی جائے اللہ پاک شفاء نصیب فرماتے ہیں۔ اللہ پاک آپ کو اور آپ کی نسلوں کو اس کا اجر عظیم عطا فرمائے۔ آمین **(محمد عبدالرشید‘ پشاور)**

پانچ نکاتی باتیں

محمد یونس قادری‘ ٹنڈو آدم

جو پڑوسیوں کو گھٹیا سمجھے گا وہ ہمسایوں کے نفع سے محروم ہوجائیگا۔ جو رشتہ داروں کو گھٹیا سمجھے گا وہ محبت و الفت سے محروم ہوجائیگا

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ہے کہ جو شخص ان پانچ قسم کے لوگوں کو حقیر سمجھے گا وہ پانچ چیزوں کے منافع سے محروم ہوجائے گا۔

☆ جو علماء کو گھٹیا سمجھے اس کا دین برباد ہوجائے گا۔ ☆ جو اہل وسعت کو گھٹیا سمجھے گا دنیاوی فوائد سے محروم ہوجائیگا۔ ☆ جو پڑوسیوں کو گھٹیا سمجھے گا وہ ہمسایوں کے نفع سے محروم ہوجائیگا۔ ☆ جو رشتہ داروں کو گھٹیا سمجھے گا وہ محبت و الفت سے محروم ہوجائیگا۔ ☆ جو اپنی بیوی کو گھٹیا سمجھے گا وہ اچھی زندگی سے محروم ہوجائیگا۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ جس کو ان پانچ اعمال کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو ساتھ ہی پانچ نعمتیں اور بھی عطا فرماتے ہیں۔

☆ اللہ تعالیٰ جسے شکر کرنے کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو ضرور نعمتوں میں زیادتی بھی عطا فرماتے ہیں۔ ☆ اللہ تعالیٰ جسے دعا مانگنے کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو قبولیت دعا سے بھی ضرور نوازتے ہیں۔ ☆ اللہ تعالیٰ جسے استغفار کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو اس کی مغفرت بھی ضرور کردیتے ہیں۔ ☆ اللہ تعالیٰ جسے توبہ کرنے کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو اس کی توبہ کو قبولیت بھی عطا فرماتے ہیں۔ ☆ اللہ تعالیٰ جسے صدقہ کرنے کی توفیق عطا فرماتے ہیں تو اس کا تکفل بھی فرماتے ہیں۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ پانچ چیزوں کو پانچ چیزوں سے پہلے غنیمت جانو: ☆ اپنی جوانی کو بڑھاپے سے پہلے ☆ صحت کو بیماری سے پہلے ☆ غناء کو فقر سے پہلے ☆ اپنی زندگی کو موت سے پہلے ☆ فراغت کو مشغولی سے پہلے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ: ☆ بات کو چھپانے سے رازوں کی حفاظت ہوتی ہے۔ ☆ صدقہ مال کی حفاظت کرتا ہے۔ ☆ اخلاص اعمال کی حفاظت کرتا ہے۔ ☆ سچ اقوال کی حفاظت کرتا ہے۔ ☆ مشورہ آراء کی حفاظت کرتا ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ہے کہ عنقریب میری امت پر ایک ایسا وقت آئیگا کہ پانچ چیزوں کو محبوب رکھیں گے اور پانچ چیزوں کو بھول جائیں گے:۔ ☆ دنیا کو پسند کریں گے‘ آخرت کو بھول جائیں گے۔ ☆ زندگی کو پسند کریں گے موت کو بھول جائینگے۔ ☆ دنیا کے مکان کو پسند کریں گے قبروں کو بھول جائینگے۔ ☆ مال کو محبوب رکھیں گے‘ حساب کو بھول جائینگے۔ ☆ مخلوق کو محبوب رکھیں گے اور خالق کو بھول جائیں گے۔ **(منبہات ابن حجر العسقلانی)**

نرس کا اپنے والد کو ماننے سے انکار

انہوں نے بچے کی خوشی میں شراب کی گُڑتی دی اس کے بعد وہ بچہ بڑا ہوا اور بچے کو تھوڑی تھوڑی شراب دیتا رہا اور وہ شراب کی محفل لگاتا' شراب پیتے پیتے نشہ کی حالت میں باتھ روم میں گیا اور وہیں گر کر مر گیا' بچہ بڑا ہو کر باپ کی طرح شراب پیتا رہا

سود کی کمائی کا انجام

(رشیدہ خانم' لاہور)

جب میرے تایا فوت ہوئے تھے تو ان کے ہاتھ میں 10 روپے کا نوٹ مٹھی میں دبا ہوا تھا' تمام عورتیں ان کی بہو کی تعریفیں کر رہی تھیں کہ میرے تایا کہ کی حالت بچوں جیسی ہوگئی تھی روزانہ بہو سے کبھی 5 روپے اور کبھی 10 کا نوٹ مانگتے تھے اور وہ دیتی تھیں۔ تمام لوگوں نے ان کی اس حالت کو بڑھاپا اور معصومیت قرار دیا مجھے سمجھ نہیں تھی پھر میں اس بات کو بھول گئی کیونکہ بات کافی سال پرانی ہے۔ لیکن حضرت حکیم صاحب کے درس میں آنے سے میں نے بہت فیض پایا' دماغ کے تمام دروازے کھل گئے بتائے ہوئے اعمال کرنے سے بہت کچھ مل گیا جس کا کبھی سوچا بھی نہ تھا۔ خیر اسی درس کی ''روشنائی میں'' میں نے اپنے بزرگوں سے پوچھا تایا آخری وقت بھی بس 10 روپے دیدو' 10 روپے دیدو...... جب دم نکلا تو نہلاتے وقت بھی مٹھی میں دس روپے تھے' والدہ بتانے لگی کہ یہ ریلوے ورک شاپ میں مستری تھے گھر والوں کو تنگ کر کے کچھ روپے جمع کر لیے تھے اور ریلوے مزدوروں کو سود پر دیتے تھے۔ میری والدہ کہتی ہیں یہ باتیں خود انہوں نے اپنے منہ سے بتائیں تھیں اور اس وقت ان کی زبان میں بہت فخر تھا۔ اس کے اس کاروبار سے کیا ہوا؟ وہ یہ ہوا:۔ ☆ گھر بنا یا دیکھنے والے کہتے تھے کہ گھر نہیں شیش محل ہے' مگر شفٹ ہونے سے پہلے بیگم (یعنی میری تائی) کا انتقال ہوگیا' شفٹ نہ ہوسکے۔ ☆ ایک لڑکی پاگل ہوگئی وہ بھی تایا جی نے گلاس پھینک کر مارا دماغ میں لگا گلاس بھی پیتل کا تھا' خدا جانے مارنے کا کیا پریشر تھا وہ دماغی طور پر پاگل ہوگئی۔ ☆ ایک لڑکی بے اولاد رہی۔ ☆ ایک لڑکی شادی نہ کرسکی یا نہ ہوسکی کیونکہ وہ پاگل بہن کو سنبھال رہی تھی۔ ☆ بڑا لڑکا جو پانچ بچوں کا باپ تھا' شرابی بن گیا اور جگر کے کینسر سے مر گیا۔ تایا کا خاتمہ ایمان کی بجائے 10 روپے پر ہوا' دس روپے ہاتھ میں پکڑے تب دم نکلا۔ (افسوس!)

مکافاتِ عمل کے مختلف عبرتناک واقعات

(عمر فاروق' لاہور)

بڑا بول بولنے کا انجام: راولپنڈی میں ایک امیر خاندان تھا۔ ان کا بیکری کا کاروبار تھا۔ اس نے بڑا بول بولا اس نے اپنے ایک دوست جو دودھ دہی کا کام کرتا تھا۔ اس سے کہا تمہارے پاس کتنی دولت ہے' اس نے کہا یہ جو دودھ کا کڑاہا ہے اس دودھ کا کھویا مار سکتا ہوں اگر اس کے نیچے اپنے نوٹوں کو آگ لگاؤں۔ تو اس امیر آدمی نے کہا صرف ایک ہی کڑاہا یا میرے پاس تو اتنی دولت ہے سات آٹھ دودھ کے کڑاہوں کا کھویا مار سکتا ہوں تو پھر میری دولت ختم نہیں ہوسکتی۔ بعد میں وہی خاندان ایک ایک پیسے کا محتاج ہوا۔

ماں کی بددعا: ہمارے محلے میں ایک نیک خاتون رہتی ہیں جس کا بیٹا جو کے قتل کے مقدمہ میں جیل میں چلا گیا وہ اپنی ماں کو بہت تنگ کرتا تھا۔ ایک دن اس کی ماں نے بتایا کہ میرے دل میں خیال آیا کہ اس کی ٹانگ میں گولی لگ جائے۔ کچھ پانچ چھ ماہ چارپائی پر رہے گا تاکہ لوگوں کی شکایات نہیں آئیں گی۔ اسی دن کسی کی شادی پر رات کو فائرنگ کرتے ہوئے اپنی ہی گولی اپنی ٹانگ میں لگ گئی جس کی وجہ سے چھ ماہ چارپائی پر پڑا رہا۔

باپ کی بددعا: ایک آدمی کا بیٹا ہمیشہ گھر دیر سے آتا تھا اور بہت تنگ کرتا تھا تو ایک دن اس کے باپ نے اسے بددعا دی کہ اللہ کرے تو اندھا ہو جائے اور وہ صبح اندھا ہوگیا۔

مسور کی دال: ایک آدمی کی بہت بڑی فیکٹری تھی' اوپر گھر تھا نیچے فیکٹری تھی اور اپنے دفتر میں بیٹھا تھا اس کا کوئی دوست ملنے کیلئے آیا اس نے اوپر پیغام بھیجا نیچے جلدی کھانا بھیجیں میرا فلاں دوست آیا ہے گھر والوں نے نیچے کھانا بھیجا جو کے سالن میں مسور کی دال تھی اس کو شرمندگی محسوس ہوئی' اس نے دال والا برتن اٹھا کر پھینکا کہ ہمارے لیے دال ہی رہ گئی ہے۔ اتنے میں گیٹ میں دستک ہوئی دروازہ کھولا تو پولیس کھڑی تھی جو اس کو گرفتار کر کے نامعلوم تھانے میں لے گئے دو دن تک اس سے کچھ نہیں پوچھا' بھوکا بیٹھا رہا تیسرے دن جو کھانا آیا اس میں وہ مسور کی دال تھی اس نے روٹی ایک طرف رکھی اور دال کو منہ لگالیا اتنے میں انسپکٹر معذرت کرتا ہوا آیا کہ ہم نے تو آپ کے ساتھ جو فیکٹری ہے اس کے مالک کو گرفتار کرنا تھا ملازم غلطی سے آپ کو لے آئے۔

بڑا بول: ملتان میں ایک بہت بڑا بوسکی کا تاجر تھا پاکستان میں ان دنوں بوسکی بلیک میں فروخت ہوتی تھی' یہ ہر وقت لوگوں کو کہتا تھا کہ میرے پاس اتنی دولت ہے کہ ساری زندگی بھی گھر بیٹھ کر کھاؤں تو ختم نہ ہو پھر اس گھر پر پولیس کا چھاپہ پڑا تو اس نے پورے گھر کی تلاشی لی مگر بوسکی کا ایک تھان بھی نہ ملا تو جب واپس جانے لگے تو تاجر نے انسپکٹر سے کہا چائے پی کر جانا انسپکٹر صوفہ پر بیٹھنے کی بجائے بیڈ پر بیٹھا اور اپنے دونوں ہاتھ پیچھے کی طرف لمبے کیے تو جیسے ہی ہاتھ پیچھے لمبے کیے تو اس کے ہاتھ سلپ ہوگئے جب گھر کے بیڈوں کی شیٹ اٹھائیں تو بوسکی کے ڈھیر لگے ہوئے تھے۔ پولیس نے تاجر کو گرفتار کر لیا اور اس کا سارا کاروبار تباہ ہوگیا اور وہ فاقوں کی حالت میں مرا۔

شراب پینے کا انجام: ہمارے عزیزوں میں سے ایک عزیز تھے۔ اس کا صرافہ بازار میں سونے کا کاروبار تھا اور بہت بڑی دکان تھی' کام بہت اچھا تھا مگر وہ خود بہت بڑے شرابی تھے اور اس نے دو شادیاں کیں' دوسری بیوی سے بچہ ہوا تو انہوں نے بچے کو خوشی میں شراب کی گُڑتی دی اس کے بعد وہ بچہ بڑا ہوا اور بچے کو تھوڑی تھوڑی شراب دیتا رہا اور وہ شراب کی محفل لگاتا' شراب پیتے پیتے نشہ کی حالت میں باتھ روم میں گیا اور وہیں گر کر مر گیا' بچہ بڑا ہو کر باپ کی طرح شراب پیتا رہا اور ماں کو گالیاں نکالتا رہا اور مارتا رہا اور پیسے مانگتا کہ میں نے شراب پینی ہے' سارا کاروبار باپ کے مرنے کے بعد ختم ہوگیا تھا ماں اکثر یہ بددعا دیتی تھی کہ تم ایک دن گندی نالی کا پانی پیتے پیتے مرو گے پھر ایک دن آیا کہ گندی نالی میں نشہ کی حالت میں مرا ہوا نظر آیا اس وقت اس کی عمر تقریباً پچیس سال ہوگی۔

بیٹی نے پہچاننے سے انکار کردیا: میوہسپتال میں ایک نرس نوکری کرتی تھی جو کے کسی گاؤں میں رہنے والی تھی' ادھر وہ اپنے آپ کو بہت ماڈرن اور بڑے گھر کا بتاتی تھی' ایک دن وہ اپنی سہیلیوں کے ساتھ جارہی تھی تو اس کو پیغام ملا کہ ایک بوڑھا بابا جو کے اپنے آپ کو اس کا والد بتا رہا تھا اور کہہ رہا تھا کہ میں نے اس سے ملنا ہے اس نے جب دیکھا بڑے میاں میلے کپڑوں میں ہیں تو اس نے اپنا والد ماننے سے انکار کردیا' اس کا والد بہت منت کرتا رہا کہ تم میری بیٹی ہو میرے ساتھ چلو مگر وہ انکار کرتی رہی تو اس کی آنکھوں میں آنسو تھے تو اس کی سہیلیوں نے کہا کہ وہ تمہارے سب گھر والوں کے نام لے رہا ہے اور تم کہتی ہو کہ میں جانتی نہیں اس نے کہا ہوسکتا ہے میرے باپ کا یار ہو' بابا جی نے جب یہ سنا تو روتے ہوئے گھر چلے گئے۔

جولائی کے جوابات

آپ کیلئے ایک آسان اور آزمودہ ٹوٹکہ دے رہا ہوں' مکھن' بالائی وغیرہ استعمال کرتے ہوئے اس پر حسب ذائقہ دارچینی چھڑک لیا کریں اس سے آپ کو بہت فوائد ملیں گے ایک تو چکنائی نالیوں میں جمے گی نہیں اور دوسرا ہاضمہ بھی ٹھیک رہے گا۔ **(عبدالرشید' خانیوال)**

ii۔آپ دودھ مکھن جب بھی استعمال کریں اس میں ایک چمچ شہد کا ملالیں' کوشش کریں کہ دودھ نیم گرم لیں اس سے جسم کے اعضاء کو بھی تقویت ملے گی اور اندر سے بلغم وغیرہ بھی خارج ہوگی۔ بہت آسان لیکن مفید نسخہ ہے۔ **(شاہد خان' پشاور)**

2۔آپ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح اَللّٰھُمَّ اِنَّا نَجْعَلُكَ فِیْ نُحُوْرِھِمْ وَنَعُوْذُبِكَ مِنْ شُرُوْرِھِمْ پڑھیں اپنی بیماری کا تصور رکھیں۔ چند ماہ اس کی پابندی کریں انشاء اللہ بہت جلد فائدہ ہوگا۔ **(جویریہ علی' لاہور)**

ii۔زیتون کے تیل پر ایک ہزار ایک بار سورۃ کافرون سات دن تک روزانہ پڑھ کر وہ تیل چنبل والی جگہ پر لگائیں تیل کو بڑھاتے جائیں ختم نہ ہونے دیں' بہت لاجواب روحانی ٹوٹکہ ہے۔ انشاء اللہ ضرور فائدہ ہوگا۔ اس تیل کو پورے جسم پر بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ **(شاکرہ' اسلام آباد)**

3۔آپ باوضو ہو کر مسنون طریقے سے دائیں کروٹ لیٹ کر سونے کی دعا پڑھ لیا کریں۔ اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ پڑھتے پڑھتے سو جایا کریں۔ چند دن میں ہی یہ کیفیت ختم ہو جائے گی اور پرسکون نیند آئے گی۔ **(محمد احمد' لاہور)**

4۔بہن آپ پریشان نہ ہوں' شہد اور گھیکوار کا گودا ہم وزن لے کر کریم کی طرح پورے چہرے پر اچھی طرح مساج کیا کریں اس کے دو گھنٹے بعد تک چہرہ نہ دھوئیں۔ یہ رات سوتے ہوئے بھی کریں اور دن میں بھی کسی وقت کر لیں صابن کی جگہ بیسن استعمال کریں ہر وقت یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُ یَاجَمِیْلُ کا ورد کریں۔ **(بنت حنا' گجرات)**

اگست کے سوالات

1۔میری دو بہنوں کے گلے میں غدود ہیں بڑی کا آج سے 18 سال پہلے آپریشن ہوا تھا ایک نکال دی' ایک کی چھوٹی سی جڑ رہ گئی تھی اب وہ بہت زیادہ ہوگئی ہے' ان کو گلے میں درد بھی رہنے لگا ہے وہ آپریشن نہیں کروانا چاہتی' ڈرتی ہیں ایک ہی بیٹی ہے ان کیلئے کوئی ایسا ٹوٹکہ بتائیں تاکہ آپریشن کے بغیر غدود ختم ہو جائیں۔ **(بشیر احمد' لورالائی)**

2۔میرا جسم بہت زیادہ کمزور ہے چہرہ بالکل بھرا ہوا نہیں ہے کوئی ایسا ٹوٹکہ جس سے جسم بھر جائے ٹوٹکے میں چیزیں گرم نہ ہوں جسم گرمائش برداشت نہیں کر سکتا۔ میرا قد پانچ فٹ تین انچ ہے۔ وزن پچاس کلو ہے لیکن جسم بہت کمزور ہڈیوں کا ڈھانچہ دکھائی دیتا ہے۔ **(نام شائع نہ کریں) (پوشیدہ)**

3۔قارئین! میری والدہ کو کچھ سال پہلے بخار ہوا تھا جو علاج کرانے پر ٹھیک تو ہو گیا لیکن کچھ سال کے بعد معلوم ہوا کہ ان کا بخار ہڈیوں میں اتر گیا ہے اب جب بھی وہ ذرا سی مشقت کا کام کرتی ہیں تو وہ بخار اوپر آ جاتا ہے' ڈاکٹر سے بھی علاج کرایا لیکن وقتی طور پر تو ٹھیک ہو جاتا لیکن پھر سے بیمار ہو جاتی ہیں اگر کسی کے پاس اس کا علاج ہے تو مہربانی کر کے بتا دیں' اللہ آپ کو اس کی جزا دے گا۔ **(سدرہ شبیر احمد' سکھر)**

4۔محترم قارئین! میری بیٹی جس کی عمر 19 سال ہے اس کو عرصہ دس سال سے پھلبہری ہے کئی علاج کروائے مگر آرام نہیں آیا' سب سے پہلے پھلبہری گردن سے شروع ہوئی آہستہ آہستہ بڑھ کر پوری گردن کے آگے اور تھوڑی پیچھے پھیل گئی' جو بھی دوائی استعمال کرتے ہیں اس سے فرق تو پڑتا ہے مگر آگے بڑھتی ہے' مہربانی فرما کر کوئی ایسا علاج بتائیں جس سے پھلبہری بالکل ختم ہو جائے۔ **(مسز سلیم اشرف' لاہور)**

5۔قارئین! آج سے چار سال قبل میں نے اپنے بال کٹنگ کروائے تھے اور کٹے ہوئے بال میں نے کوڑے دان میں ڈلوا دیئے تب سے اب تک میرے بال جھڑنا شروع ہو گئے تھے اور تقریباً دو سال سے مکمل گنج پن ہو گیا ہے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ کئی طبی و روحانی علاج کیے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ براہ مہربانی کوئی تیر بہدف روحانی یا طبی ٹوٹکہ فوری بھیج دیں۔ **(ثناء بنت عبدالشکور)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: تین چیزیں ایسی ہیں وہ جس میں پائی جائیں گی نہ وہ مجھ سے ہے اور نہ میں اس سے ہوں (اور وہ تین چیزیں یہ ہیں) علی (رضی اللہ عنہ) سے بغض رکھنا' میرے اہل بیت سے دشمنی رکھنا اور یہ کہنا کہ ایمان (فقط) کلام کا نام ہے۔'' **(دیلمی)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ ایک دن حضور نبی اکرم ﷺ ہمیں خطبہ دینے کیلئے مکہ اور مدینہ منورہ کے درمیان اس تالاب پر کھڑے ہوئے جسے خُم کہتے ہیں۔ آپ ﷺ نے اللہ تعالیٰ کی حمد و ثناء اور وعظ و نصیحت کے بعد فرمایا: اے لوگو! میں تو بس ایک آدمی ہوں' عنقریب میرے رب کا پیغام لانے والا فرشتہ (یعنی فرشتہ اجل) میرے پاس آئے گا اور میں اسے لبیک کہوں گا۔ میں تم میں دو عظیم چیزیں چھوڑے جا رہا ہوں' ان میں سے پہلی اللہ تعالیٰ کی کتاب ہے جس میں ہدایت اور نور ہے۔ اللہ تعالیٰ کی کتاب پر عمل کرو اور اسے مضبوطی سے تھام لو پھر آپ نے کتاب اللہ (کی تعلیمات پر عمل کرنے پر) ابھارا اور اس کی ترغیب دی پھر فرمایا: اور (دوسرے) میرے اہل بیت ہیں میں تمہیں اپنے اہل بیت کے متعلق اللہ کی یاد دلاتا ہوں'' **(مسلم' احمد)**

حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ جب آیت مباہلہ نازل ہوئی: آپ فرما دیں آؤ ہم بلائیں اپنے بیٹے اور تمہارے بیٹے'' تو حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علی (رضی اللہ عنہ)' حضرت فاطمہ (رضی اللہ عنہا)' حضرت حسن (رضی اللہ عنہ)' حضرت حسین (رضی اللہ عنہ) کو بلایا پھر فرمایا: یا اللہ! یہ میرے اہل (بیت) ہیں۔ **(مسلم' ترمذی)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علیؓ حضرت فاطمہؓ حضرت حسن اور حضرت حسین رضی اللہ عنہم اجمعین سے فرمایا: تم جس سے لڑو گے میں اس کے ساتھ حالت جنگ میں ہوں اور جس سے تم صلح کرنے والے ہو میں بھی اس سے صلح کرنے والا ہوں۔ **(ترمذی' ابن ماجہ)**

خوبصورت کالے سینڈل

خواب: میں خواب میں جب صبح سو کر اٹھتی ہوں تو دیکھتی ہوں کہ میرے گھر کے سامنے کوئی گھر نہیں ہے اور خوب لمبی کشادہ سڑک بن رہی ہے جبکہ پچھلی طرف بھی کوئی گھر نہیں ہے اور مٹی کے اونچے ڈھیر ہیں۔ گھروں کی صرف ایک لائن ہے جس میں تمام گھر اونچے اونچے ہیں جس میں ہمارا گھر بھی شامل ہے۔ میں کہہ رہی ہوں کہ سامنے والے (جن سے ہماری اچھی دوستی ہے) کہاں گئے کوئی خواب میں بتاتا ہے کہ وہ لوگ اقبال ٹاؤن چلے گئے اور کوئی ہسپتال میں ہے۔ پھر میں ہسپتال میں چلی جاتی وہیں اور ان کو تلاش کرتی وہیں تو وہ مل جاتے ہیں۔ بتاتے ہیں کہ اب طبیعت بہتر ہے اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ دوسرے خواب میں میرے پاس بہت خوبصورت کالے سینڈل ہیں جو کہ گندی نظر آتی ہیں۔ میں کہتی ہوں کہ یہ کس نے خراب کی ہے۔ **(کنول' لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب میں اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کو کوئی ناگہانی پریشانی آنے کا اندیشہ ہے' بالخصوص اہل خانہ کے حوالے سے آپ فوری طور پر صدقہ مال ادا کریں اور کثرت سے استغفار پڑھا کریں۔

درود شریف کی کثرت

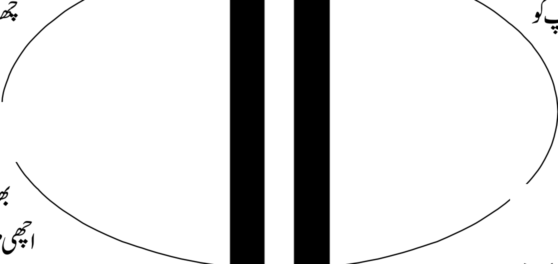
خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے گھر میں ہوں۔ میری امی مجھ سے کہتی ہیں کہ جاؤ اوپر چھت سے اپنے بڑے بھائی (د) کو بلاؤ۔ میں چھت پر جاتا ہوں تو وہ اپنے دوستوں کے ساتھ چارپائی پر بیٹھ کر کھانا کھا رہا ہوتا ہے تو میں وہاں سے چلا جاتا ہوں پھر تھوڑی دیر بعد میں پھر چھت پر جاتا ہوں تو وہ سب چھت پر کھڑے ہوتے ہیں' میں بھی چھت پر کھڑا ہوجاتا ہوں۔ کچھ دیر بعد میں دیکھتا ہوں ایک نیلے رنگ کا ہوائی جہاز ہمارے قریب آتا ہے اور پھر اڑ کر دوبارہ اوپر چلا جاتا ہے۔ کچھ دیر تو وہ اسی طرح چکر کھاتا ہے اور پھر اچانک آتا ہے اور ہم سب کے سروں کے قریب سے گزر کر جاتا ہے اور بلڈنگ کے قریب یہ نیچے گرجاتا ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے اور میں اس بلڈنگ کی سیڑھیوں سے نیچے اتر رہا ہوتا ہوں۔ (جس بلڈنگ میں ہم رہتے ہیں) بلڈنگ کا ایک حصہ گر چکا ہوتا ہے جبکہ ہمارے گھر والا حصہ بالکل ٹھیک ہوتا ہے۔ اس بلڈنگ کی سیڑھیاں بالکل درمیان میں ہیں۔ میں آدھی سیڑھیاں اترتا ہوں اور وہیں بیٹھ جاتا ہوں کیونکہ تمام بلڈنگ گررہی تھی۔ میں وہیں بیٹھے درود شریف پڑھنا شروع کردیتا ہوں تو تمام بلڈنگ ٹھیک ہوجاتی ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے۔ بلڈنگ سے نیچے اتر چکا ہوتا ہوں اور پھر میں اپنے بہن بھائیوں کو آواز دے کر نیچے بلاتا ہوں مگر وہ مجھے بلا رہے ہوتے ہیں ان میں ہمارے پڑوسی کی ایک عورت (ج) بھی شامل ہوتی ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے اور میں گھر میں ہوتا ہوں اور پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

(محمد شریف' اسلام آباد)

تعبیر: آپ کا خواب واضح ہے' اس میں آپ کو تنبیہہ کی گئی ہے کہ دین سے غفلت کی وجہ سے آپ پر کوئی مصیبت آسکتی ہے۔ لہٰذا پنج وقت نماز کا اہتمام کیجئے نیز درود شریف کثرت سے پڑھتے رہنے سے انشاء اللہ تمام حالات درست ہوجائیں گے۔

بدگمانی کا شکار

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے شوہر گھر آئے اور مجھے پیار کررہے ہیں اور میں حیران ہورہی ہوں کہ آج اپنی امی کی



موجودگی سے بے پرواہیں۔ میرے بھائی بہن آتے ہیں ان کی بھی پروا نہیں کرتے کہ اچانک ایک ادھیڑ عمر عورت دروازے پر دستک دیئے بغیر اندر آجاتی ہے۔ میں بھی اسے چونک کر دیکھتی ہوں اور یہ بھی چونکتے ہیں کہ اس طرح بغیر دستک کے اندر آنے کی کس نے جرأت کی۔ مگر اس عورت پر نظر پڑتے ہی ایک دم اس کی طرف ہاتھ بڑھا کر کہتے ہیں' او تم ہو' آجاؤ آجاؤ۔ میرے پوچھنے پر اس کا تعارف اپنی بیوی کی حیثیت سے کرواتے ہیں مگر اسے زیادہ اہمیت نہیں دیتے۔ بعد میں' میں ان سے کہتی ہوں کہ آپ تو مذہب سے اتنا لگاؤ رکھتے ہیں آپ نے پھر ایک غیر مسلم سے شادی کیسے کرلی؟ اس عورت کے ساتھ تقریباً دس سال کا ایک لڑکا بھی ہوتا ہے جسے وہ اپنا بیٹا بتاتے ہیں۔

لیکن اس بچے کو بھی کوئی اہمیت نہیں دیتے اور میرے سوال کرنے پر سنجیدگی سے میری طرف دیکھتے ہیں۔ لیکن کوئی جواب نہیں دیتے۔ **(فرحت' سرگودھا)**

تعبیر: آپ کے خواب کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے شوہر نے اپنی کاروباری مشغولیات کو اتنا بڑھا لیا ہے کہ پہلے جیسی توجہ آپ پر نہیں دے رہا ہے۔ تاہم آپ کو ان کی طرف سے کسی بدگمانی کا شکار ہونے کی ضرورت نہیں۔ آپ روزانہ بعد نماز عشاء **یَاوَدُوْدُ** ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر دعا کیا کریں۔

سحر کے اثرات

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ کوئی کہہ رہا ہے سورۂ توبہ پڑھو' اس کے فوراً بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ میں خود سے سوال کرتی ہوں' پتہ نہیں کتنی بار پڑھنا ہے پھر آنکھ لگ جاتی ہے جواب آتا ہے 80 مرتبہ۔ پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔ (رضوانہ' سکھر)

تعبیر: ماشاء اللہ آپ کے خواب میں تفصیلی رہنمائی دے دی گئی ہے۔ آپ کو اور آپ کے شوہر کو کسی حاسد دشمن کی طرف سے سحر کے اثرات کا سامنا ہے۔ خواب میں سورۂ توبہ کی آخری آیت کی طرف اشارہ ہے۔ آپ اسی آیت کو 80 بار پڑھ کر اپنے اور اپنے خاوند پر دم کریں اور پانی پر دم کرکے آپ اور آپ کے اہل خانہ پی لیں اور باقی پانی گھر کے چاروں کونوں میں چھینٹیں ماریں۔ یہ عمل کم از کم 80 روز جاری رکھیں۔

خیالات میں توازن

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے شوہر میری بھابی سے بہت مذاق کررہے ہیں۔ انہیں چھوڑ رہے ہیں وہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ مجھے ان کا اپنی بھابی سے بات کرنا تو دور کی بات ان کی طرف دیکھنا بھی پسند نہیں یہ بات میں اچھی طرح جانتی ہوں کہ میرے شوہر کو وہ بہت پسند کرتی ہیں۔ میں ان کے سامنے کھڑی ہوں اور ساتھ میں بڑے بھائی کی بیوی کھڑی ہیں۔ خواب میں یہ سب کچھ امی کے گھر میں دیکھ رہی ہوں چھوٹی بھابی ان کے ساتھ بیٹھی ہوئی ہیں بھابی کے چہرے پر ایسے تاثرات تھے کہ جیسے وہ مجھے تنگ کررہی ہیں۔ اس سے میں غصے میں اپنے تینوں بچوں کو لے کر بس میں چڑھ گئی لیکن انہوں نے مجھے روکنے کی کوشش نہیں کی۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: اپنے خیالات اور معاملات میں توازن پیدا کیجئے۔ تعلقات میں نرمی اور درگزر بہت اہمیت رکھتی ہے۔ **یَاسَلَامُ یَاعَزِیْزُ** بکثرت پڑھا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔

شدید درد کیلئے

سورۃ الحشر کی آخری تین آیات تیل پر دم کریں اور درد والی جگہ پر لگائیں انشاء اللہ تین چار بار لگانے سے ہی درد ختم ہوجائے گا۔ **(حافظ سعید الرحمن' پہاڑپور)**

بے گناہ قیدی کی کہانی خود اسکی زبانی

محمد نواز، گلگت

اس کے بعد اگلی پیشی پر میں بھی عدالت میں حاضر ہوا' پٹھان نے بعینہ اسی طرح کہا جس طرح میں نے اس کو سمجھا دیا تھا۔ اب تھانیدار صاحب بھی عدالت میں موجود تھے ان کے چہرے کا رنگ اڑ گیا اور وہ زور زور سے بولنے لگا جناب یہ جھوٹ بولتا ہے

ایک شاگرد جس کے حوالے سے میں ایک واقعہ بھی عبقری کیلئے تحریر کر رہا ہوں جو آپ میرے شاگرد کی زبانی سنیں:۔ میرا ایک دوست کسی جرم میں لاہور جیل میں قید تھا' کاف عرصہ ملاقات نہیں ہوئی تھی لہٰذا ایک دن میں اپنے دوست کو ملنے جیل گیا' وہاں ڈیوٹی پر موجود سپرنٹنڈنٹ میرا شناسا نکلا' میں چونکہ A.C مکینک ہوں اس لیے مجھے لاہور کے تقریباً بڑے گھروں میں جانا پڑتا ہے اس وجہ سے سپرنٹنڈنٹ صاحب بھی میرے واقف کار تھے' انہوں نے مجھے بڑی عزت سے بٹھایا اور جیل آمد کی وجہ پوچھی' تو میں نے اپنا مدعا بیان کیا' سپرنٹنڈنٹ صاحب نے بڑی شفقت کیساتھ صرف ملاقات کی اجازت ہی نہیں بلکہ ایک کانسٹیبل کو بلا کر کہا کہ ان کو ان کے دوست سے ملوا دو۔ اب میں خراماں خراماں سیدھا دوست کے بیرک میں پہنچا' ملاقات ہوئی باتوں باتوں کا سلسلہ چل پڑا' تو دوست نے کہا کہ یہاں میرے ساتھ آپ کا ایک پٹھان بے چارہ بے گناہ قید ہے' آپ بھی ان سے ملیں' پھر میرے دوست نے پٹھان قیدی کو آواز دی وہ فوراً آ گیا اور بڑی محبت سے ملا' اب میں نے پٹھان بھائی سے پوچھا کہ آپ یہاں کیسے پہنچ گئے تو پٹھان بے چارہ آبدیدہ ہو گیا اور کہنے لگا کہ تقریباً دو سال سے یہاں جیل میں بے گناہ سڑ رہا ہوں اور پھر اپنا واقعہ سنایا کہ میں پشاور سے سائیکل لا کر لاہور میں فروخت کرتا تھا اور لاہور سے سامان لیکر پشاور میں فروخت کرتا تھا یوں میرے گھر کا چولہا جل رہا تھا' ایک دن ایک تھانیدار صاحب ملے اور انہوں نے اپنا کمیشن مانگا میں نے فوراً انکار کیا' تھانیدار کہنے لگا کہ کمیشن دو تو فائدے میں رہو گے ورنہ آپ کا نقصان ہوگا میں نے پھر انکار کیا' اس کے بعد تھانیدار چلا گیا' دو دن بعد میں مارکیٹ میں تھا کہ پولیس کی ایک موبائل گاڑی آئی جس میں وہ تھانیدار بھی تھا اور انہوں نے مجھے گرفتار کیا اور سیدھے تھانے پہنچا دیا' تھانہ پہنچ کر تھانیدار نے میرے خلاف پرچہ کروایا کہ اس سے ایک کلو چرس اور ایک کلو افیون برآمد ہوئی ہے' مقدمہ عدالت میں چلا گیا' مجھے ریمانڈ پورا ہونے پر جیل بھیج دیا گیا تب سے لیکر اب تک دو سال ہوئے ہیں میں جیل میں ہوں' غریب آدمی ہوں چھوٹے چھوٹے بچے ہیں' وکیل کے اخراجات قرض لیکر ادا کر رہا ہوں۔ یہ سارا واقعہ سن کر میں بہت دکھی ہوا اور تھوڑی دیر خاموشی رہی پھر اچانک میرے ذہن میں

ایک تدبیر آئی میں نے فوراً پٹھان کو کہا کہ بھائی میں آپ کو ایک تدبیر بتاتا ہوں اگر دل مان لے تو کر لینا ہو سکتا ہے کہ اللہ پاک آپ کو رہائی نصیب فرمادے۔ پٹھان نے کہا کہ آپ بتائیں اگر میرے بس میں ہوا تو میں ضرور عمل کروں گا۔ میں نے کہا کہ اس دفعہ جب آپ پیشی پر جائیں تو جج کو کہیں کہ اس تھانیدار نے عدالت کو دھوکہ دیا ہے میرے پاس ایک من چرس تھی اور ایک من افیون' اس تھانیدار نے ایک کلو عدالت میں پیش کی ہے لیکن باقی مال یہ خود ہضم کر چکا ہے' لہٰذا عدالت سے گزارش ہے کہ اس سے باقی مال بھی برآمد کیا جائے۔ میری یہ تدبیر سن کر وہ تھوڑی دیر سوچ میں پڑ گیا اور پھر تیار ہو گیا۔ اس کے بعد اگلی پیشی پر میں بھی عدالت میں حاضر ہوا' پٹھان نے بعینہ اسی طرح کہا جس طرح میں نے اس کو سمجھا دیا تھا۔ اب تھانیدار صاحب بھی عدالت میں موجود تھے ان کے چہرے کا رنگ اڑ گیا اور وہ زور زور سے بولنے لگا جناب یہ جھوٹ بولتا ہے' اس سے اتنا ہی مال برآمد ہوا جتنا میں نے عدالت میں پیش کیا ہے۔ اب پٹھان صاحب کے وکیل نے فوراً اعتراض کیا کہ جناب یہ جھوٹ ہے یا سچ اس کی تحقیق کرنا عدالت کا کام ہے' لہٰذا میں عدالت سے گزارش کروں گا کہ میرے مؤکل کے الزام کی تصدیق کیلئے تھانیدار کو بھی شامل تفتیش کیا جائے۔ اس پر جج صاحب نے تھانیدار کی پیٹی اتروا دی اور پولیس والوں کو حکم دیا کہ اگلی پیشی پر تھانیدار سے باقی مال برآمد کر کے عدالت میں پیش کیا جائے۔ اگلی پیشی سے پہلے تھانیدار نے پٹھان کی منت سماجت شروع کر دی لیکن اب پٹھان بالکل انکار کرتا رہا۔ بالآخر پٹھان نے کہا کہ فقط ایک صورت ہے کہ آپ بھی عدالت میں اقرار کریں کہ آپ نے مجھے بے گناہ پھنسا دیا تھا پھر میں بھی اقرار کروں گا کہ میں نے بھی جھوٹ بولا تھا' میرے پاس سرے سے کوئی مال تھا ہی نہیں۔ لیکن یہاں پر تھانیدار نے کہا کہ پہلے آپ عدالت میں بیان دیں گے بعد میں بیان دوں گا۔ پٹھان مان گیا۔ پیشی والے دن دونوں عدالت میں پیش ہوئے تو جج نے پوچھا کہ کیا تھانیدار سے باقی مال برآمد ہوا یا نہیں؟ تو تھانیدار پھر فوراً بولا جناب اس سلسلے میں فریق مخالف سے پوچھیں وہ کچھ کہنا چاہتے ہیں لیکن اس وقت پٹھان کے وکیل نے اعتراض کیا کہ میرے مؤکل کو جو کچھ کہنا تھا (باقی صفحہ 46 پر)

عبقری ہدایت کا ذریعہ بنا

نام نہیں لکھا

اللہ تعالیٰ سے گزشتہ زندگی کی معافی مانگی۔ دل میں بے سکونی کی جگہ عجیب سا ٹھہراؤ آ گیا۔ ماہنامہ عبقری نے زندگی ہی بدل ڈالی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کتابوں سے تعلق پرائمری دور سے شروع ہوا' فضول قصے' کہانیاں' ناول' ڈائجسٹ پڑھتے ہوئے وقت گزرا' ان خرافات سے کچھ نہ ملا الٹا خراب ہوتے چلے گئے' بُری محفلوں اور دوستوں کے ساتھ قیمتی وقت گنوا دیا' ساتھ ہی صحت بھی۔۔۔۔! ایک دن ایک ڈاکٹر دوست کے پاس کلینک گیا تو کاؤنٹر پر ڈسپنسر کے ہاتھ میں ''ماہنامہ عبقری'' کی جھلک دکھائی دی ایک دو صفحات پر نظر دوڑائی تحریر اچھی لگی' ڈاکٹر صاحب سے مل کر واپس ہوا تو رسالہ کوئی اور لے گیا تھا۔ دل نے کہا اسے پڑھنا چاہیے۔ رسالے کیلئے کافی چکر لگائے مگر ہاتھ نہ آیا۔ یہ غالباً 2007ء کا واقعہ ہے۔ ایک دن بیٹھے بیٹھے خیال آیا کہ ہو نہ ہو بکسٹال سے مل جائے' ایک بک سٹال پر جا کر پوچھا تو خدا کو میری ہدایت مطلوب تھی خوش قسمتی سے مل گیا۔ قیمت دیکھی حیران کن صرف 15 روپے تھی۔ گھر واپس آ کر تسلی سے مطالعہ کیا' بہت ہی اچھا لگا۔ فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک مرکز روحانیت و امن کا ماہنامہ ''عبقری'' ہدایت کا ذریعہ بنا۔ خوب گڑگڑا کر نہایت عاجزی سے اللہ تعالیٰ سے گزشتہ زندگی کی معافی مانگی۔ دل میں بے سکونی کی جگہ عجیب سا ٹھہراؤ آ گیا۔ ماہنامہ عبقری نے زندگی ہی بدل ڈالی۔ آپ کی کچھ کتابیں منگوائیں' دل میں آپ سے ملنے کا اشتیاق پیدا ہوا' بیگ اٹھایا اور زندگی میں پہلی بار یہ دیہاتی بندہ ٹرین کے فرش پر بیٹھ کر سفر کرتا ہوا لاہور پہنچ گیا۔ لکھے ہوئے پتے کے مطابق ویگن میں بیٹھ کر دفتر ''عبقری'' پہنچا۔ سلام دعا کے بعد آمد کا مقصد بتایا۔ ماحول بہت اچھا لگا' آپ کی باشرع شخصیت سے بہت متاثر ہوا' طبیعت دکھائی آپ کو اور دوا لے کر واپس گھر آ گیا۔

پھر دل میں آپ سے بیعت کا شوق ہوا' فون پر ٹائم لے کر دوبارہ عازم سفر ہو کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوا' آپ بہت توجہ اور محبت سے ملے' عاجز کو بیعت فرمایا' تیسرا کلمہ' درود شریف' دوا نمول خزانے کی اجازت فرمائی' دوا اور وظیفہ بھی عنایت فرمایا' بندہ خوشی سے معمور واپس ہوا' درس کی سی ڈی سنی' دل کی دنیا ہی بدل گئی' برائی سے کوسوں دور ہوا۔ آپ کے دست شفقت کا اثر تھا کہ ایسی بری عادات جس کو میں بیان نہیں کر سکتا ایسی دور ہوئیں جیسے تھیں ہی نہیں۔ کوئی غیبی طاقت ہے جو میری حفاظت کر رہی ہے۔

م اوراق

سب چھیڑیں گے

میرے سر میں بہت جوئیں تھیں اب کم ہوگئی ہیں' کبھی کبھی معمول کے مطابق خارش ہوتی ہے' اس کیلئے کچھ بتایئے لیکن میرا سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ میرا پیٹ بڑھتا جارہا ہے' اگلے ماہ میری شادی ہے' چست لباس میں میرا پیٹ عجیب سا لگتا ہے یہ کیسے ہوگا؟ میں نے احتیاطاً ٹیسٹ کرائے' سب ٹھیک ہیں۔ سسرال میں جاؤں گی تو سب چھیڑیں گی۔**(ش،ع۔سرگودھا)**

مشورہ: بی بی! شادی کی پیشگی مبارک ہو' سر کے بالوں کے لیے آپ نیم کی نمولیاں پانی میں پیس کر سر میں لگایئے۔ وہ نہ ملیں تو کافور کی ٹکیاں ناریل کے تیل میں ملا کر رات کو لگایئے اور صبح سر دھویئے' رہی سہی جوئیں ختم ہوجائیں گی۔

معلوم ہوتا ہے کہ آپ شادی کی خوشی میں مرغن کھانے کھانے لگی ہیں' آپ فی الفور چکنائی اور تلی ہوئی چیزوں سے پرہیز کیجئے اور کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے پانی پی لیجئے۔ کھانے کے دوران اور کھانے کے بعد پانی نہ پیجئے۔ تنگ کپڑے ویسے بھی اچھے نہیں لگتے' درزی کو کپڑے دے کر انہیں کھلوا لیجئے' آج کل تو ویسے بھی کھلے اور لمبے کرتوں کا فیشن ہے۔ اس طرح آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔

عجیب خلش میں گرفتار

میں ایک ٹیچر ہوں' اچھی خاصی آمدنی ہے' شادی شدہ ہوں اور ایک چھوٹا سا بیٹا ہے' میرے سسر بیمار رہتے ہیں' ان کے والد یعنی میرے شوہر کے دادا بھی زندگی کے آخری ایام میں بستر پر بیمار پڑے تھے۔ اب مجھے بڑھاپے سے نجانے کیوں خوف آنے لگا ہے میں بوڑھے لوگوں میں زیادہ دیر بیٹھ نہیں سکتی کیونکہ میرا دل گھبراتا ہے۔ میرے سسر چونکہ میرے پاس رہتے ہیں ان کی خدمت کرتے ہوئے بھی میرا دل گھبراتا ہے۔ ایک عجیب خلش میں گرفتار ہوگئی ہوں' آج کی دنیا اتنی آگے بڑھ گئی ہے کیا وہ بڑھاپے کو ختم نہیں کرسکتی؟ کیا انسان ہمیشہ جوان نہیں رہ سکتا؟ کم مائیگی کا یہ احساس کم ازکم میرے لیے جان لیوا ہے کہ بڑھاپا جلد ہی آجائے گا پھر میں بھی گھر اور بستر میں دوسروں کی محتاج ہوجاؤں گی' میری ساری صلاحیتیں ختم ہوجائیں گی اور بچے اور جوان مجھ سے نفرت کریں گے۔ اتنے سارے حیاتین ہیں' سائنس کے نئے افق ہیں' کیا کوئی جادوئی گولی ایسی نہیں جو بڑھاپا آنے سے روک دے؟ انسان جوان رہے اور زندگی کے سارے کام صحت کے ساتھ انجام دیتا رہے زندگی اسی کا نام ہے۔

مشورہ: جوان رہنے کی تمنا آج سے نہیں زمانہ قدیم سے دلوں میں ہے' آب حیات' کا نام آپ نے سنا ہوگا جس کی تلاش میں لوگ بھٹکتے رہے ہیں کہ آب حیات کا پیالہ مل جائے تو وہ ہمیشہ جوان اور زندہ رہیں۔ آج بھی لوگ ایسی دواؤں اور حیاتین کی تلاش میں رہتے ہیں جن سے شباب کو ممکنہ حد تک روکا جائے۔ ہمیشہ ایسی چیز کی تمنا کرنی چاہیے جو اپنے بس میں ہو ورنہ ایسی تمنائیں ذہنی سکون تباہ کردیتی ہیں۔ ذرا تنہائی میں بیٹھ کر سوچیے کہ جوانی تو آتی جاتی رہتی ہے' بڑھاپا کتنا اچھا ہے جو ہمارا ساتھ دیتا ہے' وہ ہمیں چھوڑتا نہیں بلکہ ایک دیرینہ رفیق کی طرح اپنے لے جاتا ہے جبکہ جوانی کے آنے اور جانے کا پتہ بھی نہیں چلتا' وہ گزر جاتی ہے اور اس کی یاد رہ جاتی ہے۔

بڑھاپے کی بیماری کے سلسلے میں میں تحقیق جاری ہے۔ یہ تو ممکن ہوسکتا ہے کہ زندگی کے ماہ و سال اور بڑھ جائیں' آنے والی نسلیں سو سال سے سوا سو سال تک زندہ رہیں مگر موت سے فرار ناممکن ہے۔ ماں باپ کی خدمت بھی کسی کو نصیب ہوتی ہے آپ تو خوش قسمت ہیں کہ آپ کے سسر صاحب حیات ہیں آپ ان کی خدمت بوجھ سمجھ کر نہ کیجئے بلکہ اپنے ننھے بیٹے کی طرف دیکھئے آپ اسے یقیناً لاڈ پیار سے پال رہی ہوں گی لیکن اس پر کوئی احسان نہیں کررہے۔ حیاتین کی کوئی ایسی جادوئی گولی نہیں جو آپ کو عمر خضر عطا کرے' ہاں مرنے کے بعد آپ کو جنت میں سدا رہنے والی جوانی مل سکتی ہے' لیکن شرط ہے کہ دنیا میں اچھے اور نیک کام کرجائیں۔

غذا نگلتے وقت تکلیف

میری والدہ کی عمر چالیس سال ہے' پانچ دس ماہ سے انہیں غذا نگلتے وقت تکلیف ہوتی ہے' جیسے نالی میں کوئی رکاوٹ ہے۔ ہم لوگ ہزارہ کے پاس ایک گاؤں میں رہتے ہیں۔ پانی' دودھ' شوربہ پیتے وقت البتہ انہیں تکلیف نہیں ہوتی۔ آپ مجھے بتایئے کہ وہ کیسے ٹھیک ہوں گے؟ **(م۔ر۔پنڈدادنخان)**

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ آپ کی والدہ کے گلے میں سوزش ہوگئی ہے جس کی وجہ سے ٹھوس غذا نگلتے وقت تکلیف کا احساس ہوتا ہے۔ کھانے کی نالی تنگ ہوجائے تو بہت مشکل ہوتی ہے' پھر ڈاکٹر حلق میں اوزار ڈال کر نالی دیکھتے ہیں۔ بعض دفعہ آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے۔ جو لوگ تمباکو کھاتے اور پان کی پیک نگل لیتے ہیں عموماً انہیں یہ بیماری ہوتی ہے۔ بیماری بڑھ جائے تو سرطان کا شبہ ہوتا ہے۔ آپ فوری طور پر اپنی والدہ کو کسی اچھے معالج کو دکھائیں اور ان کا علاج کرائیں۔ شروع ہی سے علاج کرلیا جائے تو بہتر ہوتا ہے۔ آپ کی والدہ اگر تمباکو کھاتی ہیں تو فوراً انہیں روک دیجئے اور نرم غذا کھلایئے۔ زیتون کا تیل دستیاب ہو تو ایک چمچ روز پلایئے' زیتون میں بہت شفاء ہے۔

مسلمان پر بہتان باندھنے کا عذاب

حضرت علی مرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ جو شخص کسی مومن مرد یا عورت کو اس کے فقر و فاقہ کی وجہ سے ذلیل وحقیر سمجھتا ہے اللہ تعالیٰ قیامت کے روز اس کو اولین و آخرین کے مجمع میں رسوا اور ذلیل کریں گے اور جو شخص کسی مسلمان مرد یا عورت پر بہتان باندھتا ہے اور کوئی ایسا عجیب اس کی طرف منسوب کرتا ہے جو اس میں نہیں ہوتا تو اللہ تعالیٰ قیامت کے روز اس کو آگ کے ایک اونچے ٹیلے پر کھڑا کرینگے جب تک وہ خود اپنی تکذیب نہ کرے۔

بندش معلوم کرنے کا آسان طریقہ

آیئے استخارہ کے ذریعہ معلوم کرتے ہیں کہ بندش ہے یا نہیں؟ استخارہ کا طریقہ: باوضو ہوکر بعد نماز ظہر قبلہ رخ ہوجائیں 6 پرچیاں ایک سائز کی کاٹ لیں اور انہیں ملالیں۔ تین پر ''بندش'' لکھیں اور تین پر ''کشود''۔ دو رکعت نماز نفل پڑھ کر ''اَسْتَخِیْرُاللہ بِرَحْمَتِہٖ خَیْرَۃً فِیْ عَافِیَۃٍ 21 بار پڑھیں اور ہاتھ پر دم کرکے ملی ہوئی پرچیوں میں سے چار پرچیاں اٹھالیں اگر تین پر بندش لکھا ہے تو یقیناً بندش ہے اور نہ لکھا ہو بلکہ کشود لکھا ہو تو آپ کی تقدیر کھلی ہے اگر دو پر بندش یا دو پر کشود لکھا ہے تو ایک پرچی اور اٹھائیں ان کے مطابق عمل کریں۔ **(سید نور عالم شوکی شریف)**

ٹینڈے کھائیں خوبصورتی بڑھائیں

ریحان علی' کراچی

اب تک جن ٹینڈوں کے طبی فوائد کا تذکرہ کیا گیا ہے۔ان فوائد کے حصول کیلئے ضروری ہے کہ ٹینڈے تازہ اور نرم ہوں۔ان کے گودے میں سخت قسم کے بیج نہ بنے ہوں' باسی' سخت اور پختہ ٹینڈوں سے ان فوائد کی توقع رکھنا عبث ہے۔

کدو سے مشابہ مگر جسامت کے اعتبار سے اس سے بہت چھوٹے چھوٹے گول مٹول اور چمکدار سبز زردی مائل رنگ کی حامل یہ ترکاری کہ جس کے اوپر سفید باریک باریک روئیں ہوتی ہیں' ٹینڈے کہلاتی ہے۔ یہ موسم گرما کی کئی خرابیوں کے حل کیلئے ابتداء سے انتہا تک موسم کے ساتھ ساتھ پائی جاتی ہے۔موسم گرما میں صفراوی اور دموی مزاج کے حامل افراد کیلئے یہ عطیہ خداوندی ہے۔مگر بلغمی مزاج کے حامل افراد جو برودت معدہ میں بھی مبتلا ہوں کیلئے مفید نہیں ہے۔

ٹینڈے کے فوائد: ٹینڈے صفراوی مزاج رکھنے والے اصحاب میں صفرا کی تیزی وحدت کو کم کرکے ان کے جسم میں پائی جانے والی خشکی وگرمی اور اس کے عوارضات مثلاً پیاس کی زیادتی' گرمی کے سبب دماغی بوجھل پن' اعصاب کی خشکی وکمزوری اور جسمانی لاغری کے ازالہ کا سبب بنتے ہیں۔ایسے افراد کے چہرہ پر ٹینڈوں کے مسلسل استعمال سے تروتازگی پیدا ہوجاتی ہے۔موسم گرما میں چونکہ گرم مزاج کے حامل افراد کیلئے گوشت کا استعمال منع ہوتا ہے اس لیے انہیں گوشت کیساتھ ٹینڈے ملانے کی نصیحت کی جاتی ہے کیونکہ اس سے گوشت کی حدت کو کم کرکے ان کیلئے فائدہ منداور لذیذ سالن تیار کیا جاسکتا ہے۔

موسم گرما کی مخصوص حدت کے ساتھ جب بخار کی حرارت غریبہ بھی شامل ہوجاتی ہے تو سخت بے چینی اور گھبراہٹ ہوتی ہے۔ چنانچہ بخار کی شدت سے بخارات دماغ کی طرف اٹھ کر ہذیان کی کیفیت پیدا کردیتے ہیں تو مریض بہکی بہکی اور بے معنی باتیں کرتا ہے۔ان حالات میں بھی ٹینڈوں کی مسیحائی کام آتی ہے۔ چنانچہ مریض کے پاؤں' ہاتھ اور تالو پر ان کا ملنا اور غذا میں بطور ترکاری استعمال کرنا ان حالات میں بہت نفع بخش ثابت ہوتا ہے۔ٹینڈے اپنی برودت یعنی سردی کے باعث بخار کی حدت اور تیزی کو کم کردیتے ہیں۔نیز مقوی ہونے کے سبب دماغ واعصاب کو کسی قدر تقویت بھی دیتے ہیں۔ یہ موسم گرما میں گرم امراض اور کمزور ونحیف افراد کیلئے بہترین غذا اور دوا بھی ہیں۔ نیز تر ہونے کی وجہ سے دماغ کی رطوبت وقوت اور دل کو فرحت دے کر سر کی خشکی کو دور کرتے ہیں۔ نیز دماغی خشکی کے سبب ہونے والے دردسر کیلئے بھی یہ بہت مفید ہیں۔

موسم گرما فشارالدم اعلیٰ کے مریضوں کیلئے شدید پریشان کن موسم بن جاتا ہے کیونکہ اس موسم میں ان میں سانس کا پھولنا' حرکت قلب کا تیز ہونا' مسلسل گھبراہٹ' بے چینی' پیاس کی زیادتی اور فشارالدم کی زیادتی عارض ہوکر بہت تکلیف دہ ثابت ہوتی ہے۔ ان مریضوں کیلئے بھی ٹینڈے کی سبزی صحت افزا خوراک کی حیثیت رکھتی ہے۔ یعنی ٹینڈے کی خصوصیات سے فشارالدم کے مریض بھی قابل قدر فوائد حاصل کرکے موسم گرما کی چلچلاتی دھوپ میں سکھ کا سانس لیتے ہیں۔

بلغمی مزاج افراد کیلئے دیگر سرد ترکاریوں اور غذاؤں کی طرح یہ بھی مضر ہیں مگر جب انہیں بھی زائد گرمی آن دبوچے تو ان کا استعمال نقصان دہ نہیں ہوتا۔بلغمی مزاج کے حامل افراد اگر اس کے سالن میں زیرہ سیاہ اور کالی مرچ کا نہایت باریک سفوف شامل کرلیں تو کسی قسم کی مضرت کا اندیشہ نہیں ہے۔

اب تک جن ٹینڈوں کے طبی فوائد کا تذکرہ کیا گیا ہے۔ان فوائد کے حصول کیلئے ضروری ہے کہ ٹینڈے تازہ اور نرم ہوں۔ان کے گودے میں سخت قسم کے بیج نہ بنے ہوں' باسی' سخت اور پختہ ٹینڈوں سے ان فوائد کی توقع رکھنا عبث ہے۔

ٹینڈے کا استعمال امراض سے بچاؤ کا سبب

جدید تحقیقات کی رو سے اگر غور کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ اس میں پائے جانے والے اجزاء خصوصاً حیاتین ج اور کیلشیم کی موجودگی اس بات کی دلیل ہے کہ اس سے دانتوں اور ہڈیوں کو خصوصی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ حیاتین ج کی کمی سے پیدا ہونیوالے امراض سکروی وغیرہ میں اس کا استعمال مفید ہے۔ دانتوں ومسوڑھوں کے نقائص میں بھی ٹینڈے مفید ہیں۔

گمشدگی اور ناجائز مقدمات سے رہائی کا عمل

کراچی میں ایک بہت مشہور عالم یہ عمل گمشدگی اور ناجائز مقدمات کیلئے دیتے ہیں۔ گیارہ دن تک سورۂ یوسف روزانہ پڑھی جائے اور عصر اور مغرب کے درمیان میٹھی چیز پکا کر اس کا ثواب حضرت بابا فرید گنج شکر رحمۃ اللہ علیہ اور حضرت نظام الدین اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کی روح کو ایصال ثواب کیا جائے۔ (امتیاز حیدر اعوان' کراچی)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

گزشتہ درس میں آپ نے شقی فرقے کے بارے میں پڑھا تھا اس کی مزید تفصیل پیش خدمت ہے:۔حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں ایک شخص آکر کہنے لگا کہ حضرت مجھے آپ کی ولایت پر شک ہے کیونکہ میں اتنے عرصے سے آپ کی خدمت میں رہا لیکن میں نے آپ میں کوئی کرامت نہیں دیکھی تو حضرت نے اس سے ارشاد فرمایا کہ تم میرے ساتھ اتنے عرصے سے چل رہے ہو اتنے عرصے میں تم نے مجھ سے اللہ اور اس کی محبت کے علاوہ اور استقامت علی الشریعت سے ہٹ کر کوئی اور چیز دیکھی تو وہ شخص کہنے لگا کہ حضرت میں نے یہی دو چیزیں تو دیکھی ہیں تو حضرت نے فرمایا کہ یہی تو سب سے بڑی کرامت ہے۔ان دو کرامتوں کے بعد اب تمہیں کونسی کرامتوں کی تلاش ہے اب اس مختصر واقعے سے ہمیں سوچنا چاہیے کہ وہ مرید اتنا عرصہ شیخ کے ساتھ چلتے ہوئے بھی شک کی بنیاد پر محروم رہا اگر وہ شروع دن سے ہی اپنے شک کی اصلاح کروالیتا تو اس مدت قیام میں وہ بھی اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی محبت میں سے بہت حصہ پاجاتا۔ یہاں ایک اور بات بھی یاد رکھیں کہ شک کا آنا بُرا نہیں شک اور وسوسہ ایک غیر اختیاری چیز ہے جو کسی بھی بارے میں آسکتی ہے حتیٰ کہ معاذ اللہ خدا قرآن اور اس کے رسول کے بارے میں بھی آسکتے ہیں' ایسے وساوس اور شک نہ ہی قابل مواخذہ ہیں اور نہ ہی قابل گرفت اگر کوئی اس عارضہ میں مبتلا ہے تو اسے ان وساوس سے زیادہ پریشان نہیں ہونا چاہیے کیونکہ اس کی مثال مکھیوں کے چھتے کی طرح ہے جتنا اڑاؤ گے یہ اتنی ہی زیادہ چمٹنے کی کوشش کرتی ہیں۔بس اس سلسلہ میں یہ قاعدہ یاد رکھیں وساوس اور شک کا آنا برا نہیں بلکہ وساوس کا لانا برا ہے اور ان کو دل میں جمانا برا ہے' ایک چھوٹا سا شک جو شروع میں دل میں آتا ہے اور اس کو دل میں جگہ دیدی جاتی ہے تو یہ پلتے پلتے ایک بڑے پہاڑ کی صورت میں نمودار ہوتا ہے اور دوسرا نقصان یہ ہوتا ہے کہ ایسا شخص غیب کے وعدوں سے محروم ہوجاتا ہے' غیب کے وعدوں سے مراد یہ ہے کہ اگر یہ عمل کروگے تو جنت ملے گی اور یہ نعمتیں ملیں گی' فلاں عمل پر سکون ملے گا یا فلاں عمل پر حفاظت ہوگی یہ تمام غیب ہی کے تو وعدے ہیں۔شک کرنے والا شخص دنیا میں بھی نعمتوں سے محروم رہتا ہے اور آخرت میں بھی نقصان اٹھائے گا۔

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد '**مجالس مجذوبی**' کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد و تجربات لکھیں' صدقہ جاریہ ہوگا۔

سورۃ الفیل سے مالی مشکلات ٹل گئیں

جب میں 3 سال پہلے درس پر آنا شروع ہوا تو مجھے بہت زیادہ پریشانیاں اور مالی مشکلات تھیں۔ یہاں آ کر بہت روحانیت ملی اور حضرت صاحب نے مجھے سورۃ الفیل کا ذکر بتایا، جس سے میری مالی مشکلات ٹل گئیں اور معاملات حل ہونا شروع ہو گئے۔ درس کی برکت سے میں اعمال کی دنیا میں آ گیا اور بیعت ہونے کی سعادت بھی حاصل کی ،اس سے قبل میرا کاروبار بالکل بند تھا، لیکن درس کی حاضری سے اور کلام الٰہی سے کاروباری وسعت و برکت ملی۔

سورۃ الفیل ہر موذی صفت رکھنے والی چیز سے چھٹکارا پانے کے لیے بھی بہت مجرب ہے، خواہ وہ موذی بیماری ہو یا جانور بعد نماز عشاء تین سو تیرہ مرتبہ چالیس روز تک پڑھنے سے انشاء اللہ بلڈ پریشر شوگر جیسی بیماریوں سے چھٹکارا مل جائیگا۔ (ندیم صاحب)

پریشانی ٹل گئی

ایک صاحب بتانے لگے کہ حضرت جی آپ نے درس میں بتایا تھا کہ جب بھی کوئی پریشانی ہو عشاء کی نماز کے بعد مسجد میں یا گھر میں ننگے سر ہو کر کھلے آسمان کے نیچے "یَا مُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ سَبِّبْ لِیَ الْخَیْرَ" پڑھیں آپ نے یہ عمل بتایا تھا، ہمارے ایک دوست بھائی نوید صاحب میں تھے وہ ریڑھی لگاتے تھے، حکومتی ادارے نے بازار میں ریڑھیاں ہٹوادیں انہوں نے 700 مرتبہ یہ دعا اول و آخر درود شریف گیارہ، گیارہ بار چالیس روز عشاء کی نماز کے بعد کھلے سر، کھلے آسمان کے نیچے پڑھی وہ کہتے ہیں کہ میں اس عمل کی وجہ سے مالی طور پر بہت زیادہ خوش ہوا۔ اور انھوں نے آپ کی خدمت میں سلام بھی بھجوایا ہے۔

غیبی مدد اور سہولت کا سامان

میں نے سب سے زیادہ جس عمل کا فائدہ پایا وہ سورۂ یٰسین کا ہے، اس عمل کو اہتمام کے ساتھ فجر کی نماز کے بعد بغیر بولے پڑھتا ہوں، سارے دن کے جتنے کام ہیں اللہ پاک اس میں بہت زیادہ برکت، غیبی مدد اور سہولت کا سامان پیدا کر دیتا ہے۔ صبح فجر کے بعد ایک دفعہ پڑھنے والے کی دن بھر کی تمام حاجتیں پوری ہوتی ہیں۔ (عبدالودود صاحب)

(حضرت جی نے فرمایا "یہ سورۃ قرآن کا دل ہے"۔ "سورۃ یٰسین پڑھنے والے کو دس قرآن ختم کرنے کا ثواب ملتا ہے"۔ (ترمذی شریف) "اس سورۃ کو مردوں پر پڑھنے کا حکم فرمایا گیا ہے"۔ (نسائی)

باتھ روم کی دعا اور ڈپریشن سے نجات

میں طہارت خانے (باتھ روم) جانے کی دعا 3 سال سے پڑھ رہا ہوں، اس سے قبل بہت زیادہ پریشانی اور تھکاوٹ رہتی تھی ذہنی ڈپریشن رہتا تھا، لیکن اس کے اہتمام کے بعد ذہنی طور پر پرسکون رہتا ہوں اور جسم بھی ہلکا سا محسوس ہوتا ہے۔ (محمد بلال)

(حضرت جی نے فرمایا کہ بیت الخلاء کی مسنون دعا یہ ہے: اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ. حدیث پاک میں ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ ان بیت الخلاؤں میں شیاطین موجود ہوتے ہیں (ابوداؤد)۔ جب کوئی شخص یہ دعا پڑھ لیتا ہے تو وہ ان شیاطین وجنات سے محفوظ ہوجاتا ہے۔)

سفر کی حفاظت کا وظیفہ

میں دوران سفر 11 مرتبہ "یَا حَفِیْظُ" اور گھر سے نکلنے کی مسنون دعا اور قرآن پاک کی آخری 6 سورتوں کا اہتمام سفر شروع کرتے ہوئے کرتا ہوں، الحمد للہ اس کی برکت سے نہایت فائدہ ہوا ہے اور کبھی بھی نقصان نہیں ہوا۔ ایک دن توجہ پر حضرت کا بیان تھا، بہن ہسپتال میں تھی، میں نے سوچا پریشانی ہے، حضرت نے توجہ پر بیان فرمایا تھا آج توجہ سے ذکر کرنا چاہیے، اللہ پاک کے فضل سے بہت عافیت ہوگئی۔ (محمد بلال)

کمر کے مہروں کے درد میں کمی

ہمارے گھر میں کام کرنے والی آتی ہے، اس کے شوہر کی کمر کے 7 مہرے ہل گئے ہیں، وہ مسلسل چارپائی پر لیٹے رہتے ہیں اور کام کاج نہیں کر سکتے، وہ رات کو درد کی شدت کی وجہ سے نہ تو خود سو سکتے ہیں اور نہ ہی گھر والوں کو سونے دیتے ہیں اور غلیظ گالیاں بکتے ہیں۔ میں نے انہیں صبح و شام دائیں اور بائیں کان میں سات، سات مرتبہ اذان اور سورۃ المؤمنون کی آخری چار آیات والا عمل بتایا، انہوں نے شروع ہی کیا تو وہ پرسکون ہو گئے۔ اب خاموشی سے لیٹے رہتے ہیں اور کسی کو تنگ نہیں کرتے اور کل رات وہ مریض اس عمل کی برکت سے سکون سے سویا ہے۔ (**راشد فہیم صاحب**)

گمشدہ بچے مل گئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں ضلع سرگودھا سیال موڑ کے قریب رہتا ہوں پچھلے ہفتے کا واقعہ ہے کہ ہمارے گاؤں میں ایک گھر کے دولڑکے غائب ہوگئے (گم ہوگئے) میں نے ان سے فون پر پوچھا اور انہیں سورۂ کوثر کا عمل بتایا اول و آخر سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ 129 مرتبہ سورۂ کوثر کا عمل کریں، انہوں نے کہا کیا چلتے پھرتے دن بھر کھلا بھی پڑھنا ہے، صبح و شام کے علاوہ بھی کرنا ہے؟۔ میں نے کہا: ہاں! چلتے پھرتے بھی کھلا پڑھیں، یعنی ایک سوا لاکھ مکمل کریں، انہوں نے ابھی شروع ہی کیا تھا کہ ایک بچہ ملا اور دوسرا بچہ دوسرے دن مل گیا یہ سب کلام الٰہی کی برکت ہے۔

ذکر الٰہی سے مسائل حل ہوگئے

ایک صاحب بتانے لگے کہ ایک عورت کی بیٹی بے آباد ہو کر اس کے گھر واپس آ گئی عورت بہت زیادہ پریشان تھی کیونکہ اس کا داماد باہر کے ملک امریکہ میں مقیم تھا اور بہت دولت مند اور خوبصورت بھی تھا، لیکن اس کی بیٹی کو واپس بھیج دیا تھا۔ میں نے اسے حضرت حکیم صاحب کے پاس بھیج دیا، حضرت نے اسے ذکر دیا۔ اس نے پڑھنا شروع کر دیا چند دن بعد ملی اور بتایا کہ اس کا داماد خود آ کر اس کی بیٹی کو واپس لے گیا ہے۔ وہ ذکر دوا انمول خزانے کا تھا، اس کو انہوں نے نہایت ہی توجہ و دھیان سے پڑھا۔ جس پر اللہ پاک نے ان کا نہایت ہی پریشان کن مسئلہ آسان کر دیا۔ (**عبدالودود صاحب**)

سخت مقدمات سے نجات مل گئی

حضرت صاحب ایک مرتبہ جہانیاں تشریف لے گئے تھے، حضرت نے مجھے ایک عمل کی اجازت دی وہ ذکر تھا (لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ) میرے ایک دوست نمبردار تھے فوت ہوگئے ان کے بچوں پر ناجائز 12/10 مقدمات ہوگئے وہ 2 ماہ بعد مٹھائی کا ڈبہ لے کر آئے اور کہا کہ آپ نے جو ذکر بتایا تھا، اس کی برکت سے ہمارے مقدمات ختم ہوگئے ہیں۔

میں نے یہ عمل کیا اور لوگوں کو بھی بتایا۔ ایک عورت میرے پاس آئی کہنے لگی: میرا شوہر میری طرف رجوع نہیں کرتا وہ دوسری شادی کرنا چاہتا ہے۔ میں نے اسے یہی عمل بتایا اور کہا کہ نماز کی پابندی کرو، وہ عورت 2 ماہ کے بعد واپس آئی اور کہا کہ اب میرا شوہر ٹھیک ہوگیا ہے اور ہم ہنسی خوشی زندگی گزار رہے ہیں۔

یہ عمل میں نے کئی اور لوگوں کو بھی بتایا اور ان کو اس عمل سے بہت ہی فائدہ ہوا۔ ہمارے یہاں کے ایک مولانا صاحب پر دہشت گردی کا جھوٹا مقدمہ ہوا، ان کے مخالفین کہتے تھے، اب یہ مولوی نہیں بچے گا، انہوں نے حضرت سے رابطہ کیا حضرت نے (لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ) کا ذکر بتایا وہ یہ ذکر کرتے رہے انہوں نے خود کو عدالت میں پیش کیا کیونکہ وہ مفرور تھے اور ایک ہی ماہ میں اس ذکر کی برکت سے بری ہو کر گھر آ گئے۔ **(حاجی جاوید صاحب، جہانیاں)**

ذکر کا طریقہ یہ ہے کہ ہر پل ہر سانس اس وظیفے کو پڑھا جائے اپنا مقصد ذہن میں رکھ کر پڑھا جائے اور سوا لاکھ کا ختم کیا جائے اسکے بعد عمل کی تاثیر برقرار رکھنے کے لیے ایک، ایک تسبیح صبح و شام پڑھ لی جائے۔

جسمانی درد اور جنات سے حفاظت

گوجرانوالہ کے ایک وکیل صاحب نے ایک عمل کا مشاہدہ کافی عرصے سے کیا ہے یہ راز داری کا عمل ہے اور کافی لوگوں کو فائدہ ہوا ہے، وہ عمل یہ ہے۔ یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَاحَفِیْظُ، یَارَقِیْبُ، یَاوَکِیْلُ، یَانَاصِرُ، یَابَصِیْرُ، یَااَللّٰہُ، یَااَللّٰہُ، یَااَللّٰہُ کسی بھی قسم کی درد ہوا سے روزانہ گیارہ مرتبہ پڑھنے سے وہ درد بھی اور اس کی وجہ بھی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر جنات حاضر نہ ہو رہے ہوں یا اڑی کر رہے ہوں تو 21 مرتبہ پڑھ لیں ان کی اڑی ختم ہو جاتی ہے اور اگر کسی مریض نے خود دیکھنا ہو کہ اس کے ساتھ کیا معاملہ ہے تو یہ پڑھ کر 101 مرتبہ اول و آخر درود شریف تین دفعہ اپنے اوپر پھونکے۔ وہ خود دیکھ لیتا ہے کہ کیا معاملہ ہے۔ (یہ تاثیر عام طور پر عامل حضرات کو حاصل ہوتی ہے) **(صہیب ہاشمی، ایڈووکیٹ گوجرانوالہ)**

رشتے اور جسمانی مسائل کا حل

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں کالج میں ٹیچر ہوں، طالب علم کچھ پوچھتے ہیں کہ پڑھنے کیلئے بتائیں۔ میں اکثر دو انمول خزانے لے جا کر دیتا ہوں۔ ایک طالب علم بتاتا ہے کہ میری والدہ کو جوڑوں کا درد تھا وہ ختم ہو گیا ہے، ہماری اور بھی کئی مشکلات حل ہو گئی ہیں۔ ایک بچی کہہ رہی تھی کہ دو انمول خزانے کی برکت سے اس کا رشتہ بہت اچھی جگہ پر ہو گیا اس کے بہت زیادہ فوائد و فضائل سامنے آتے ہیں۔

مسنون دعا کی برکت سے آسانی

حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی مسنون دعا ہے لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْعَظِیْمُ الْحَلِیْمُ، لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْحَلِیْمُ الْکَرِیْمُ، لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ، لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْکَرِیْمِ۔ میری بہن اسلام آباد میں رہتی ہیں، ان کے بچوں کی شادی کینیڈا ہو گئی وہ کینیڈا چلی گئیں کینیڈا اور امریکہ کے درمیان دریا پر پل ہے، جو ان کا بارڈر ہے وہاں پر ویزے کی چیکنگ ہوتی ہے۔ بچوں نے امریکہ جانا تھا انہوں نے کہا: آپ ہمارے ساتھ چلیں! ان کو کچھ مشکلات درپیش تھیں، وہ یہ مسنون دعا پڑھتی ہوئی گئیں اور پورا امریکہ گھوم کر آ گئیں انہیں کوئی مشکل پیش نہیں آئی۔ **(انیس گل صاحب)**

دودھ نہ پینے والے بچے کا عمل

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں جب درس سے واپس گیا تو میری پوتی دودھ نہیں پی رہی تھی، میں نے سورۂ فاتحہ 1 مرتبہ، آیت الکرسی 1 مرتبہ، ''الم'' سے ''مفلحون'' تک 1 مرتبہ، آخری تین قل 1 مرتبہ، اول و آخر درود شریف 3،3 مرتبہ پڑھ کر دم کیا۔ اس نے دودھ پینا شروع کر دیا آج آنے سے قبل وہ پھر دودھ نہیں پی رہی تھی، میں نے یہی عمل کر کے دوبارہ دم کیا تو اس نے دودھ پینا شروع کر دیا۔

قبولیت کی گھڑی اور دعا

اللہ نے مجھے بیٹا دیا یہ دو یا تین سال قبل کا واقعہ ہے کہ ڈاکٹروں نے کہا: اس کے گردے بڑھے ہوئے ہیں۔ میں بہت پریشان ہوا کہ یہ تو سخت معاملہ ہے، پہلے تو خاندان میں ایسا معاملہ کبھی نہیں ہوا۔ میں نماز فجر کے وقت حضرت کے پاس آیا حضرت نے دعا کی اور کہا: کچھ بھی نہیں ہے، صبح جب الٹراساؤنڈ کروایا تو بالکل ٹھیک تھا کچھ بھی نہیں تھا۔ یہ سب دعا کی برکت ہے۔ (ڈاکٹر طارق صاحب، لاہور)

پانی سے معدہ کی شفاء

ایک صاحب بتانے لگے کہ دو ماہ ہو گئے میرے معدہ میں تیزابیت بہت زیادہ تھی میں نے وضو کے بعد تین گھونٹ پانی پینا شروع کیے اور نیت یہ کی کہ میرے معدے کی تیزابیت ختم ہو جائے، اللہ کا شکر ہے میں نے نیت کی تھی اور معدے کی تیزابیت ٹھیک ہو گئی۔ اسکی وجہ یہ تھی کہ جیسا بندہ اللہ پاک سے گمان کرتا ہے اللہ پاک ویسا فیصلہ فرما دیتے ہیں۔

حضرت جی نے فرمایا اے اللہ والو! وضو کے دینی فوائد تو مسلم ہیں ہی لیکن آج کی طب جدید بھی وضو کے معجزانہ کمالات کو تسلیم کر چکی ہے۔ وضو انسانی جلد کو نرم رکھتا ہے جس کی وجہ سے سورج سے نکلنے والی نقصان دہ شعاعیں کم اثر کرتی ہیں۔ اسی طرح وضو بہت سے کیمیاوی مواد کو جو مضر صحت ہوں ان کو جلد انسانی میں سرایت کرنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ گویا وضو روز مرہ زندگی میں جراثیم کے خلاف بہت بڑی ڈھال ہے۔ ایک ماہر قلب کہنے لگے میرا بار ہا کا مشاہدہ ہے کہ ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو وضو کراؤ پھر اس کا بلڈ پریشر چیک کرو لازمی کم ہوگا۔ وضو نفسیاتی امراض کے خاتمے کا ایک بہترین نسخہ ہے۔ مغربی ماہرین نفسیات نفسیاتی مریضوں کو روزانہ کئی بار وضو کی طرح پانی بدن پر لگواتے ہیں۔

(Q.M.C) کے ڈاکٹر فاروق احمد صاحب نے اپنی ریسرچ بیان کی ہے کہ جو شخص وضو کا بچا ہوا پانی پیئے گا تو اس کا پہلا اثر مثانے پر پڑتا ہے اور خوب کھل کر پیشاب آتا ہے اور پیشاب کی رکاوٹ کم ہو جاتی ہے (2) ناجائز شہوت ختم کرنے کے لیے اور قطراتِ پیشاب کے لیے آزمودہ ہے (3) جگر معدے اور مثانے کی گرمی اور خشکی کے لیے شفاء کا ضامن ہے۔ ارے اللہ والو! یہ وضو سے اور اس کے بچے پانی سے بیماریاں دور ہونے کی سائنٹفک وجوہات ہیں۔

گرمی دانوں سے ہمیشہ کیلئے نجات پائیں

جون کی شدید گرمی تھی، میرا گزر ایسی جگہ سے ہوا جہاں پر 8 سے 10 سال کے بچے کھیل رہے تھے ان بچوں کے چہرے اور ہاتھ گرمی دانوں سے بھرے ہوئے تھے لیکن ان میں سے ایک بچہ ایسا تھا جس کے نہ تو گرمی دانے نکلے ہوئے تھے اور نہ پسینہ آ رہا تھا۔ میں نے اس بچے سے اس کے گھر کا پتہ پوچھا اور اس کے گھر چلی گئی اور اس کی والدہ سے پوچھا کہ وہ اپنے بچے کو کونسا پاؤڈر لگاتی ہیں؟ تو اس کی والدہ نے جواب دیا: ہم تو اپنے بزرگوں کے بتائے ہوئے نسخے استعمال کرتے ہیں۔ میں نے پوچھا کونسے نسخے تو جواباً بتایا: بچہ جب پیدا ہوتا ہے تو خواہ سردی ہو یا گرمی گیارہ دن آدھا کلو نیم کے پتے لیتے ہیں اور اس کو دو کلو پانی میں پکا لیتے ہیں، پتے پھینک کر پانی کو چھان کر بغیر صابن بچے کو نہلا دیتے ہیں۔ بچہ جب تک ایک سال کا نہیں ہوتا ہر ماہ گیارہ دن نیم کے پتوں کے پانی کو پکا کر نہلا دیتے ہیں جب بڑا ہو جاتا ہے تو پھر مہینہ میں دو مرتبہ، پتوں کی اور پانی کی مقدار بڑھاتے جائیں، ایک کلو پتے بھی ڈال سکتے ہیں۔ **(ذکیہ اقتدار، بہاولنگر)**

بادام بے شمار خوبیوں کا حامل میوہ

محمد وحید' کراچی

کمزوری بصر: مغز بادام (چھلکا اترا ہوا) سات عدد' سونف چھ گرام' مصری بارہ گرام۔ سونف اور مصری کو پیس کر سفوف بنالیں اور مغز بادام نیم کوٹے ہوئے اس میں شامل کرلیں۔ رات کو سوتے وقت گرم دودھ سے استعمال کریں اور بعد میں پانی ہرگز نہ پئیں

بادام میں قدرت نے بے شمار فوائد سمو دیئے ہیں۔ خوش ذائقہ ہے ملین' مقوی و دماغ و بصر ہے۔ دافع کھانسی اور ذات الجنب ہے۔ جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے اس کے استعمال سے بدن فربہ ہوتا ہے' دائمی قبض' مالیخولیا' جنون اور بے خوابی میں مفید ثابت ہوتا ہے۔

بادام سے علاج: ضعف دماغ: دماغ انسانی جسم میں مرکزی اہمیت کا حامل ہے۔ اگر یہ کمزور ہوتو دردسر' نظر کی کمزوری' نسیان' بہرہ پن جیسے عوارض لاحق ہوجاتے ہیں' خمیرۂ بادام نہ صرف دماغ کو تقویت دیتا ہے بلکہ ضعف جگر اور ضعف قلب کو بھی تقویت دیتا ہے۔ اسے مقوی اعضائے رئیسہ کہہ سکتے ہیں۔ مغز بادام چھلکا اترے ہوئے دس تولہ پانی میں گھوٹ کر ان کو شیرہ نکالیں اور اس میں مصری ایک سیر ملا کر دھیمی آگ پر رکھ دیں۔ جب قوام تیار ہوجائے تو اسے اچھی طرح گھوٹیں اس طرح سفید رنگ کا گاڑھا سا مرکب تیار ہوجائے گا۔ اس مرکب میں 25 عدد دیسی مرغی کے ابلے ہوئے انڈوں کی زردی تھوڑی تھوڑی مقدار میں ڈالتے جائیں اور حل کرتے جائیں جب تمام انڈوں کی زردیاں اچھی طرح حل ہوجائیں تو اسے کسی چینی کے مرتبان یا روغنی مٹی کے برتن میں محفوظ کرلیں۔ خوشبو کیلئے روح کیوڑہ پانچ قطرے ملالیں۔ دو تولہ صبح نہار منہ دودھ کے ہمراہ کھائیں۔

نزلہ' زکام اور کھانسی: مغز بادام شیریں (چھلکا اترے ہوئے۔ دس ماشہ' مغز کدو شیریں دس ماشہ' صمغ عربی' کتیرا' نشاستہ' رب السوس ہر ایک بارہ گرام' سب کو کوٹ چھان کر اور شکر سفید کا سفوف ملا کر چٹنی بنالیں۔ بوقت ضرورت ایک تولہ عرق گاؤزبان کے ہمراہ استعمال کریں۔ ہر قسم کی کھانسی' نزلہ زکام کو رفع کرتا ہے۔ **کمزوری بصر:** مغز بادام (چھلکا اترا ہوا) سات عدد' سونف چھ گرام' مصری بارہ گرام۔ سونف اور مصری کو پیس کر سفوف بنالیں اور مغز بادام نیم کوٹے ہوئے اس میں شامل کرلیں۔ رات کو سوتے وقت گرم دودھ سے استعمال کریں اور بعد میں پانی ہرگز نہ پئیں۔ یہ ایک خوراک ہے۔ متواتر استعمال کرنے سے نظر کی کمزوری دور ہوجاتی ہے اور عینک کی ضرورت نہیں رہتی۔

آنکھوں سے پانی بہنا: اکیس عدد مغز بادام صبح نہار منہ چبا کر کھائیں چند روز کے استعمال سے آنکھوں سے پانی بہنا بند ہوجاتا ہے حتیٰ کہ جمائی لیتے وقت بھی نہیں آتا۔

درد کمر: یہ نسخہ عموماً بوڑھے اشخاص کیلئے نہایت موزوں ہے۔ رات کے وقت کمر پر روغن بادام خالص کی مالش کریں۔ چند روز کے مسلسل استعمال سے یہ عارضہ دور ہوجاتا ہے۔

برص: اس سے جسم پر سفید داغ پڑ جاتے ہیں جو نہایت بھدے معلوم ہوتے ہیں۔ روغن قشر بادام صبح و شام برص کے داغوں پر چپڑتے رہیں۔ عرصہ تک استعمال کرنا پڑتا ہے مگر اس سے داغ مٹ جاتے ہیں اور جلد اپنی اصلی رنگت میں آجاتی ہے۔

بچوں کا سوکھا پن (سوکڑا): مغز بادام ایک عدد' سپاری چھالیہ ایک عدد' ہلیلہ زرد ایک عدد' پانی میں گھس کر روزانہ ایک رتی چٹادیں۔ کمزور بچہ دنوں میں صحت مند ہوجائے گا۔

وزن بڑھانا: وہ نوجوان جن کا وزن اپنی عمر اور قد کے مطابق کم ہو وہ مغز بادام شیریں دس عدد' کشمش سبز دو تولے رات تازہ پانی میں بھگو دیا کریں۔ صبح بادام چھیل کر کشمش کے ساتھ چبا کر کھالیں اور ایک گلاس دودھ پی لیا کریں۔ یہ عمل دو ماہ تک مسلسل کیا جائے' وزن بڑھ جائے گا اور صحت اچھی ہوگی۔ کڑوے بادام کو استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے اور کسی قسم کی دوا یا مرکب تیار کرنے سے پہلے یہ یقین کرلینا چاہیے کہ اس میں بادام تلخ شامل نہیں ہے۔

ہیضہ کیلئے تیر بہدف نسخہ

ہیضہ انسان کو دست اور الٹی کی وجہ سے قید حیات سے فارغ کرنے والا مرض ہے۔ اس کیلئے میرے پاس ایک تیر بہدف نسخہ ہے:۔ **ھوالشافی:** اگر مریض بالغ ہے تو دو عدد لونگ اور نابالغ ہے تو ایک عدد لونگ کے اوپر گول کالی مرچ جیسا حصہ نکال دیں صرف لونگ لیں پھر اس کو تھوڑا سا کچل لیں اور ایک ٹیبل اسپون لیں' پانی ڈال کر آگ پر گرم کریں جب لونگ کے پانی کا رنگ تبدیل ہوجائے تو آگ سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے پر چھان کر وہ پانی مریض کو پلادیں صرف پندرہ منٹ میں دست اور الٹی بند ہوجائیں گی اگر ایک خوراک سے فائدہ محسوس نہیں ہوا تو بیس منٹ کے بعد دوسری خوراک دیں' کافی ہے **(عبدالرحمن صدیقی' کراچی)**

ایک خدا پرست ولی کامل

حضرت عبداللہ صومعی نے فرمایا کہ میری بیٹی ''ام الخیر'' کو اپنی زوجیت میں قبول کرو لیکن یہ سمجھ لو کہ وہ گونگی' بہری' لولی' لنگڑی اور اندھی ہے

''گیلان'' کے قصبے میں ایک خدا پرست ولی کامل ''حضرت ابوصالح موسیٰ رحمۃ اللہ علیہ'' رہتے تھے ایک دفعہ انہوں نے دیکھا کہ ندی میں ایک سیب بہتا ہوا آرہا ہے چنانچہ انہوں نے اسے نکال کر کھالیا' فوراً خیال آیا کہ باغ کے مالک سے اجازت لیے بغیر مجھے سیب کھانے کا حق نہیں تھا۔ سخت پشیمان ہوئے' باغ کے مالک حضرت عبداللہ صومعی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور معافی طلب ہوئے۔ حضرت عبداللہ صومعی رحمۃ اللہ علیہ اس نوجوان کا زہد و اتقا دیکھ کر حیران رہ گئے' ان کا حسب نسب دریافت کیا' کچھ دیر تامل کیا' اس کے بعد فرمایا ''میں اس وقت تک تمہیں معاف نہیں کروں گا جب تک میری ایک شرط پوری نہ کرو۔''

انہوں نے کہا ''میں آپ رحمۃ اللہ علیہ کی ہر خواہش پوری کرنے کیلئے تیار ہوں۔'' حضرت عبداللہ صومعی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ میری بیٹی ''ام الخیر'' کو اپنی زوجیت میں قبول کرو لیکن یہ سمجھ لو کہ وہ گونگی' بہری' لولی' لنگڑی اور اندھی ہے۔ حضرت ابوموسیٰ رحمۃ اللہ علیہ یہ سن کر کچھ دیر کیلئے خاموش ہوگئے لیکن پھر خیال آیا کہ تمام عمر کا زہد و تقویٰ ضائع جانے کا اندیشہ ہے رزق حلال و حرام کی آمیزش ہوگئی ہے یہ شرط ماننے بنا چارہ نہیں' چنانچہ انہوں نے یہ رشتہ منظور کرلیا۔

جب حضرت ابوموسیٰ صالح رحمۃ اللہ علیہ حجلہ عروسی میں پہنچے تو وہاں ایک پیکر حسن و جمال کو دیکھ کر توبہ استغفار کیا اور حضرت عبداللہ صومعی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں حاضر ہوکر عرض کیا ''آپ نے میرا عقد ایک اندھی' لولی' لنگڑی' اپاہج دوشیزہ سے کیا تھا لیکن حجلہ عروسی میں تو کوئی نامحرم موجود ہے جو ان تمام خامیوں سے پاک ہے؟

حضرت عبداللہ صومعی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا: عزیزم حجلہ عروسی میں جو موجود ہے' وہی میری بیٹی ''ام الخیر فاطمہ'' ہے۔ میں نے اس کو اندھی اس لیے کہا کہ آج تک اس کی نظر کسی نامحرم پر نہیں پڑی' بہری اس لحاظ سے کہ آج تک کوئی بری بات اس نے نہیں سنی۔ گونگی اس لحاظ سے کہ اس نے کبھی بری بات نہیں کی۔ لولی اس لیے کہ اس نے کوئی خلاف شریعت کام نہیں کیا اور لنگڑی اس لیے کہ اس نے آج تک اللہ کے راستے کے علاوہ کسی اور راستے پر قدم نہیں رکھا۔ انہی فرشتہ خصائل والدین کے ہاں ''حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی محبوب سبحانی رحمۃ اللہ علیہ'' پیدا ہوئے۔ **(دیباچہ غنیۃ الطالبین)**

پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ

روزی بارش کی طرح ملنے کا انمول وظیفہ

میں نے اپنی زندگی میں رزق حلال کی بڑی کرامات دیکھی ہیں میں حتی الامکان کوشش کرتا ہوں کہ رزق حلال کھاؤں' کسی کا حق نہ رہے مجھ پر۔ اس کے فوائد جو مجھے ملے وہ یہ ہیں:۔ استخارہ تو میں نے کبھی نہیں کیا لیکن استخارہ کے بغیر میں نے بہت کچھ دیکھا

میں چھٹی جماعت میں پڑھتا تھا' کہیں پڑھا کہ جو طالب علم اللہ تعالیٰ کے ننانوے نام روزانہ پڑھے گا اسے بہت جلد علم حاصل ہوگا۔ اس دن سے آج کے دن تک روزانہ پڑھتا ہوں' اللہ تعالیٰ نے بڑا کرم کیا' بنیادی طور پر میں ایک پی ٹی سی ٹیچر تھا' ایف ایس سی کی' پھر بی ایس سی کی' ساتھ ساتھ سروس بھی چلتی رہی۔ پھر ایم اے اسلامیات' پھر ایم ایڈ' پھر ایم اے کیا۔ پرائمری سے میں مڈل سکول میں آیا' پھر ہائی سکول' پھر انٹر کالج اس کے بعد ڈگری کالج۔ پھر سروسز کمیشن کے تھرو ادھر چلا آیا۔ اب ریگولر 20 ویں سکیل میں کام کر رہا ہوں جو صوبائی حکومت کا آخری سکیل ہے۔ میرا خیال ہے یہ جو میرا عمل ہے یہ حدیث پاک کا مفہوم ہے اور میں نے اپنی آنکھوں سے دیکھ لیا ہے کہ اس میں برکت ہے اور میں علم حاصل کرتا رہا اور نہ میرے ابھی بھی کئی ساتھی پرائمری سکول میں ہی ہیں اور دوسرے میری والدہ مجھ سے خوش تھیں جب وہ زندہ تھیں تو ایک مرتبہ انہوں نے دعا دی تھی کہ اللہ پاک میں اس بیٹے سے راضی ہوں تو بھی راضی ہو جا اور میرے والد صاحب کہتے تھے کہ میں تو نہیں دیکھ پاؤں گا لیکن اللہ پاک تمہیں بہت رنگ لگائے گا اور میں تو نہیں رہوں گا لیکن آپ میری بات کو یاد کریں گے۔

اس کے علاوہ انمول خزانے میں دعائے ابودردا رضی اللہ عنہٗ کے میں نے بہت سے فوائد محسوس کیے۔ اس کے پڑھنے کے بعد میرا تمام دن لڑائی جھگڑے کے بغیر گزرتا ہے' کوئی بدتمیزی نہیں کرتا اور کوئی افسر غلط کام کیلئے مجبور نہیں کرتا۔ قلبی سکون رہتا ہے۔ جب تک یہ نہیں پڑھتا تھا تو لوگ تنگ کیا کرتے تھے' میرے خلاف درخواستیں دیتے تھے جب سے یہ شروع کیا ہے اب امن وسکون ہو گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے تمام مصیبتیں دور کر دی ہیں۔ جب میں 19 ویں سکیل میں تھا کوئی جونیئر افسر تھا اس نے میری ٹھیک اے سی آر کو خراب کروا دیا اور مجھے چار پانچ سال پریشان رکھا۔ لیکن اس دعا کے پڑھنے کی وجہ سے اللہ نے اس سے میری جان چھڑوا دی۔ جو ہوتا ہے اللہ کی طرف سے ہوتا ہے حاسد اور دشمن سب چھوڑ گئے ہیں۔ ایک اور میرا معمول یہ ہے کہ 1982ء سے باوضو کلاس میں داخل ہوتا ہوں اور باوضو پڑھاتا ہوں۔ اس سے میں نے یہ دیکھا کہ جو حاسد ہوتے ہیں ان پر رعب طاری ہو جاتا ہے میں نے ایک ساتھی سے سنا تھا کہ وضو مومن کا ہتھیار ہے اور واقعی میں نے اس کا تجربہ کیا ہے۔ میرے جتنے ماتحت ہیں گو کہ میں ان کو کچھ نہیں کہتا مگر وہ مجھ سے ڈرتے ہیں اور سیدھے رہتے ہیں۔ اس کے علاوہ میرے پاس صوبہ بھر سے انکوائریاں آتی ہیں جو تو سچے ہوتے ہیں وہ میرے پاس آتے ہیں اور جو جھوٹے ہوتے ہیں وہ اپنے افسروں سے کہتے ہیں کہ ہماری انکوائری ان کے پاس نہ بھیجیں۔ میرا خیال ہے کہ یہ وضو کا فائدہ ہے جس کی وجہ سے ان پر خوف طاری ہو جاتا ہے۔ وضو سے روزی میں بڑی برکت ہوتی ہے۔ میری روزی اللہ تعالیٰ نے بہت وسیع کی ہوئی ہے۔

میں نے اپنی زندگی میں رزق حلال کی بڑی کرامات دیکھی ہیں میں حتی الامکان کوشش کرتا ہوں کہ رزق حلال کھاؤں' کسی کا حق نہ رہے مجھ پر۔ اس کے فوائد جو مجھے ملے وہ یہ ہیں:۔ استخارہ تو میں نے کبھی نہیں کیا لیکن استخارہ کے بغیر میں نے بہت کچھ دیکھا جب میں سائنس ٹیچر تھا تو امتحانات سے قبل ہی اللہ تعالیٰ مجھے امتحانی پرچہ دکھا دیتے تھے اور وہ سوالات میں بچوں کو اچھی طرح کروا دیتا تھا۔ میرا رزلٹ ہر سال سو فیصد آتا تھا۔ میرا بیٹا انجینئرنگ کر رہا ہے جب وہ پہلی جماعت میں تھا تو میں نے اس کے میٹرک کے نمبر دیکھے تھے 703' اس کے میٹرک میں 701 نمبر آئے دو نمبروں کا فرق تھا۔ میری یہی کوشش ہوتی ہے کہ کسی کا حق نہ کھاؤں۔ رزق حلال اگر انسان کمائے تو اس میں برکت ضرور ہوتی ہے۔

درس کے فوائد

پچھلے تین سال سے آپ کے درس میں باقاعدگی سے آ رہی ہوں' اپنی سہیلیوں کو بھی درس میں آنے کی دعوت دیتی ہوں' درس میں آنے سے الحمدللہ مجھے بہت فوائد حاصل ہوئے جو حسب ذیل ہیں:۔ ایک درس میں آپ نے جادو جنات کا وظیفہ بتایا تھا (فلق وناس 200 مرتبہ صبح وشام) وہ میں نے کیا الحمدللہ مجھے افاقہ ہوا' سورۂ کوثر پڑھنے سے گھر میں برکت ہوگئی اور سب سے زبردست بات یہ ہے کہ بچوں کو تعلیم کے دوران درس سننے کی تاکید کرتی رہی جس کی وجہ سے ان کا رزلٹ بہت اچھا آیا۔ میں تمام قارئین سے التجا کرتی ہوں کہ درس سننے کا اہتمام کیا کریں۔ اس سے ایک اور فائدہ بھی ہے کہ میری بچی چڑچڑا پن کا شکار تھی جب سے گھر میں سی ڈی پر درس سنانا شروع کیا اس کا چڑچڑا پن ختم ہو گیا۔ (بنت فاطمہ' لاہور)

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آ رہی ہیں' ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہو رہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

خوشگوار زندگی کیلئے ورزش ضروری ہے

شائستہ جلیل، پشاور

مردوں اور عورتوں کو یہ احساس رکھنا چاہیے کہ خوشگوار ازدواجی زندگی اور معاشرتی امور کا صحت سے بڑا گہرا تعلق ہے۔ بیمار جسم بحالت مجبوری مسکراہٹ کو چہرے پر پھیلا سکتا ہے لیکن دل و دماغ کی گہرائیوں سے اس کا کوئی تعلق نہیں ہوتا۔

مرد ہو یا عورت ہلکی پھلکی ورزش کو بہرحال زندگی کا معمول بنا لینا صحت وتندرستی کا ایک اہم ترین تقاضا ہے۔ ورزش کیلئے کون سا وقت آپ کیلئے موزوں رہے گا اس کا انحصار آپ کی گھریلو اور پیشہ وارانہ مصروفیات پر ہے۔ ویسے ناشتہ سے قبل صبح کا وقت اس کیلئے بہترین قرار دیا گیا ہے۔ اگر شدید مصروفیات حائل ہوں تو پھر کھانے سے قبل شام کا وقت بھی اس کیلئے مناسب رہے گا۔ ورزش کیلئے جو وقت طے ہے اس کو معمولات زندگی میں جگہ دینا ضروری ہے ورنہ حادثات یا اتفاقات کے طور پر کی جانے والی کسی بھی قسم کی ورزش جسم پر بہت زیادہ اثر انداز نہیں ہوتی۔ اب آپ کس قسم کی ورزش اپنے لیے موزوں سمجھتے ہیں یا سمجھتی ہیں اس کا انتخاب آپ کی اپنی جسمانی ساخت عمر اور روزمرہ کی مصروفیات کے مطابق ہی ہوگا۔ بہرحال تیز چلنا' پیراکی' فٹ بال' والی بال' رسی کودنا یا اس طرح کے کسی کھیل کود سے وابستگی جس میں جسم کے اعضاء وجوارح حرکت میں آتے ہیں' خون کا دوران تیز ہوتا ہو اور ساتھ ہی ناکارہ اور فاسد مادے جسم سے پسینہ کی شکل میں خارج ہوتے ہوں تو پھر سمجھئے کہ ورزش کے مقاصد پورے ہوگئے اور یہ چیز معمول بن گئی تو پھر انشاء اللہ آپ بہت سے امراض سے نجات حاصل کرلیں گے۔

ورزش نہ کرنے کے نقصانات: ورزش کو معمول نہ بنا لینے کے بہت سے نقصانات ہیں مثلاً بلند فشار خون' موٹاپا' جوڑوں کا درد' دل کی دھڑکن میں بے ترتیبی' بے خوابی' بدہضمی و تیزابیت وغیرہ وغیرہ...... یہ بیماریاں بظاہر الگ ہیں لیکن داخلی طور پر ایک دوسرے سے مربوط ہیں۔ مثلاً فشار خون کا دل کی بے ہنگام حرکت سے' جوڑوں کے درد کا موٹاپے سے' بدہضمی کا بے خوابی سے اسی طرح دیگر اور امراض ہیں جو ایک دوسرے کے ساتھ پیوست ہیں اور ایک دوسرے پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ عورتیں عام طور پر ورزش کو مردوں کا ہی استحقاق سمجھتی ہیں اور اپنے حق میں گھریلو کام کاج کو ہی ورزش کا متبادل سمجھتی ہیں جو درست نہیں ہے۔ گھریلو کام اور معمول کے مطابق ورزش ایک دوسرے کے قائم مقام نہیں ہیں۔ گھریلو کام کاج کو ورزش کا ہم معنی سمجھ لینا ورزش کی ذمہ داری سے دانستہ فرار ہے اور اسے مردوں کی ذات سے منسوب کردینا ایک غلط فہمی ہے۔ ورنہ عورتوں کے دل کا دورہ پڑنے کے بیشتر اسباب وہی ہیں جو مردوں میں ہوتے ہیں۔ مثلاً موٹاپا' ہائی بلڈ پریشر' ذیابیطس' کولیسٹرول کی زیادتی اور عارضہ قلب کا خاندانی پس منظر وغیرہ۔ عورتوں کا موٹاپا اس مرض کا ہی نہیں بلکہ سب متذکرہ بالا امراض کا ایک اہم سبب ہے۔ مناسب اور متوازن غذا جس میں چاول' چربی (گوشت)' چینی اور چکنائی (گھی' تیل وغیرہ) کا کم سے کم استعمال ہو تو ایسی غذائیں تندرستی کی برقراری میں کلیدی رول ادا کرتی ہیں۔ احتیاط اور علاج' پرہیز اور ورزش ایک دوسرے کیلئے معاون و مددگار بنیں تو پھر تاثیر دگنی ہوگی اور اگر یہ دو چیزیں ایک دوسرے کی مخالف سمت میں چل رہی ہیں تو بے چارہ جسم تختہ مشق بن جائے گا۔ اگر آپ روزانہ ورزش کی عادت ڈالنا چاہتے ہیں تو اس کیلئے خود کو تیار کرنا پڑے گا یا دوسرے معنوں میں اپنے آپ کو قائم کرنا پڑے گا۔ اس کی اہمیت اور افادیت بتانے کی ضرورت نہیں ہے۔ حفظان صحت کے اصول اور طبی نقطہ نظر سے ورزش کے فوائد اپنی جگہ اس کو محض مان لینے یا اس کے قائم ہوجانے سے کوئی بات نہیں بنے گی' اس کیلئے آپ کا ارادہ عمل ضروری ہے اور یہی وہ چیز ہے جس کا نعم البدل یا متبادل صرف اور صرف آپ کی اپنی ذات کے علاوہ کہیں اور نہیں ہے۔

انسان کو پختگی پیدا کرنی چاہیے: ارادہ وعمل کی پختگی کو مستحکم کرنے نیز خیالات کو پختہ تر اور مرکوز کرنے کیلئے آپ کو سوچنا ہوگا۔ اپنے آپ کو ہمیشہ قائل کرتے رہنا ہوگا۔ یہ کوئی وقتی کام نہیں ہے بلکہ اسے معمولات زندگی میں جگہ پانا ہے تو پھر اس کی مسلسل ومتواتر آبیاری بھی اپنی سوچ وفکر کے ذریعہ کرنی ضروری ہے۔ آپ کو خیال کرنا پڑے گا اور قائل ہونا پڑے گا کہ ورزش نہ کرنے کے نتیجہ میں آپ کس قدر خسارے میں ہیں۔ ☆ آپ کا وزن بڑھتا جارہا ہے ☆ جسم بے ڈول اور بوجھل ☆ بیٹھ کر اٹھنے میں پھرتی نہیں رہی ☆ ذرا سی محنت یا دوڑ دھوپ نظام تنفس کو درہم برہم کردیتی ہے۔

یہ اور اس طرح کے نقصانات کی فہرست بنائیں اور اپنے دل و دماغ کو اس بات کا قائل کریں کہ اگر ورزش کو معمولات زندگی میں جگہ نہ دی جائے اور متوازن غذا پر توجہ نہ کی جائے گی تو پھر ان نقصانات کی فہرست طویل تر ہوتی جائے گی۔ ٹھیک اسی طرح ورزش کے فوائد پر مشتمل فہرست نہ صرف مرتب کریں بلکہ اسے پیش نظر بھی رکھیں اور وقتاً فوقتاً اس کی تجدید بھی کریں تاکہ سستی' کاہلی اور اضمحلال کے اثرات آپ کے ورزش کے معمولات پر نہ پڑیں۔ یہ بات ہمیشہ پیش نظر رکھنی چاہیے کہ وقت کی پابندی کے ساتھ کسی عمل کو تواتر سے انجام دینے کیلئے غیر معمولی قوت ارادی کی ضرورت ہوتی ہے۔ کسی بھی قسم کی ورزش آپ سے وقت کی پابندی اور تواتر کا مطالبہ کرتی ہے۔ مختصراً یہ کہ اس کے فوائد پر نظر رکھیں اور خود کلامی کے ذریعہ اپنے نفس کو مخاطب کرکے کچھ اس طرح اسے قائل کرنے کی سعی کرتے رہیں کہ: ☆ جسمانی ورزش سے جسم میں پھرتی اور چستی پیدا ہوگی اور بوجھل پن دور ہوگا' نیز وزن اور جسمانی ساخت مناسب اور متناسب رہے گی۔ ☆ موت اور حیات' صحت اور بیماری اللہ تعالیٰ کے ہاتھ میں ضرور ہے لیکن ہم عقل سلیم کو استعمال کرنے کے بھی تو مکلف ہیں اور اسی کا تقاضا ہے کہ ورزش کے ذریعہ صحت جیسی عظیم نعمت سے استفادہ کیا جاسکتا ہے اور زندگی کو بے مزہ کرنے والی بیماریوں جیسے ذیابیطس' موٹاپا' تنفس کی خرابیاں اور اعصابی بیماریوں سے بچا جاسکتا ہے یا کم از کم ان کی آمد سے پہلے ہی ان کو ٹالا جاسکتا ہے۔ ☆ دوران خون کا نظام درست ہوگا' غذا اچھی طرح ہضم ہوگی' طبیعت ہلکی پھلکی اور ہشاش بشاش ہوجائے گی' چہرے کو غازے کی ضرورت نہیں رہے گی۔ ☆ تناؤ اور بے خوابی کی زد میں آئی ہوئی زندگیاں بیماریوں کی آماجگاہ بن جاتی ہیں۔ ہلکی سی ورزش راحت اور سکون کا باعث ہوتی ہے۔ بے خوابی کی شکایت میں تو یہ اکسیر کا حکم رکھتی ہے۔ ☆ بیماریوں کی تکلیف تو اپنی جگہ ڈاکٹروں کی فیس اور دواؤں کا بل مریض تو مریض' اس کے قریبی اعزا واقربا تک کو بھی تیماردار سے بیمار بنا دیتا ہے۔ اگر تھوڑی سی محنت معمول کے مطابق ورزش اور متناسب غذا کے ذریعہ ان الجھنوں سے بچا جاسکتا ہے تو پھر یہ کوئی گھاٹے کا سودا نہیں ہے۔

ورزش کا صحت سے تعلق: مردوں اور عورتوں کو یہ احساس رکھنا چاہیے کہ خوشگوار ازدواجی زندگی اور معاشرتی امور کا صحت سے بڑا گہرا تعلق ہے۔ بیمار جسم بحالت مجبوری مسکراہٹ کو چہرے پر پھیلا سکتا ہے لیکن دل و دماغ کی گہرائیوں سے اس کا کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ ایسی صورت میں ہنسنا بھی ایک تکلیف وہ عمل بن جاتا ہے۔ ایک عقل مند ماں نے رخصتی کے وقت اپنی بیٹی کو نصیحت کرتے ہوئے کہا تھا: ''بیٹی! جب تم ناشتہ تیار کرکے دسترخوان پر کھانے کیلئے بیٹھو تو تمہارے بال بکھرے ہوئے نہیں ہونے چاہئیں۔ اگرچہ یہ نصیحت ایک الگ مضمون کی متقاضی ہے لیکن اس سے مراد یہی ہے کہ تمہاری عائلی ذمہ داریاں کہیں تمہیں اپنی ذات سے غافل نہ کردیں۔ اس بات میں کوئی اختلاف نہیں ہوسکتا کہ صحت ایک بڑی دولت ہے اور ایک عظیم نعمت بھی ہے نہ ہی اسے ضائع کرنا چاہیے اور نہ ہی اس کی ناقدری کرنی چاہیے

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر ____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور علم چاہیے

جی چاہتا ہے کچھ باتیں حضرت خضر علیہ الصلوٰۃ والسلام سے ملاقات کی کرلوں‘ زندگی کی خبر نہیں جو ملا ہے لوٹانا چاہتا ہوں اپنے ساتھ کچھ لے کر جانا نہیں چاہتا‘ ویسے بھی مومن کے پاس جو کچھ ہوتا ہے وہ ادھار ہوتا ہے ادھار کو لوٹانا مومن کے مزاج کا حصہ ہے۔

ایک پرانی اور کالی رات میرے سامنے ہے جب میں اپنے مکان کی چھت پر بیٹھا اسم ذات کا ذکر کررہا تھا سردی کے دن تھے اور سخت سردی پڑ رہی تھی‘ میں نے ایک کمبل اوڑھا ہوا تھا لیکن میں پسینہ پسینہ تھا اچانک مجھے احساس ہوا کہ میرے قریب کسی نے آکر اپنا گھٹنا لگا دیا اور سلام کیا۔ ہلکا سا خوف ہوا لیکن پھر ایک اطمینان ہوگیا۔۔۔ دیکھا تو ایک خضر صورت درویش بیٹھے ہیں مصافحہ ہوا میں نے پوچھا آپ؟ فرمانے لگے لوگ مجھے خضر (علیہ الصلوٰۃ والسلام) کہتے ہیں یہ ان سے میری سب سے پہلی ملاقات تھی۔ میں سمجھتا ہوں یہ لفظ اسم ذات یعنی اللہ جو میں نے لاکھوں کروڑوں مرتبہ کیا‘ یہ اس کی برکات ہیں۔ اس کی برکات تو مجھے بہت ملیں وہ پھر کبھی عرض کروں گا لیکن اس کی ایک برکت یہ ہے کہ حضرت خضر علیہ الصلوٰۃ والسلام سے ملاقات کا سلسلہ شروع ہوگیا۔

حضرت خضر علیہ الصلوٰۃ والسلام سے میں نے بہت پایا بہت حاصل کیا ہے ایک چیز جو کہ گزشتہ صفحات میں آپ مسلسل پڑھ رہے ہیں وہ یَاقَھَّارُ ہے۔ آج میں یَاقَھَّارُ کے روحانی و نورانی فوائد حضرت خضر علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زبانی بتانا چاہتا ہوں ایک بار فرمانے لگے:۔

”جو شخص اس کو بکثرت پڑھے گا جتنا بڑے سے بڑا گناہ ہو اور وہ اس گناہ سے چھٹکارا پانا چاہتا ہو‘ جتنی بڑی سے بڑی برائی ہو‘ نشہ ہو‘ کوئی عادت بد ہو‘ کوئی عیب اور وہ اس عیب سے چھٹکارا پانا چاہتا ہوں وہ بلاتعداد اس کو مستقل پڑھے۔ جتنا زیادہ تعداد میں پڑھے گا اتنا فائدہ ہوگا۔ لاکھوں سے زیادہ پڑھے‘ بس ہر وقت پڑھتے ہوئے یہ تصور یعنی جس چیز سے چھٹکارا پانا چاہتا ہے اس کا تصور...... وہ نہیں پڑھ رہا تو اس کی طرف سے کوئی اور پڑھے لیکن بات ہے پڑھنے کی...... چند بار پڑھ کر چھوڑ دینا۔ ایسا نہ ہو یہ بات مسلسل تجربات میں آئی ہے کہ اس کو مسلسل پڑھنے سے گوہر مقصود ضرور ملا ہے۔ میں نے اپنی آنکھوں سے ہیروئن چھوٹتے دیکھی‘ بدکاری سے نفرت دیکھی‘ جھوٹ گناہوں سے نفرت دیکھی‘ ایک نہیں بے شمار‘ بے شمار نہیں اور بے شمار لوگوں کو اسم یَاقَھَّارُ سے متقی ولی‘ اور اللہ کا دوست بنتے دیکھا۔ اللہ کی دوستی اور اللہ تعالیٰ کا قرب اور اللہ کی محبت یَاقَھَّارُ کے سامنے ایک انوکھا راز ہے۔ میں نے ایک صاحب کو یہ پڑھنے کیلئے بتایا کہنے لگے میں نے دن دیکھا نہ رات‘ صبح دیکھی نہ شام‘ نیند دیکھی نہ جاگنا ہر صورت یَاقَھَّارُ پڑھتا چلا گیا‘ لاکھوں کی تعداد میں یَاقَھَّارُ پڑھا۔ میں وہ تھا جو کماتا تھا جوئے پر لگا دیتا تھا پھر جو بچتا تھا شراب میں لگا دیتا تھا اور بدکاری پر لگاتا تھا۔ میں نے اپنی زندگی میں اس سے بڑا لفظ کہیں پایا ہی نہیں...... کہیں دیکھا ہی نہیں۔ اب رات کو سوتا ہوں تو تہجد کے وقت مخصوص مہک اور خوشبو ہوتی ہے جو میرے بدن کو لپیٹ لیتی ہے اور مسرور ہوں کہ ایک خوشبو مجھے تہجد کیلئے اٹھا دیتی ہے پھر تہجد کے بعد سوتا ہوں تو وہی خوشبو مجھے نماز فجر کیلئے اٹھا دیتی ہے اسی طرح میرے دن رات گزر رہے ہیں۔

مجھے وہ وقت بھی یاد تھا جب میں عید کی نماز تک نہیں پڑھا کرتا تھا‘ جمعہ تو دور کی بات ہے۔ جب مجھے اللہ کے نام سے شناسائی نہیں تھی۔ میں بھٹکا ہوا تھا الجھا ہوا تھا‘ ڈوبا تھا‘ گمراہ تھا۔ اسم یَاقَھَّارُ نے مجھے اللہ تک پہنچانے میں بہت مدد کی۔ قارئین! ویران گھروں اور اجڑی زندگیوں کیلئے اسم یَاقَھَّارُ کے اندر بہت تاثیر اور طاقت ہے‘ اس کے اندر تقویٰ ہے‘ عظمت ہے‘ اخلاص ہے‘ للّٰہیت ہے‘ تہجد ہے‘ نماز کا خشوع ہے‘ قرآن سے محبت ہے‘ عشق مصطفی ہے‘ عشق صحابہ اہل بیت ہے‘ عشق اولیاء ہے‘ صالحین سے محبت ہے‘ یہ کوئی شے نہیں عجیب شے ہے۔

اپنی نسلوں کیلئے پڑھ سکتے ہیں‘ ایک چھوٹی سی بات کہتا چلا جاتا ہوں اس کی وضاحت نہیں کروں گا۔ بس آگے آپ خود سمجھ لیں کہ جب بھی میاں بیوی ملاقات کا ارادہ کریں دونوں ملاقات سے پہلے بکثرت اسم یَاقَھَّارُ پڑھیں۔ اولاد صالح ہوگی‘ بے عیب ہوگی‘ اندھی کانی لولی لنگڑی‘ اپاہج‘ ناکارہ‘ بیوقوف‘ پاگل‘ دیوانی‘ بدشکل نہیں ہوگی۔ جہاں حسن ظاہر ہوگا‘ وہاں حسن باطن بھی ہوگا‘ خوبصورتی جہاں اندر کی ہوگی وہاں باہر کی بھی ہوگی‘ بچے میں تقویٰ اخلاص‘ خلوص نیکی‘ امانت‘ خیرخواہی‘ دریا دلی‘ سخاوت اور محبت کے آثار نمایاں ہوں گے۔ ویسے بھی میاں بیوی جب ملیں ان الفاظ کو تھوڑا یا زیادہ اس سے پہلے پڑھ لیا کریں۔

شیطانی عمل دخل نہیں ہوتا۔ بیماریاں نہیں ہوتیں‘ حتیٰ کہ آپس میں نفرت نہیں ہوتی۔ میں نے گھریلو جھگڑوں کے کئی لوگوں کو یہ بتایا کہ میاں بیوی جب بھی ملیں تھوڑا یا زیادہ اسم یَاقَھَّارُ ضرور پڑھ لیا کریں۔ اس وقت وضو ہے یا نہیں اس کی کوئی شرط نہیں۔ پھر اس کی برکات کو اپنی آنکھوں سے مشاہدہ کریں بہت کمال کی چیز ہے۔ یہ ایک راز تھا جو دل کی دنیا میں بسا ہوا تھا جو مجھے ملا تھا سو آپ تک لوٹا دیا۔ (جاری ہے)

موتی مسجد میں جعلی حکیم صاحب

جب سے موتی مسجد کا عمل چھپا ہے لوگ جوق در جوق موتی مسجد میں جانا شروع ہوئے کچھ مرد و خواتین وہاں حکیم صاحب یا حکیم صاحب کے نمائندے کے طور پر اپنا روپ دھار کر بیٹھے اور لوگوں سے نذرانے وصول کیے ہم ایسے تمام لوگوں سے بیزاری اور لاتعلقی کا اعلان کرتے ہیں۔ نہ یہ ہماری ترتیب ہے اور نہ طریقہ‘ بعض کم علم لوگوں نے وہاں یہ بات بھی کہی کہ یہ سب جھوٹ ہے ظاہر ہے جتنا برتن ویسے الفاظ ہمیشہ اعتماد والے کو ملا ہے............ **(ادارہ عبقری)**

ہوشیار رہیں......!

بارہا یہ شکایات موصول ہورہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیرشرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org
facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042-37552384, 37597605۔ **نوٹ: عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔**

ذیشان علی، لالہ موسیٰ

ٹھیک 12 بجے سب خچروں نے کام بند کر دیا

خچروں کے آرام کرنے اور خوراک کھانے کا وقت ٹھیک بارہ بجے مقرر تھا۔ سورج جب سر پر آ جاتا تو میں اپنا کام روک کر ان کو دانہ گھاس کھلاتا۔ چند روز بعد ایسا اتفاق ہوا کہ دوپہر کے وقت میرا ایک دوست مجھ سے ملنے آیا اس کے پاس گھڑی تھی

ایک سیاح کسی زمانے میں تاریک براعظم افریقہ کی سیاحت کیلئے گئے تھے۔ وہاں انہوں نے جو عجائبات دیکھے ان میں ایک چھوٹا سا حبشی لڑکا بھی تھا جو مسٹر مورتیمر کی خدمت گزاری کیا کرتا تھا۔ یہ لڑکا افریقہ کے ''بونا قبائل'' سے تعلق رکھتا تھا۔ مسٹر مورتیمر نے مجھے اس لڑکے کی ایک حیرت انگیز صلاحیت کا ذکر سنایا کہ اگرچہ اس لڑکے نے گھڑی کبھی نہیں دیکھی اور نہ اس کے پاس وقت معلوم کرنے کا کوئی اور ذریعہ ہی موجود تھا۔ مگر وہ اپنا کام مقررہ وقت پر سرانجام دیتا اور جو وقت اس کے آنے کا ہوتا' ہمیشہ اسی وقت پر آتا اور کبھی ایک آدھ منٹ کا بھی فرق نہ پڑتا۔ ایک اور دلچسپ بات یہ تھی کہ جب اس سے پوچھا جاتا کہ بتاؤ اب کیا بجا ہوگا؟ تو وہ فوراً وقت بتا دیتا اور یہ جواب اس سیاح کی گھڑی کے مطابق بالکل درست تھا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ یہ لڑکا کسی پراسرار حس کا مالک ہے جو اسے دن رات کے چوبیس گھنٹوں کے ہر ثانیے سے آگاہ رکھتی ہے۔ سیاح نے بارہا اس لڑکے سے یہ معمہ حل کرنے کی کوشش کی کہ اسے وقت کا اتنا صحیح اندازہ کیسے ہو جاتا ہے تو وہ ہنس کر کہتا ''جناب! مجھے خود معلوم نہیں''۔ اس سلسلے میں سب سے نمایاں مثال وہ ہے جب نیند پوری کر چکنے کے بعد صبح ایک خاص وقت ہماری آنکھ خود بخود کھل جاتی ہے۔ یہ ہمارے لاشعور کا کرشمہ ہے جو کبھی غافل نہیں ہوتا اور ہر وقت اپنا کام کرتا رہتا ہے۔ ہمارے حواس پر اس کا کنٹرول ہے۔ اسی لاشعوری قوت کو ذرا سی مشق کے بعد اپنا تابع بھی بنایا جاسکتا ہے' یعنی اگر آپ یہ ارادہ کر لیں کہ فلاں وقت ضرور بیدار ہو جائیں گے تو آپ کی آنکھ عین اس وقت کھل جائے گی۔ آیئے! اب ذرا جانوروں کی دنیا میں چلیں اور دیکھیں کہ انسان کی طرح کیا وہ بھی وقت کا صحیح صحیح اندازہ لگانے کی حس رکھتے ہیں؟ سرولیم تھامس نے ایک مضمون لکھا تھا جس میں انہوں نے بکریوں کے متعلق ایک دلچسپ واقعہ بیان کیا کہ ان کے مکان کے قریب ہی ایک باڑہ تھا جس میں پچاس ساٹھ بکریاں بند کی جاتی تھیں۔ دوپہر کو ایک مقررہ وقت پر گڈریا ان بکریوں کیلئے گھاس اور پتے لے کر آتا۔ چند دن بعد سرولیم تھامس نے محسوس کیا کہ بکریوں کو کھانے کے وقت کا پورا پورا اندازہ ہو جاتا ہے۔ جونہی گھڑی کی سوئیاں بارہ بج کر دس منٹ بجاتیں' سب کی سب بکریاں اپنی جگہ سے اٹھ کر کھڑی ہو جاتیں اور احاطے کے دروازے کی جانب منہ پھیر لیتیں۔ گڈریے کے آنے کا راستہ یہی تھا۔ کبھی ایسا ہوتا کہ گڈریا وقت سے چند منٹ پہلے آ جاتا تو بکریاں حسب معمول اپنی اپنی جگہ پر بیٹھی رہتیں لیکن وقت ہو جانے پر ان کی بے چینی کی انتہا نہ رہتی۔ اسی طرح کیلیفورنیا کے ایک کسان فریڈ ورکر کا بیان بھی سننے کے لائق ہے۔ وہ لکھتا ہے: میرے پاس گھڑی نہ تھی' خچروں کے آرام کرنے اور خوراک کھانے کا وقت ٹھیک بارہ بجے مقرر تھا۔ سورج جب سر پر آ جاتا تو میں اپنا کام روک کر ان کو دانہ گھاس کھلاتا۔ چند روز بعد ایسا اتفاق ہوا کہ دوپہر کے وقت میرا ایک دوست مجھ سے ملنے آیا اس کے پاس گھڑی تھی۔ ابھی ہم باتیں کر ہی رہے تھے کہ یک وقت سب خچروں نے ہنہنانا شروع کر دیا۔ میں نے اپنے دوست سے پوچھا کہ وقت کیا ہوا ہے؟ تو اس نے گھڑی دیکھ کر بتایا کہ پورے بارہ بجے ہیں۔

اس کے بعد تو ان خچروں نے اپنا معمول بنا لیا کہ بارہ بجتے ہی کام چھوڑ دیتے اور زور زور سے ہنہنانے لگتے۔ جب میں کوشش کرتا کہ وہ کام کریں تو وہ ناراض ہو کر ہل الٹ دیتے اور اس وقت تک ضد پر اڑے رہتے جب تک ان کے آگے دانہ گھاس نہ ڈال دیا جاتا مجھے یہ معلوم کر کے بڑی حیرت ہوئی کہ وہ ٹھیک بارہ بجے یہ حرکت کرتے تھے۔ اس سے دو منٹ پہلے تک وہ خوب کام کرتے تھے۔ بعد ازاں میں نے خچروں کی اس عجیب عادت کا مشاہدہ اپنے گاؤں کے بہت سے لوگوں کو بھی کرایا۔ وہ سب حیران رہ گئے۔''

بیرون ملک قارئین کیلئے اہم اعلان

رمضان المبارک کے مقدس ماہ کی مبارک ساعات' سحر وافطار' تراویح اور دوسرے معمولات کی وجہ سے حضرت حکیم صاحب بیرون ممالک کی کالیں نہیں سن سکیں گے۔ انشاءاللہ العزیز رمضان المبارک کے بعد سابقہ ترتیب کے مطابق ہفتے کی رات 7 سے 9 تک سنا کریں گے۔

بیرون ملک قارئین نوٹ فرمالیں۔

فرحت، لاہور

گلاس کو گرا دیں

پروفیسر صاحب نے دوبارہ پوچھا کہ مجھے اس درد سے باہر آنے یا نکلنے کیلئے اب کیا کرنا چاہیے۔ طالب علموں نے کہا گلاس نیچے رکھ دیں

ایک پروفیسر صاحب نے اپنے ہاتھ میں پانی سے بھرا گلاس پکڑ کر کلاس شروع کی' انہوں نے اسے ایسے پکڑ رکھا تھا کہ سب دیکھیں' طالبعلموں سے پوچھا' آپ کے خیال میں اس گلاس کا وزن کتنا ہوگا' 50 گرام' 100 گرام یا 125 گرام' طالبعلموں نے جواب دیا۔ پروفیسر نے کہا میں واقعی نہیں جان سکتا جب تک وزن نہ کرلوں' لیکن میرا سوال یہ ہے کہ میں اسے چند منٹ اسے اوپر پانی کیساتھ اٹھائے رکھوں تو پھر کیا ہوگا؟ ایک طالبعلم نے کہا کہ آپ کی بازو میں درد شروع ہو جائیگا' آپ ٹھیک کہہ رہے ہو' تب کیا ہوگا اگر آپ سے اسی حالت میں پورا ایک دن اٹھائے رکھتے ہو' آپ کی بازو سن ہو جائیگی' ہوسکتا ہے کہ آپ کے پٹھوں میں شدید قسم کا کھچاؤ پیدا ہو جائے اور فالج ہو جائے اور آپ کو علاج کیلئے ہسپتال جانا پڑ جائے۔

بہت اچھے' لیکن کیا اس تمام عمل کے دوران گلاس کا وزن تبدیل ہوا' پروفیسر نے پوچھا۔ طالبعلم کا جواب تھا نہیں۔ لیکن اس بازو کے درد ہونے کی وجہ اور پٹھوں کے کھچاؤ کی کیا وجہ تھی؟ طالب علم پھر حیران ہو گئے۔ پروفیسر صاحب نے دوبارہ پوچھا کہ مجھے اس درد سے باہر آنے یا نکلنے کیلئے اب کیا کرنا چاہیے۔ طالب علموں نے کہا گلاس نیچے رکھ دیں' بالکل ٹھیک۔

پروفیسر نے کہا: زندگی کی مشکلات بھی بالکل اسی طرح کی ہیں' اگر آپ انہیں کچھ دیر کیلئے اپنے ذہن میں رکھیں گے تو وہ بالکل ٹھیک نظر آئیں گی' اگر آپ ان کے بارے میں زیادہ لمبے عرصے تک سوچتے رہیں گے یہ مسائل آپ کیلئے تکلیف دہ بننا شروع ہو جائیں گے۔ مطلب یہ کہ اگر آپ ان مسائل کو لمبے عرصے تک ذہن میں رکھیں تو یہ آپ کو فالج زدہ کرنا شروع کر دیں گے اور آپ کچھ کرنے کے قابل نہ رہیں گے۔

اپنی زندگی میں چیلنجز یا مسائل کے بارے میں سوچنا اہم ہے لیکن اس سے زیادہ اہم یہ ہے کہ ہر دن کے آخر میں جب آپ سونے کیلئے جائیں اس سے پہلے ان مسائل کو ذہن سے مٹا دیں' اس طرح کرنے سے آپ کو کوئی مسئلہ' پٹھوں میں کھچاؤ' ذہنی پریشانی نہ ہوگی' آپ ہر دن فریش...... طاقتور اور کسی بھی ایشو مسئلہ یا اپنی راہ میں آنے والے چیلنج کو آسانی سے ہینڈل کر سکیں گے۔

اس ماہ کا دکھی خط

پوشیدہ

گھریلو حالات نے میرا جینا حرام کردیا

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کردیئے ہیں تاکہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم حکیم صاحب! میری زندگی بھی گونا گوں دکھوں' مسائل اور ذہنی پریشانیوں کا منبع ہے' میری شادی کو 16 سال ہوچکے ہیں 4 بچے ہیں' بڑی بیٹی 15 سال کی ہے' آٹھویں میں پڑھتی ہے' بہت زیادہ خودسر' جذباتی' جھگڑالو اور بدتمیز ہے' چھوٹی بہن جو کہ 14 سال کی ہے ساتویں میں پڑھتی ہے' بات بے بات بچپن سے اسے مارتی ہے' اس سے بہت زیادہ ضد کرتی ہے' اسی طرح تیسرے نمبر پر بیٹا ہے جو کہ 11 سال کا ہے اسے بھی ہروقت چھوٹی چھوٹی باتوں پر مارتی رہتی ہے اور سب سے چھوٹی بیٹی جو کہ 10 سال کی ہے اس سے بھی اسی طرح کا ہی سلوک کرتی ہے۔ میرے ساتھ بھی بدتمیزی کرتی ہے' چھوٹے بہن بھائیوں کو تنگ کرنے یا ان کو مار پیٹ سے روکوں یا اس کو ماروں تو واپس مجھے مارتی ہے اور کہتی ہے کہ تو ہوتی کون ہے؟ مجھے مارنے والی' اکثر اتنی زور سے مجھے واپس مارتی ہے کہ میرے بازو دکھنے لگتے ہیں' آگے سے بدزبانی بھی بہت زیادہ کرتی ہے۔

جب سے میری شادی ہوئی ہے ایک دن بھی سکون کا نہیں گزارا پہلے دن سے شوہر کی گالی گلوچ اور مار پیٹ کا شکار رہی ہوں کہنے کو میرا شوہر ایک ڈاکٹر ہے' میرا تعلق اعلیٰ بزنس مین گھرانے سے ہے صرف میں بدنصیب ہوں جو کہ آج کے دور میں بھی ایک بزنس مین کی بیٹی ہونے کے باوجود بھی ایسی بےسکون اور بیزار زندگی گزار رہی ہوں۔ میرے والد دل کے مریض ہیں والدہ کی وفات بچپن میں ہوچکی ہے' کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟ سب بہن بھائی شادی شدہ ہیں اور اپنے گھروں میں سیل سیٹلڈ ہیں۔ حالات سے سمجھوتہ کرنا میری مجبوری ہے' جیسا رویہ گھر میں شوہر کا ہے بالکل ویسا رویہ میرے بچوں کا ہے خاص طور پر بڑی بیٹی کا رویہ بہت گستاخانہ اور پریشان کن ہے اتنے سال گزرنے کے باوجود شوہر کے رویئے میں کوئی تبدیلی نہیں آئی' ویسے کے ویسے ہیں' الٹا مجھے نالائق اور نااہل ماں ہونے کا طعنہ دیتے ہیں کہ تو نکمی اور نااہل ہے کہ بچے تجھ سے کنٹرول نہیں ہوتے خود بچوں کی بدتمیزیوں پر انہیں جانوروں کی طرح مارتا پیٹتا ہے' تربیت اور پیار جیسی کوئی چیز اس کے دل میں نہیں ہے۔ اٹھتے بیٹھتے میرے والد صاحب اور میرے گھر والوں کو برا بھلا کہتا ہے اور گندی گندی گالیاں دیتا رہتا ہے حالانکہ میرے چاروں بھائی اور میرے والد صاحب کبھی بھی میرے گھر نہیں آئے اور نہ ہی ان سے میرے خاوند کا ملنا جلنا ہے' اسی لیے میرے بچوں پر باپ کی گالی گلوچ' شور شرابے اور مار پیٹ کا بڑا منفی اثر پڑا ہے میری سولہ سال کی محنت رائیگاں ہوگئی ہے میری صحت بھی بہت خراب رہتی ہے' معدہ درد کرتا ہے' اکثر موشن لگے رہتے ہیں کچھ بھی کھالوں فوراً پیٹ میں مروڑ اٹھنا شروع ہوجاتے ہیں' ڈیپریشن اور پریشانی کی وجہ سے بالکل سوکھ کر تنکا بن گئی ہوں لوگ میرا مذاق اڑاتے ہیں بچے بھی پسند نہیں کرتے' کچھ سمجھ نہیں آتا کس طرح اپنی صحت بہتر بناؤں اور گھر کے حالات سدھاروں' شوہر پہلے ہی وفادار نہ تھے اب بچے بھی ویسے نکل رہے ہیں' دل چاہتا ہے کہ کسی گاڑی تلے خود کو روندھ کر خودکشی کرلوں یا پھر گھر چھوڑ کر کہیں ویرانے میں نکل جاؤں۔

حکیم صاحب! آج کے اس پڑھے لکھے معاشرے میں آج بھی مجھ جیسی حالات میں پسی لڑکیاں پریشان ہیں شوہر پڑھا لکھا ہونے کے باوجود جاہلوں سے بھی برا سلوک کرتا ہے' گھر میں بچوں کے سامنے چیزیں اٹھا اٹھا کر مارتا ہے' میرے باپ کو ہروقت گالیاں دیتا ہے میں دنیا میں واحد بدنصیب لڑکی ہوں جس کے باپ کو اس کی بیٹی کے سامنے بےقصور اور بلاوجہ اس قدر گالیاں دی گئی ہیں۔ میری وجہ سے میرا باپ دل کا مریض ہوا ہے کہاں سے برداشت کا حوصلہ لاؤں۔ بڑی بیٹی پر زیادہ سختی کروں یا باپ کو بتاؤں تو مجھے بھاگنے اور گھر چھوڑ جانے کی دھمکیاں دیتی ہے۔ چھوٹے بچوں پر بھی گھریلو حالات کا منفی اثر پڑا ہے چھوٹی بیٹی بھی بہت ضدی ہے بات بالکل نہیں مانتی اور بیٹا بھی بہت زیادہ ضدی ہوگیا ہے۔ وقت بے وقت فرمائشیں کرکے بہت ضد کرتا ہے' چیز نہ ملنے پر وہ بھی مجھے مارتا ہے کہ ماما تم گندی ہو' فلاں چیز نہیں لے کر دیتی ہو' بدتمیزی کرکے حد پار کرجاتا ہے۔

اس کا مسئلہ یہ بھی ہے کہ گیارہ سال کا ہونے کے باوجود رات کو سوتے میں بستر پر پیشاب کردیتا ہے پھر جب اسے پتہ چلتا ہے کہ اس نے سوتے میں پیشاب کیا ہے تو بہت شرمندہ بھی ہوتا ہے اور روتا ہے کہ کسی کو نہ بتانا لوگ کیا کہیں گے؟

محترم حکیم صاحب! میں نے مختصراً آپ کو اپنے گھریلو حالات سے آگاہ کرچکی ہوں' میرے گھریلو حالات اور اولاد کو بگاڑنے میں میرے شوہر کا منفی اور برا رویہ ہے جس کا خمیازہ بچوں کی خودسری' من مانی اور ضد کی شکل میں مجھے بھگتنا پڑ رہا ہے۔ شوہر بچوں کے سامنے مجھے بدصورت اور عجیب عجیب ناموں سے پکارتا ہے۔ بچے ہروقت میرا مذاق اڑاتے رہتے ہیں محترم حکیم صاحب میں اپنی زندگی سے تنگ آچکی ہوں میں نے اپنے بچوں اور شوہر کو ٹھیک کرنے میں دن رات ایک کیے ان جتنی خدمت کرسکتی تھی کی لیکن میرے شوہر آج تک مجھ سے خوش نہیں ہوئے۔

(قارئین! الجھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

لہسن سے گوہانجنی ٹھیک ہوگئی

جولائی میں ہماری بیٹی ہمارے پاس رہنے آئی' اس کی شادی لاہور میں ہوئی ہے تو ڈھائی تین ماہ بعد ہفتے دس دن کیلئے اس کے میاں ہمارے پاس بھیج دیتے ہیں۔ اس کا ایک بیٹا بھی ہے دو سال کا۔ جب وہ آئی تو اس کی بائیں آنکھ کے نیچے گوہانجنی بن رہی تھی' آنکھ کو بہت تکلیف تھی' سوج کر کافی چھوٹی ہوگئی تھی اور درد اور سرخی بھی تھی' ہمارے گھر میں ایک صفائی کرنے کیلئے ایک کرسچن خاتون آتی ہیں جو کہ نیت کی بہت ہی اچھی ہیں' اسے میری بیٹی سے ویسے ہی بہت پیار ہے' اس نے لہسن کی ایک تڑی کو چھیلا اور ہاتھ سے دو ٹکڑے کیئے' ایک ٹکڑا لے کر نچوڑ کر آنکھ کی جلد پر ملا اس طرح کہ اس کا پانی آنکھ کی جلد پر باہر ہی لگایا' دونوں حصوں کو دبا کر نچوڑ کر پانی جلد پر لگایا (خیال رہے کہ لہسن کا پانی آنکھ کے اندر نہ جائے) اور کہہ گئی کہ باجی دن میں تین بار یہ کام کریں۔ ایک بار میں نے کیا۔ دوپہر اور رات کو آپ کرنا۔ اللہ کی شان دیکھیں دوپہر تک سوج کم ہوئی اور رات کو جو بھی مادہ تھا نکل گیا اور آنکھ کو سکون آگیا اور دوسرے دن کرنا ہی نہ پڑا۔ لہسن دیسی ہو تو بہت اچھا ہے ورنہ چائنہ کا بھی چلے گا۔ یہ میں نے خود کیا ہے اور رزلٹ دیکھا ہے اس لیے آپ سب سے شیئر کررہی ہوں۔ (طاہرہ' راولپنڈی)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد اَللّٰھُمَّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی پچھلے تین سال سے قاریہ ہوں لیکن مراقبہ کرنا میں نے ایک سال پہلے ہی شروع کیا تھا۔ پہلے پہل تو مراقبہ میں توجہ بنائے رکھنا بہت مشکل تھا لیکن آپ کی توجہ اور دعاؤں نے مراقبہ میرے لیے بہت آسان بنا دیا۔ اب جب بھی میں گھر میں مراقبہ کرنے بیٹھتی ہوں میرا رابطہ فوراً ہو جاتا ہے اور مجھے بڑے بڑے اولیاء اللہ اور انبیاء علیہ السلام کی زیارتیں ہوئیں۔ ابھی چند دن پہلے میں سونے سے پہلے مراقبہ کرنے بیٹھی تو جو میں نے دیکھا وہ درج ذیل ہے:۔

''میں نے دیکھا کہ جنت کا منظر ہے' پہاڑ ہیں' بڑے بڑے چشمے بہہ رہے ہیں' پہاڑوں کے درمیان میں موسم بہت خوبصورت ہے' پہاڑوں کے اوپر ایک تختہ لگا ہوا ہے اس تختہ پر حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ تشریف فرما ہیں اور ذکر میں مشغول ہیں' سفید رنگ کے بگلے ان کے پاس آ کر بیٹھ رہے ہیں' چشمہ کا پانی بالکل شیشے کی طرح صاف شفاف ہے' اس میں مچھلیاں ہیں' جو ذکر کر رہی ہیں وہ ذکر نور کی شکل میں پانی سے نکلتا ہوا باہر آرہا ہے میں یہ منظر دیکھ کر کہتی ہوں کہ لگتا ہے کہ یہ مچھلیاں کچھ کہہ رہی ہیں میں چشمہ کے پاس جاتی ہوں اور پانی سے ایک مچھلی پکڑتی ہوں' مچھلی کہہ رہی تھی اللہ ھو وہ اتنا خوبصورت کہتی ہے کہ میں سن کر حیران ہو جاتی ہوں اور واپس مچھلی کو پانی میں چھوڑ دیتی ہوں اس کے بعد میں دیکھتی ہوں کہ میں خانہ کعبہ کے غلاف کو پکڑ کر اللہ پاک سے باتیں کر رہی ہوں میرے گرد آ کر فرشتوں کی جماعت بیٹھ جاتی ہے اور کہتے ہیں کہ آپ ہمارے ساتھ چلیں' میں ان کے ساتھ چلنے لگتی ہوں تو فرشتے کہتے ہیں پہلے آپ آب زم زم پی لیں میں پی لیتی ہوں' پھر فرشتوں کی جماعت مجھے غار حرا لے جاتی ہے غار حرا کے ہم اندر چلے جاتے ہیں وہاں جا کر بیٹھ جاتے ہیں اور یہ آیتیں پڑھتے ہیں۔ اِقْرَاْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِیْ خَلَقَ سے عَلَّمَ الْاِنْسَانَ مَا لَمْ یَعْلَمْ تک میرا جسم سارا کانپنا شروع ہو جاتا ہے' پسینے سے بھر جاتی ہوں' پھر غار حرا سے باہر آجاتے ہیں' فرشتے کہتے ہیں کہ آپ کو ایک اور جگہ بھی لے کر جانا ہے وہ جگہ اس طرح سے تھی کہ ایک بڑا درخت تھا اور میدان تھا' فرشتے مجھے بتاتے ہیں کہ یہاں پر معاہدہ ہوا تھا صلح کا پھر وہاں سے ہم مسجد نبوی ﷺ جاتے ہیں وہاں نماز عصر پڑھتی ہوں اس کے بعد آپ ﷺ کے روزہ اطہر پر جاتے ہیں۔ فرشتے میرے پاس بیٹھ جاتے ہیں ان سے کہتی ہوں کہ آپ جائیے مجھے یہیں پر بیٹھے رہنا ہے وہ کہتے ہیں ٹھیک ہے جیسے آپ کی مرضی اور وہ چلے جاتے ہیں کچھ دیر بعد آپ (حضرت حکیم صاحب) حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کے ساتھ وہاں تشریف لاتے ہیں مجھے دیکھتے ہیں میں آپ کو دیکھ کر بہت خوش ہوتی ہوں اور کہتی ہوں آپ حضرت جی فرماتے ہیں ہم روز آتے ہیں آج دیر ہوگئی میں عرض کرتی ہوں میرے لیے دعا کر دیئے آپ حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ سے دعا کا کہتے ہیں پھر وہ دعا کرتے ہیں کہ یا اللہ اس کو سدا مدینہ والے کے پاس رکھنا میں آمین کہتی ہوں۔ **(ر۔ع۔لاہور)**

مسوں (موکے) کا میرا آزمودہ نسخہ

عبقری کے قارئین کو ایک تحفہ دے رہی ہوں جو میرا آزمودہ ہے:۔ انجیر کا دودھ مسوں (موکوں) پر سات دن لگائیں۔ اس سے موکے بالکل ختم ہو جائیں گے۔ **(مسز اقبال)**

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

عید کے موقع پر خوبصورتی' مگر کیسے۔۔۔؟

موسم خواہ کوئی بھی ہو، عمر خواہ کوئی بھی ہو، ہر موسم میں ہر عمر میں خواتین کو چاہیے کہ اپنی جلد کا خاص خیال رکھیں۔ کیونکہ اگر چہرے کی جلد صاف شفاف ہوگی تو پوری شخصیت بھی خوبصورت نظر آئے گی۔ اس کیلئے سب سے پہلے اپنی صحت پر توجہ دیں۔ کھانے میں پھل، سبزیاں، دودھ زیادہ استعمال کریں، روزانہ آٹھ دس گلاس پانی پئیں اگر ممکن ہو تو بارہ گلاس پانی پئیں۔ دھوپ سے اپنے چہرے کو بچائیں۔ دھوپ میں باہر نہ نکلیں۔ اگر باہر نکلنا ضروری ہو تو چھتری کا استعمال کریں۔ دہی بہترین کلینزر ہے اور فیس واش کا بہترین نعم البدل، چہرے پر دہی لگائیں، دس منٹ تک لگا رہنے دیں پھر منہ دھولیں۔ بیسن اور کچے دودھ میں آدھا لیموں کا رس ملا کر پیسٹ بنالیں اس کو چہرے پر لگائیں سوکھ جائے تو رگڑ کر اتار دیں، چہرہ صاف ہو جائے گا اور داغ دھبے بھی غائب ہو جائیں گے۔ چہرے کو کبھی نیچے کی طرف نہ رگڑیں۔ بعد میں عرق گلاب چہرے پر لگا لیں۔ اب چونکہ عید کا موقعہ ہے، یقیناً خواتین بننا سنورنا پسند کریں گی اور عید کی مناسبت سے بننا سنورنا بھی ضروری ہوگا تو چہرے کی حفاظت اس طرح کرنی چاہیے کہ چہرہ مستقل طور پر شفاف اور چمکدار ہو جائے۔ صرف عید کے موقع کی بات نہیں، بلکہ عید کی تیاری میں بھی خاص طور پر چہرے کی حفاظت بہت دن پہلے سے شروع کر دینی چاہیے۔ اس کیلئے ہمیں آج کل کے پھل اور سبزیاں بکثرت استعمال کرنی چاہئیں، بلکہ ہمیں اس کے لئے ایک چارٹ بنالینا چاہیے اور اس کے مطابق یہ چیزیں استعمال کرنی چاہئیں مثلاً سیب، انار، آڑو۔ سموسے، پکوڑے، مٹھائیاں اور بیکری کے سامان کو ہاتھ بھی نہ لگائیں۔ گرمی کے موسم میں ایسی چیزیں ویسے بھی صحت کیلئے مفید نہیں ہوتیں اس کی بجائے تازہ پھل دودھ پئیں۔ سلاد اور ہرے پتوں والی ترکاریاں کھانے سے خون بھی بڑھتا ہے دوسرے چہرے پر سے داغ دھبے اور دانے وغیرہ بھی صاف ہو جاتے ہیں۔ سبزیوں اور پھلوں کی مدد سے آپ کی جلد کو قدرتی طور پر دیگر مسائل سے نجات مل جاتی ہے اور آپ کی جلد خوبصورت اور جوان نظر آسکتی ہے۔ **(اقتباس: فائل 1)**

خوشبو سے صحت مندی کے آسان راستے

دوران نیند خوشبو آپ کی تخیلاتی صلاحیتوں میں اضافہ کرتی ہے اور طلباء میں امتحان کے خوف کو کم کرنے میں خوشگواری کا احساس ہی پیدا نہیں کرتی بلکہ آپ کی یادداشت کیلئے بھی ایک بہترین دوا کا کام کرسکتی ہے۔ آپ خوشبو کی مدد سے اپنی یادداشت میں اضافہ کرسکتے ہیں

(ڈاکٹر صائمہ سلیم' لاہور)

خوشبو جہاں آپ کو تازگی اور خوشگواریت کا احساس دلاتی ہے وہاں یہ آپ کی یادداشت پر بھی مثبت اثرات مرتب کرتی ہے اور دوران نیند خوشبو آپ کی یادداشت میں تیزی کا باعث بنتی ہے اس کی مدد سے آپ آسانی سے دوران نیند اپنی گزری باتوں کو دہرا سکتے ہیں۔ پھول کے گلدستے کی خوشبو آپ کی پڑھائی کے دوران اور سونے کے بعد آپ کی ذہانت میں پندرہ فیصد تک اضافہ کرتی ہے۔

جنرل سائنس کے ایک حالیہ مطالعے میں دوران نیند خوشبو کی مدد سے ایک انسانی دماغ کا ٹیسٹ لیا گیا جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ تازہ ترین معلومات پرانی معلومات کی نسبت دماغ میں زیادہ دیر تک رہتی ہیں جس سے دہرائی کے عمل میں اضافہ اور آپ کی ذہانت کی رفتار بھی بڑھتی ہے۔

اس تحقیق نے سائنس دانوں کو تشویش میں مبتلا کردیا کہ ایسا کیسے ممکن ہے کہ خوشبو آپ کی یادداشت کو بہتر بناسکتی ہے۔ نئی تحقیق سے نہ صرف یہ بات ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ نیند آپ کی یادداشت کی بہتر کارکردگی کیلئے ضروری ہے بلکہ اس تحقیق کے بہتر نتائج پانے کیلئے چند طالب علموں پر تجربہ کیا گیا تمام طلباء کو کمپیوٹر پر کام کے دوران خوشبودار ماسک پہنایا گیا اس کے بعد طلباء کی دماغی کارکردگی کا گہری نیند اور کم گہری نیند میں مشاہدہ کیا گیا تو پتہ چلا کہ گہری نیند میں تمام طلباء کے کمپیوٹر پر کیا جانے والا تمام کام بہت بہتر طریقے سے دہرایا۔ دہرائی کا یہ عمل پہلے بیس منٹ میں بھی ہوسکتا ہے ایک گھنٹے میں یا پھر کچھ دیر کے بعد بھی شروع ہوسکتا ہے۔ طلباء کی نیند کے دوران پھولوں کے گلدستے ان کے سرہانے رکھ دیئے گئے اور کوشش کی گئی کہ نیند میں مداخلت نہ ہو۔ طلباء کے جاگنے کے بعد جب ان سے اس کے متعلق پوچھا گیا تو انہوں نے کسی چیز سے متعلق یادداشت کی دہرائی سے لاعلمی کا اظہار کیا لیکن سوالات کے دوران پتا چلا کہ تمام باتیں ان کی یادداشت میں محفوظ ہوچکی ہیں۔ اس طرح ایک اور تجربہ کیا گیا کہ تمام طلباء کو دوبارہ جب سلایا گیا تو ان کے کمروں سے خوشبو کو دور کردیا گیا اور جب بعد میں مشاہدہ کیا گیا تو پتہ چلا کہ طلباء کی یادداشت متاثر ہوئی ہے اور وہ اس طرح جواب نہ دے سکے جس طرح وہ سونے سے پہلے خوشبو کے استعمال کے بعد دے سکے تھے۔ ان تمام تحقیقات سے یہ بات ثابت ہوئی کہ اگر گہری نیند کے دوران خوشبو سے ہمارے دماغ میں ابلاغ کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے جس کی وجہ ہمارے دماغ کی گہرائی میں موجود ٹشوز کارکردگی بہتر کرتے ہیں۔ کہتے ہیں جہاں ہمارے پورے دن میں ہونے والی باتوں کا ریکارڈ موجود ہوتا ہے۔ یہ ان ٹشوز کے باعث ہی ممکن ہے جو خوشبو کو ہماری یادداشت سے اس طرح جوڑ دیتے ہیں کہ ہم بھولی ہوئی باتوں کو بھی یاد کرسکتے ہیں۔

سائنسدانوں کے مطابق دوران نیند خوشبو آپ کی تخیلاتی صلاحیتوں میں اضافہ کرتی ہے اور طلباء میں امتحان کے خوف کو کم کرنے میں خوشگواری کا احساس ہی پیدا نہیں کرتی بلکہ آپ کی یادداشت کیلئے بھی ایک بہترین دوا کا کام کرسکتی ہے۔ آپ خوشبو کی مدد سے اپنی یادداشت میں اضافہ کرسکتے ہیں اور خواب کی صورت میں اپنے ماضی کے علم کو دہرا سکتے ہیں۔ یہ تحقیق تمام لوگوں کے ساتھ ساتھ طلباء کیلئے بھی بے حد مفید ہے۔

گلاب کھاؤ اور گلاب ہوجاؤ

(حکیم آزاد شیرازی رحمۃ اللہ علیہ)

گلاب کو کسی بھی نام سے پکاریں گلاب ہی رہے گا۔ گل سرخ کا مزاج جمہوری اطباء کے نزدیک سرد خشک ہے لیکن بعض اطباء کے نزدیک یہ مرکب القویٰ ہے۔ اس میں دونوں مختلف قوتیں موجود ہیں اور برودت سے زیادہ حرارت پائی جاتی ہے۔ بطور دوا اس کا پھول ہی مستعمل ہے۔ یہ پھول مفرح قلب بھی ہے اور اعضائے رئیسہ کو بھی قوت بخشتا ہے' جسم کو بھی طاقت دیتا ہے' معدہ اور آنتوں کو بھی قوت دیتا ہے' دست بھی لاتا ہے' قبض بھی پیدا کرتا ہے' پسینے کو خوشبودار بناتا اور پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے' باریک پیس کر لگانے سے زخموں کو بھی خشک کرتا ہے' گلاب کا تازہ پھول سونگھنا مفرح اور مقوی قلب و دماغ ہے' آشوب چشم کے لیے عرق گلاب آنکھوں میں ڈالنا مفید ہے۔ نیز خفقان اور درد شکم کو زائل کرتا ہے۔ عرق کشید کرنے کیلئے تازہ پھول اور ایک سیر کو دس سیر پانی میں بھگو کر پانچ سیر عرق کشید کیا جاتا ہے اگر دو آتشہ یا سہ آتشہ بنانا چاہیں تو اسی عرق میں مزید پھول ڈال کر دوبارہ سہ بارہ کشید کیا جاتا ہے۔ گلقند گل سرخ کا ایک مفید مرکب ہے' یہ تازہ پھولوں ہی سے تیار کرنا چاہیے جس کا طریقہ یہ ہے کہ پھولوں کی پتیاں چن لیں اور اس میں دوگنا چینی ڈال کر ہاتھوں سے باہم مل کر کسی شیشے کے برتن میں ڈال کر پندرہ یوم تک دھوپ میں رکھیں اور وقتاً فوقتاً ہلا دیا کریں۔ اس گلقند کو آفتابی گلقند کہتے ہیں۔ گلقند دماغ اور معدہ کو قوت دیتا ہے قبض کو رفع کرتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک 4 تولہ دودھ یا عرق بادیان سے کھلائیں۔ بچوں کیلئے نصف مقدار کافی ہے۔ شیر خوار بچوں کو عرق گلاب بھی پلایا جاسکتا ہے۔ قبض کیلئے مفید ہے اور اسہال میں بھی کارآمد ہے۔ ایک طبیب حکیم انقلاب صابر ملتانی نے ٹی بی کے لئے ایک مفت نسخہ چیلنج کے ساتھ پیش کیا تھا جو ہلدی اور آک کے دودھ سے تیار ہوتا ہے۔ مرحوم نے 1958ء میں یہ نسخہ ظاہر کیا اور راقم الحروف نے آج تک یہ دوائی جس مریض کو دی وہ شفایاب ہوگیا۔ البتہ اس کے ساتھ گلقند اور سفوف سرطانی بکری کے دودھ کے ساتھ دیتا ہوں۔ خصوصاً قبض کے مریض کو گلقند دیتا ہوں۔ شیخ الرئیس بوعلی سینا کا یہ مجرب نسخہ ہے کہ سل کے مریض کو تازہ گلقند کھلایا جائے اور خوب کھلایا جائے یہاں تک کہ روٹی بھی اس کے ہمراہ کھلائی جائے۔ بشرطیکہ دست نہ آئیں۔ میرے تجربے میں یہ دونوں نسخے آتے ہیں بلکہ معمول مطب ہیں۔ لہٰذا میرا نظریہ ہے کہ **''گلاب کھاؤ اور گلاب ہوجاؤ''**

ام احمد

امراض قلب اور طب نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے کمالات

آپ ﷺ کی گرامی رائے میں بیمار کیلئے دلیہ سے زیادہ کوئی مفید اور قوت بخش غذا نہ تھی وہ اسے دن میں کئی بار گرم گرم کھلاتے تھے۔ جو کا دلیہ بیمار کی کمزوری اور اس کے جسم کی قوت مدافعت کو بڑھانے کیلئے تجویز فرمایا گیا لیکن اس کی اصل اہمیت دل کی بیماریوں کو دور کرنے کیلئے قرار پائی

چھاتی میں محسوس ہونے والا یہ جان لیوا درد عام طور پر ناگہانی طور پر شروع ہوتا ہے اور پھر بڑھتا جاتا ہے' بنیادی طور پر یہ دل کو خون مہیا کرنے والی شریانوں کی بندش ہے کبھی تو یہ آہستہ آہستہ پیدا ہوتی ہے اور کبھی فوراً ہی محسوس ہونے لگتی ہے۔ ماہرین کا خیال ہے کہ حیوانی ذرائع سے حاصل ہونے والی چکنائیاں دل کی نالیوں کو بند کر دیتی ہیں۔ سگریٹ پینے والوں کو دل کے دورہ کا اندیشہ دوسروں سے زیادہ ہوتا ہے' آرام طلبی' تفکرات اور بسیار خوری کو دل کی بیماریوں کا باعث قرار دیا جاتا ہے۔

دل کے دورے کی سب سے بڑی علامت درد ہے یہ درد کبھی اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض تڑپنے لگتا ہے ایک امریکن اخبار نویس نے اپنی کیفیت کو بیان کرتے ہوئے بتایا ''ایسا معلوم ہوتا تھا کہ چھاتی کے اندر لوہے کا جلتا ہوا کوئلہ رکھ دیا گیا ہے'' درد کا آغاز عام طور پر چھاتی کے وسط میں سامنے کی طرف سے ہوتا ہے پھر یہ دائیں اور بائیں بازو میں بھی محسوس ہونے لگتا ہے ایسا لگتا ہے کہ ہاتھ بھاری ہو گئے ہیں اور انگلیوں میں سوئیوں کی چبھن محسوس ہوتی ہے یہاں سے درد گردن کے پیچھے کندھوں کے درمیان بھی چلا جاتا ہے' چلنے پھرنے سے درد میں اضافہ ہوتا ہے۔

مریض کو ٹھیک سے سانس نہیں آتا' سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے کبھی کبھی اصل تکلیف صرف سانس میں تنگی کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔

اکثر مریضوں کو شدید متلی ہوتی ہے کئی مریضوں میں صرف یہی علامت ظاہر ہوتی ہے۔ دل کو خون کی بہم رسانی کی بندش صدمہ کی شدید کیفیت پیدا کر دیتی ہے' ٹھنڈے پسینے آنے لگتے' بے قراری' گھبراہٹ' کمزوری' پریشانی اپنی انتہا تک چلے جاتے ہیں' بلڈ پریشر میں دورہ کے دوران اضافہ ہو سکتا ہے لیکن عام طور پر بعد میں کم ہو جاتا ہے۔

دل کے دورے کو نبی اکرم ﷺ نے بڑی اہمیت عطا فرمائی ہے فرمایا: ''تمہارے جسم میں گوشت کا ایک لوتھڑا ہے جب وہ تندرست ہو تو سارا جسم تندرست رہتا ہے اور جب وہ بیمار ہوتا ہے تو سارا جسم بیمار ہو جاتا ہے اور یہ لوتھڑا دل ہے۔'' (مسلم' بخاری)

آپ ﷺ نے دل کی بیماریوں سے بچنے اور ان کے علاج کے متعدد اسلوب عطا فرمائیں ہیں۔

نبی اکرم ﷺ نے دل کی بیماریوں کے علاج اور بچاؤ کیلئے غذا میں ایسے عناصر کی نشاندہی فرمائی ہے جن کو کھانے سے دل کو تقویت حاصل ہوتی ہے اور اگر وہ بیمار ہوں تو تندرستی حاصل ہوتی ہے ان غذاؤں میں سب سے اہم جو کا دلیہ ہے۔

جو کا دلیہ: نبی اکرم ﷺ نے جو کے فوائد میں دو اہم باتیں ارشاد فرمائی ہیں۔ ☆ مریض کے دل سے بوجھ کو اتار دیتا ہے۔ ☆غم اور فکر سے نجات دیتا ہے۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا روایت فرماتی ہیں کہ میں نے رسول اکرم ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ''دل کے مریض کیلئے تلبینہ تمام مسائل کا حل ہے یہ دل سے غم کو اتار دیتا ہے۔ **(بخاری' مسلم)**

جو کا دلیہ پہلے پانی میں پکا لیا جائے پھر ضرورت اور ذائقہ کے مطابق دودھ اور شہد شامل کیا جائے اسے تلبینہ کہتے ہیں۔

آپ کی گرامی رائے میں بیمار کیلئے دلیہ سے زیادہ کوئی مفید اور قوت بخش غذا نہ تھی وہ اسے دن میں کئی بار گرم گرم کھلاتے تھے۔ جو کا دلیہ بیمار کی کمزوری اور اس کے جسم کی قوت مدافعت کو بڑھانے کیلئے تجویز فرمایا گیا لیکن اس کی اصل اہمیت دل کی بیماریوں کو دور کرنے کیلئے قرار پائی' وہ دل کے جملہ عوارض میں جو کے دلیہ کے بہت قائل تھے۔ وہ مریض کو جو کے دلیہ میں شہد ڈال کر کھلانا پسند فرماتے تھے۔ جدید تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ خون سے کولیسٹرول کو نکالنے کی سب سے اہم اور مجرب دوا جو کا دلیہ ہے۔ اس میں مفید عناصر کی ایک معقول مقدار پائی جاتی ہے۔ بہتر یہ ہے کہ چکی کا بنا ہوا جو کا دلیہ استعمال کیا جائے۔ جو کا دلیہ ہر جگہ آسانی سے دستیاب ہے۔ جو بطور روٹی' دلیہ' ستو اور اس کا پانی بنا کر بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔

شہد: کمزوری دور کرنے کیلئے شہد قدرت کا انمول تحفہ ہے' خون کی نالیوں کو کھولتا ہے' اعصاب کو طاقت دیتا اور دل کے عضلات پر سے بیماری کے اثرات کو اتارتا ہے' دل کی بیماریوں کے علاج کیلئے 6-4 بڑے چمچ ایسے وقت میں لینے مفید ہوں گے جب پیٹ خالی ہو۔ بند نالیوں کو کھولنے کیلئے نبی اکرم ﷺ نے شہد کو ابلے پانی میں دینا پسند فرمایا ہے۔

بہی: نبی اکرم ﷺ کے دست مبارک میں ایک روز بہی کا پھل تھا اس واقعہ کو حضرت طلحہ رضی اللہ عنہ یوں بیان فرماتے ہیں: ''انہوں نے پھل مجھے دیتے ہوئے فرمایا کہ یہ دل کی تکلیف (دورہ) کو دور کر دیتا ہے۔'' (ابن ماجہ) دل کے دورہ اور اس کی گھٹن کے بارے میں حضور اکرم ﷺ نے کئی مرتبہ خوشخبری سنائی ''سفر جل (بہی) کھاؤ کہ یہ دل کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور سینہ کی گھٹن کو دور کرتا ہے۔ (ابونعیم' ابن السنی)

ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ نے بہی کی بہترین قسم اس کا مربہ قرار دیا ہے بہی کو نہار منہ کھانا چاہیے شہد کے شربت کے ساتھ ایک سے دو قاشیں ناشتے سے پہلے کھا لی جائیں۔

کھجور: حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ ایک روز بیمار ہو گئے وہ اپنی روئیداد یوں سناتے ہیں۔ ''میں بیمار ہوا میری عیادت کو رسول پاک ﷺ تشریف لائے۔ انہوں نے اپنا ہاتھ میرے کندھوں کے درمیان رکھا تو اس ہاتھ کی ٹھنڈک میری پوری چھاتی میں پھیل گئی' پھر فرمایا کہ اسے دل کا دورہ پڑا ہے' اسے حارث بن کلدہ کے پاس لے جاؤ جو ثقیف میں مطب کرتا ہے حکیم کو چاہیے کہ وہ مدینہ کی سات عجوہ کھجوریں گٹھلیوں سمیت کوٹ کرا سے کھلائے۔'' **(داؤد' احمد' نعیم)**

دل کے دورہ میں کھجور کو گٹھلی سمیت کوٹ کر دینا جان بچانے کا باعث ہوتا ہے۔ احادیث میں اس غرض کیلئے عجوہ کھجوریں تجویز کی گئیں ہیں تجربات سے معلوم ہوا ہے کہ اس غرض کیلئے دوسری کھجوریں بھی استعمال کی جا سکتی ہیں مگر ان کا عرصہ استعمال طویل ہونا چاہیے۔ **زیتون کا تیل:** ''زیتون کا تیل کھاؤ اور لگاؤ کیونکہ اس میں ستر بیماریوں سے شفاء ہے جن میں سے ایک جذام بھی ہے۔'' **(ابونعیم)**

قلب کی حفاظت کیلئے وٹامن ای کا استعمال ضروری ہے' کیلیفورنیا یونیورسٹی کی ایک تحقیق کے مطابق زیتون کے تیل کو اس اعتبار سے سورج مکھی' مکئی اور نہ جمنے والے تیلوں پر فوقیت حاصل ہے وٹامن ای چربی میں شامل ہو کر مغز قلب کولیسٹرول ایل ڈی ایل کو بے اثر کر دیتا ہے۔ جو خوراک قلب دوست روغن زیتون سے بھرپور ہوتی ہے وہ خون میں زیادہ کثافت والی روغنیات ایل' ڈی' ایل کو بڑھانے میں بہت مفید ہیں جو کہ خون کی نالیوں میں روغن کو منجمد کرنے اور دل کی شریانوں کی بیماری میں حفاظتی عنصر ہے۔ اس کا استعمال بلڈ پریشر کو کنٹرول میں رکھتا ہے' قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے' زیتون کا تیل ایک ایسی چکنائی ہے جو دوسری چکنائیوں کو بھی ہضم کرتی ہے۔

منہ کالا اور سفید ریش بزرگ کی آمد اور غیبی مدد

ع، م۔ چوہدری

آپ ﷺ نے مجھے ٹھنڈا پانی عطا فرمایا۔ میں نے سیراب ہوکر پیا۔ جس کی سیرابی اور خنکی ابھی تک محسوس ہورہی ہے۔ میں نے عرض کیا یہ کرم کس وجہ سے ہوا؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا درودشریف سے۔ اتنا سننا تھا کہ میری آنکھوں سے آنسو موتی کی لڑیوں کی طرح بہہ نکلے۔

پل صراط پار کرانے والا درودشریف

حضرت ابراہیم خلیل اللہ علیہ السلام نے فرمایا کہ اس درودشریف کے پڑھنے والے کا پل صراط پر ایک ہاتھ میں پکڑوں گا اور دوسرا ہاتھ جناب سیدنا حضرت محمد مصطفی ﷺ پکڑیں گے اور اسی طرح اس کو بہشت میں لے جائیں گے۔ درودشریف یہ ہے:۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ حَسْبَ جَاھِہٖ وَقَدْرِہٖ کَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی سَیِّدِنَا اِبْرَاھِیْمَ حَسْبَ جَاھِہٖ وَقَدْرِہٖ بِرَحْمَتِكَ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ۔

سب درودوں کے برابر درودشریف

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ کُلِّ ذِکْرِہٖ اَلْفَ اَلْفَ اَلْفَ مِائَۃٍ فِیْ اَلْفِ اَلْفِ اَلْفِ مِائَۃٍ۔ یہ درودشریف سب درودوں کے برابر ہے۔

جن' آسیب' سانپ' بچھوؤں وغیرہ سے حفاظت

مندرجہ ذیل درودشریف کا ورد جن' آسیب' سانپ' بچھوؤں اور دیگر موذی جانوروں سے محفوظ رہنے کا بہترین ذریعہ ہے۔

صَلَّی اللہُ سُبْحَانَہٗ وَبِحَمْدِہٖ عَلٰی مُحَمَّدٍ عَبْدِہٖ وَرَسُوْلِہِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَاٰلِہٖ وَبَارَكَ وَسَلَّمَ کَمَا ھُوَ اَھْلُہٗ۔

روشنی والا درودشریف

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ اس درودشریف کو ایک سو بار پڑھنے سے قیامت کے دن اتنی روشنی ہوگی کہ اگر وہ ساری مخلوق پر تقسیم کی جائے تو کافی ہو۔ یہ امام بوصیری رحمۃ اللہ علیہ کے قصیدہ بردہ کے دیباچے کا شعر ہے جو یہ ہے:

مَوْلَایَ صَلِّ وَسَلِّمْ دَائِمًا اَبَدًا
عَلٰی حَبِیْبِكَ خَیْرِ الْخَلْقِ کُلِّھِمِ

اگر کوئی بھاگ گیا ہو یا کوئی چیز گم ہوجائے تو

اگر کوئی بھاگ گیا ہو یا کوئی چیز گم ہوگئی ہو اور ملتی نہ ہو یا کوئی گم ہوگیا ہو تو اس درودشریف کو لکھ کر کسی اونچی جگہ رکھ دیں یا درخت پر لٹکا دیں۔ بِسْمِ اللہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ وَّ بَارِكْ وَسَلِّمْ بِعَدَدِ تَسْبِیْحِ کُلِّ مُسَبِّحٍ مِنَ الْاَزَلِ اِلَی الْاَبَدِ عَلٰی مَا تَعَلَّقَ بِہٖ عِلْمُكَ۔

درودشریف پڑھنے والے کی دادرسی

عبدالواحد زید بصری رحمۃ اللہ علیہ کا بیان ہے کہ میں حج کو جارہا تھا۔ اتفاق سے ایک شخص میرا رفیق سفر ہوگیا۔ وہ شخص ہر وقت اٹھتے بیٹھتے آتے' جاتے' سوتے' جاگتے درود ہی پڑھتا رہتا تھا۔ میں نے اس سے اس کی وجہ پوچھی؟ اس نے جواب دیا کہ جب میں پہلی بار حج کو گیا تو میرا والد میرے ساتھ تھا۔ جب ہم حج کر کے واپس لوٹنے لگے تو ایک منزل پر سوگئے۔ میں نے خواب میں دیکھا کہ کوئی کہہ رہا ہے کہ اٹھ تیرا باپ فوت ہوگیا ہے اور اس کا منہ کالا ہوگیا ہے۔

میں گھبرایا ہوا اٹھا' اپنے باپ کے منہ سے کپڑا اٹھا کر دیکھا تو واقعی میرے باپ کا انتقال ہوچکا تھا اور اس کا منہ بھی کالا ہوچکا تھا۔ یہ دیکھ کر میں سخت خوفزدہ ہوگیا اور سمجھ میں نہیں آتا تھا کہ کیا کروں۔ اس رنج و غم میں بیٹھا تھا کہ آنکھ لگ گئی۔ خواب میں دیکھا کہ میرے باپ کے سر پر کالے کالے چہروں والے ہیبت ناک شکلوں والے آدمی مسلط ہیں جن کے ہاتھوں میں لوہے کے بڑے بڑے گرز ہیں۔ ناگہاں ایک انتہائی خوبصورت چہرے والے بزرگ تشریف لائے۔ انہوں نے تشریف لاتے ہی ان ہیبت ناک شکلوں والے افراد کو دور کیا اور اپنے دست مبارک کو میرے والد کے چہرے پر پھیرا۔ ہاتھ پھیرنے کی دیر تھی کہ کالا رنگ سفیدی میں بدل گیا' بدشکلی خوبصورتی میں بدل گئی اور مجھے حکم دیا کہ اٹھ تیرے باپ کے چہرے کو اللہ تعالیٰ نے خوبصورت بنادیا ہے میں والد کے چمکتے ہوئے چہرے کو دیکھ کر حیران رہ گیا میں اس ہستی کے قدموں سے لپٹ گیا اور عرض کیا آپ کون ہیں؟ آپ نے فرمایا میں تیرا نبی محمد (ﷺ) ہوں اور فرمایا واقعہ یہ ہے کہ تیرا باپ بلاناغہ مجھ پر درودشریف بھیجا کرتا تھا۔ آج تیرے باپ کا درود نہیں پہنچا تو میں نے فرشتوں سے پوچھا کیا بات ہے؟ آج فلاں بن فلاں کا درود نہیں پہنچا۔ فرشتوں نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ آپ کے اس غلام کا انتقال ہوچکا ہے اور اس کا چہرہ مسخ ہوگیا ہے اور فلاں جنگل میں اس کی لاش پڑی ہے اس لیے میں آیا ہوں کہ اس مصیبت کے عالم میں تمہاری امداد کو پہنچوں۔

راوی کا بیان ہے کہ اس واقعہ کے بعد میں نے نبی کریم ﷺ پر درود بھیجنا کبھی نہیں چھوڑا۔ ہر ساعت' ہر گھڑی' ہر مقام اور موقع پر درودشریف ہی پڑھتا رہتا ہوں۔ (احیاء العلوم از: امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ)

درودشریف اور حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ایک روز میں سیدنا عثمان غنی رضی اللہ عنہٗ کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا تو آپ رضی اللہ عنہٗ کو بہت خوش پایا۔ میں نے اس مسرت کی وجہ پوچھی تو فرمایا میں آج رات خواب میں حضور نبی کریم ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوا تو آپ ﷺ نے مجھے ٹھنڈا پانی عطا فرمایا۔ میں نے سیراب ہوکر پیا۔ جس کی سیرابی اور خنکی ابھی تک محسوس ہورہی ہے۔ میں نے عرض کیا یہ کرم کس وجہ سے ہوا؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا درودشریف سے۔ اتنا سننا تھا کہ میری آنکھوں سے آنسو موتی کی لڑیوں کی طرح بہہ نکلے۔

عبقری دیدار رسول ﷺ کا ذریعہ بنا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ماہنامہ عبقری کا مستقل قاری ہوں' آپ کا کہنا ہے میں سخی ہوں آپ بھی سخی بنیں' بطور ایک امانت میں یہ بات واضح کررہا ہوں کہ ایک مرتبہ میں رسالہ دیکھ رہا تھا اس میں لکھا تھا جو بھی یہ عمل کرے گا اس کو بہت ہی اچھے خواب آئیں گے۔ یہ عمل عبقری دسمبر 2010ء صفحہ نمبر 41 میں چھپا تھا کہ سورۂ مریم پ 16 کو لکھ کر شیشے کے گلاس میں رکھ کر اپنے گھر میں رکھنے سے خیروبرکت زیادہ ہوا اور خوشی کے خواب نظر آئیں گے۔ میں نے لکھ کر رکھ دیا ایک رات میں تہجد کیلئے اٹھا اور اپنی گھر والی کو بھی اٹھایا' میری بیوی نے کہا میں نے آج خواب میں حضور نبی کریم ﷺ کو دیکھا' بعد میں میں نے پوچھا آپ نے کیسے دیکھا؟ میری اہلیہ کہنے لگیں حضور پاک ﷺ ہمارے گھر تشریف لائے تو اس سے پہلے چند بچوں نے آواز دی کہ حضرت محمد ﷺ تشریف لارہے ہیں' اہلیہ کا کہنا ہے کہ حضور ﷺ ہمارے گھر تشریف لائے اور ہمارے ایک بچہ کو دم کیا اور سارے بچے دیکھ رہے تھے ہمارا وہ بچہ گونگا ہے اور اس کی عمر 12 سال ہے۔ ہماری تو خوشی کی کوئی انتہا نہ رہی' انشاء اللہ اب بہت جلد ہمارا وہ بچہ ٹھیک ہوجائے گا۔ (**نظر محمد صدیقی' بلوچستان**)

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

دعوت ہر خیر کو حاصل کرنے اور ہر شر سے بچنے کی شاہ کلید ہے

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

خصوصی ملاقات کے دوران عزیزی مولوی اظہر الدین اور ان کے ساتھی ایک پارک میں پہنچے' وہاں تین نوجوان ایک جگہ بیٹھے تھے' یہ ان کے پاس بیٹھ گئے' ان کو بتایا کہ آپ اور ہم خونی رشتہ کے بھائی ہیں' ایک ماں باپ کی اولاد اور ایک مالک کے بندے ہیں' اپنے پیدا کرنے والے مالک اور مرنے کے بعد ہمیشہ کی زندگی کے بارے میں آپ سے کچھ باتیں کرنی ہیں وہ ادب سے بیٹھ گئے' نام معلوم کیے تو تینوں غیر مسلم تھے' انہوں نے بات کو بہت توجہ سے سنا' آخرت کی بات ہوتی تو بہت فکر مند ہو جاتے' کچھ دیر بات کرنے' اللہ کے ایک ہونے' مرنے کے بعد آخرت میں حساب کتاب دینے کیلئے جمع ہونے اور پیارے نبی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے اللہ کے سچے اور آخری رسول ہونے کی بات سمجھا کر بلکہ ایک حد تک ان کو آمادہ کرنے کے بعد جب مولوی اظہر اور ان کے دونوں ساتھیوں نے ان سے کلمہ پڑھنے اور شہادتین کا اقرار کرنے کو کہا تو انہوں نے کہا کہ ہم ابھی کلمہ پڑھ کر مسلمان تو نہیں ہو سکتے' البتہ یہ بتا دیتے ہیں کہ ہم تینوں جیب کترے ہیں' ہمارا ایک ساتھی تو کل ہی جیل سے آیا ہے اور ایک تین مہینے پہلے چھوٹا ہے' آپ تینوں کو ہم نے سامنے پھرتے دیکھا تو پروگرام بنایا تھا کہ تین سیدھے سادے ملاجی جا رہے ہیں' چلو ان کی جیب پر ہاتھ صاف کرتے ہیں' اب جب آپ نے ایسی پریم اور محبت کی باتیں کی ہیں تو ہم آپ سے وعدہ کرتے ہیں کہ آپ کی جیب نہیں کاٹیں گے' ورنہ ہم لوگ اتنے ماہر جیب کترے ہیں کہ ہم سے اچھے سے اچھا ہوشیار آدمی بھی بچ نہیں سکتا' البتہ آپ ہم سے ملتے رہیے مالک جب چاہیں گے ہو سکتا ہے ہم یہ کلمہ بھی پڑھ لیں' مولوی اظہر نے ان کو آخرت کے تصور کے ساتھ رزق کے مقدر ہونے کی بات سمجھانے کی کوشش کی تو وہ بولے مولوی صاحب آپ ہمیں زیادہ سمجھائیں گے تو ہمارا روزگار ہی چھوٹ جائے گا اور ہمارے بچے بھوکے ماریں گے' آپ اپنی پستک (کتاب) ہمیں دے جائیں ہم بعد میں پڑھ لیں گے' مولوی اظہر نے انہیں ایک ''آپ کی امانت آپ کی سیوا میں'' دی' انہوں نے وہ کتاب بڑے احترام سے لے کر ماتھے سے لگائی اور بہت شکریہ ادا کیا۔ عزیزی مولوی اظہر نے ممبئی سے واپسی پر اس حقیر کو یہ دلچسپ لطیفہ سنایا اور بتایا کہ اتفاق سے میری جیب میں پرس تھا اور اس میں بڑی رقم تھی' ہم سبھی ساتھی یہ سوچتے رہے کہ کریم رب کا کس طرح شکر کریں۔

صلوٰۃ والسلام ہوں اللہ کے سچے رحمۃ اللعالمین رسول پر' ان کی ختم نبوت کے صدقہ میں اللہ نے دعوت کو ہمارا منصبی فریضہ قرار دیا' یہ دعوت جہاں ہر خیر کا پیش خیمہ اور ہر عزت و منصب کی ضمانت ہے وہیں ہر شر اور آفت سے بچنے کا تریاق بھی ہے' اس کی وجہ سے عروس البلاد ممبئی کے ماہر جیب کترے بھی اپنے مجرمانہ تعارف کو نہ صرف ظاہر کرنے پر مجبور ہوئے بلکہ انہوں نے خود اقرار کیا کہ آپ کی دعوت اور خیر خواہی کی وجہ سے ہم نے آپ لوگوں کی جیب کاٹنے کا ارادہ ملتوی کر دیا ہے اور آپ کی آخرت کی جزا و سزا کی باتیں ہمیں اس جرم سے روک دیں گی (ان کی زبان میں ان کے اس روزگار کو ختم کر دیں گے) بلاشبہ دعوت ایک شاہ کلید ہے۔ اس سے ہر خیر کا خزانہ کھولا جا سکتا ہے اور ہر شر اور ظلم کی تاریکی سے رہائی اور عافیت حاصل کی جا سکتی ہے۔ کاش ہم اس خیر کی قدر کرتے!!!

طب اور عملیات سیکھنے کی کلاسیں

پہلی روحانی کلاس سے عوام الناس کو بے انتہا فوائد اور کمالات ملے اور والہانہ پذیرائی پسندیدگی اور مقبولیت کا اظہار کیا گیا۔ شائقین کے بے پناہ اصرار پر حضرت حکیم صاحب اپنے مصروف ترین شیڈول میں سے وقت نکال کر عنقریب طب اور عملیات سیکھنے والوں کیلئے تربیتی کلاسوں کے اوقات کار کا اعلان کرنے والے ہیں' طلب رکھنے والے فوری رابطہ کریں اور دفتر ماہنامہ عبقری میں اپنا نام لکھوائیں۔ **نوٹ:** لاہور کے علاوہ باہر سے آنے والوں کیلئے قیام وطعام کا انتظام فری ہوگا۔ کلاسیں شروع ہونے سے پہلے ان کا اعلان ضرور ہوگا۔ (صرف مردوں کیلئے)

(نہ فیس' نہ نذرانہ) (ادارہ عبقری)

اس کی عظمت کے آگے سرنگوں (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

(بقیہ: مسائل کے حل میں مناجات کا کردار)

ہو جائے اگر ذکر و دعا پورے شعور اور جذبہ محبت کے ساتھ دل اور زبان سے نکلے تو اس سے ایمان میں جلا اور حلاوت' طاعت و عبادت میں استقامت اور لذت پیدا ہوتی ہے۔ قرآن مجید فرقان حمید میں ذکر و دعا کے جو الفاظ وارد ہوئے ہیں اور حدیث کی کتابوں میں حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زبان مبارک سے جو الفاظ وارد ہوئے ہیں اور حدیث کی کتابوں میں حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زبان مبارک سے جو دعائیں اور اذکار منقول ہیں ان کو پورے شعور اور حضور قلب کے ساتھ اپنی زبان سے ادا کیا جائے تو ہر قسم کی پریشانی اور بے چینی میں اطمینان قلب اور سکون حاصل ہوگا آپ ایسا محسوس کریں گے کہ آپ کے اور خدا کے درمیان جتنے پردے تھے ہٹ گئے ہیں اور آپ براہ راست بارگاہ الٰہی میں کھڑے ہوئے عرض کر رہے ہیں اور اللہ پاک آپ سے ذرا بھی دور نہیں ہیں۔

(بقیہ: بے گناہ قیدی کی کہانی خود اس کی زبانی)

کہہ چکے اب صفائی پیش کرنا تھانیدار کا کام ہے لہٰذا میرا مؤکل کچھ نہیں بولے گا۔ اب تھانیدار مرتا کیا نہ کرتا کے مصداق بولنا شروع ہو گیا اور اپنے جرم کا اقرار کیا کہ میں نے اسے جھوٹا پھنسایا تھا۔ اس کے بعد پٹھان نے کہا جناب والا میں نے بھی جھوٹ بولا تھا کہ میرے پاس ایک من چرس اور افیون تھی۔ لیکن یہ جھوٹ بولنا میری مجبوری تھی کہ اس کے بغیر سچ ثابت نہیں ہو سکتا تھا۔ اب عدالت جو سزا سنائے میں بھگتنے کیلئے تیار ہوں۔ چنانچہ جج صاحب نے فیصلہ سنایا کہ پٹھان کو باعزت رہا کیا جائے اور تھانیدار کو نوکری سے نکال دیا جائے اور پانچ سال قید کی سزا بھی سنائی۔ ایک ظالم اپنے انجام کو پہنچ گیا۔

اس عید پر غریبوں کی مدد کیجئے پھر دیکھیں۔۔۔!!!

ایک بار حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم اپنی مجلس میں تشریف فرما تھے کہ مہاجرین کی ایک جماعت حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے پاس آئی۔ یہ سب مہاجر اتنے غریب تھے کہ نہ ان کے بدن پر کپڑے تھے اور نہ ان کے پاؤں میں جوتے۔ صرف ایک چادر ان کے بدن پر تھی اور گلے میں ایک تلوار لٹکی ہوئی تھی۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے انہیں اس حال میں دیکھا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے چہرے کا رنگ مبارک بدل گیا' نماز کا وقت ہو رہا تھا' آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے حضرت بلال رضی اللہ عنہٗ کو حکم دیا کہ اذان دو' صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین جمع ہو گئے' آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے نماز کے بعد صحابہ اکرام رضوان اللہ علیہم اجمعین سے خطاب کیا اور فرمایا یہ تمہارے بھائی اس حال میں ہیں ان کی مدد کریں۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی تقریر سن کر فوراً ایک انصاری اٹھے اور ایک توڑا جس کا اتنا وزن تھا کہ مشکل سے اٹھ سکتا تھا لا کر حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی خدمت میں رکھ دیا اور عرض کیا ''یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم! یہ حاضر ہے' اس سے ان مہاجروں کی مدد فرمائیے۔ انصاری کا یہ ایثار دیکھ کر صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین میں اور جوش پیدا ہو گیا اور وہ سب اُٹھ اُٹھ کر اپنے گھروں سے سامان لانے لگے ذرا سی دیر میں ان بے سروسامان مہاجرین کے آگے غلے اور کپڑوں کا ڈھیر لگ گیا۔ **قارئین!** آپ بھی اس عید پر اپنے غریب بھائی کی مدد کر کے صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین کی سنت پوری کریں اور پھر اپنے رزق میں برکتیں دیکھیں۔ (محمد عثمان)

[redacted]

رمضان میں ضرور استعمال کریں روزہ برکتوں اور رحمتوں والا بنے گا

گھر کا ہر فرد بچہ بڑے زندگی کا معمول بنالیں

روحانی عطر

آپ ﷺ کو خوشبو بہت پسند تھی' آپ ﷺ کے ساتھ ہر وقت سفر وحضر میں عطردان ہوتا جس میں ہر وقت اچھی اور بہترین عطر ہمیشہ موجود رہتی۔ اگر کوئی شخص آپ ﷺ کو عطر (خوشبو) کا تحفہ دیتا تو آپ ﷺ ضرور قبول فرمالیتے۔ حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا ابن اکوع سے روایت ہے کہ آپ ﷺ مشک کا عطر سر اور ڈاڑھی مبارک میں لگاتے۔ خیال رہے کہ بالوں پر عطر لگانا سنت ہے مگر چہرے پر عطر یا خوشبو کا ملنا مناسب نہیں۔ صرف ڈاڑھی پر لگائیں۔ روحانی عطر شفاء کا پیغام ہے۔ عطر بزرگان دین نیک' صالح' متقی' غوث' قطب' ابدالوں کی پسندیدہ چیز ہے' ہر نیک محفل کی روح ہے۔ روحانی عطر لگانے والے کو دنیا میں عزت ملے گی' ذکر میں دھیان ہوگا' نماز میں خشوع وخضوع ہوگا' شیاطین جنات سے محفوظ رہے گا' نیک جنات روحانی عطر لگانے والے کی حفاظت کرتے ہیں' عطر لگانے والے کیلئے نیک صالح جنات دعا کرتے ہیں۔ عطر لگانے والے کو اللہ والوں کا قرب ملتا ہے۔ اصل میں جب سے مسلمان نے سنت کی زندگی چھوڑی تب سے دربدر بھٹک رہے ہیں آج ہر بندہ کسی نہ کسی مشکل میں پریشان ہے۔ جادو' سحر' آسیب' گندے علم' سفلی علم' جادو ٹونے کی ناروا حرکتیں گلی درگلی' خانہ درخانہ بازاروں میں ہر کونے کونے میں بکھری ہوئی عام ہیں۔ گھر گھر قبرستان بن گئے ہیں' عامل وکالے جادو والوں سے لوگوں کی زندگیاں اجڑ گئی ہیں' لوگ پریشان ہورہے ہیں قیمتی سے قیمتی ادویات کھا کھا کر لوگ تنگ آچکے ہیں مایوس ہوکر زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ ہسپتال' طبی شفاء خانے' فری طبی کیمپ' میڈیکل سٹور' نیز جہاں سے لوگوں کو شفاء کی امید نظر آتی ہے' وہاں لوگ بیٹھتے ہیں لیکن شفاء کا دروازہ نہیں کھلتا ان عوارضات اور جملہ مقاصد کی کامیابی کیلئے روحانی طاقت کی ضرورت ہوتی ہے اور روحانی طاقت روحانی عطر ہمیں دیتا ہے۔ روحانی عطر گلاب بھی اسی کی ایک کڑی ہے۔ روحانی عطر کو روحانی طاقت حاصل ہے حضرت حکیم صاحب کا خصوصی اسم اعظم کا دم کیا ہوا ہے بہت سے موذی امراض کا علاج ہے لیکن یقین کامل ہو۔ جس جس نے روحانی عطر استعمال کیا اس کو بیماریوں سے شفاء ملی ہے' بے سکونوں کو سکون ملا۔ روحانی عطر روحانی مشکلات کے علاوہ جسمانی امراض میں بھی فائدہ دیتا ہے۔ اس بات کو سائنس نے ثابت کردیا ہے بڑے بڑے سائنسدان اور ڈاکٹر خوشبو سے علاج کررہے ہیں جس کو اروما تھراپی کا نام دیا گیا ہے۔ عطر سونگھنا' دل و دماغ کو طاقت دیتا ہے' بے خوابی کو دور کرتا ہے' بے ہوشی میں سنگھائیں فائدہ ہوتا ہے' ضعف بصارت' دماغ کی کمزوری' ٹینشن' ڈیپریشن اور دل کے امراض اور بھولنے کے مرض میں مفید ہے۔ بہت سے ڈینگی کے مریض آئے ان کو روحانی غسل کرنے کی ترغیب دی اور کہا کہ روحانی غسل کرکے روحانی عطر ضرور لگایا کریں اور عطر لگاتے وقت یہ تصور ہو کہ میرا مرض ختم ہورہا ہے جادو ٹوٹ رہا ہے' صحت وخوشی کی خوشبو میری طرف بڑھ رہی ہے ان شاء اللہ جلد صحت یابی ہوگی۔ ایک طالب علم نے کہا میں کیا استعمال کروں کہ جس سے میرا دماغ بہتر ہو' جو کچھ پڑھوں یاد ہوجائے میرا علم مجھے فائدہ دے' کتابوں سے دوستی ہو'' اس کو روحانی عطر دیا اور کہا کہ روحانی عطر کو اب معمول بنالو ان شاء اللہ کامیاب ہوجاؤ گے۔ ایک کام ضرور کرو جب بھی پڑھنے بیٹھو باوضو ہوکر بیٹھو روحانی عطر لگا لیا کرو اور تھوڑا کتابوں کو بھی لگالیا کرو اس طالب علم نے ایسا ہی کیا کچھ ہی دنوں میں کتاب کا علم اس پر کھلنا شروع ہوگیا اس کے علم سے لوگ مستفید ہونے لگے اور اعلیٰ پوزیشن لی۔ جائے نماز کو روحانی عطر لگائیں قرآن کے اندر باہر لگائیں۔ ایک صاحب عمرہ کی سعادت حاصل کرکے آئے تو انہوں نے بہت سارے روحانی عطر لیے پوچھنے پر فرمایا کہ ہر کسی کو آب زم زم' کھجور کے ساتھ روحانی عطر کا تحفہ دونگا اور وہ عطر کے بہت دیوانے تھے۔ انہوں نے فرمایا کہ یہ ارادہ میں نے سعودی عرب میں ہی کیا تھا۔

روحانی عطر اور برکت والی تھیلی:

روحانی عطر برکت والی تھیلی پر لگانے سے برکت کے دروازے کھلتے ہیں۔ رزق میں برکت ہوتی ہے' تنگدستی ختم ہوتی ہے' بعض حضرات برکت والی تھیلی پر خوشبو لگانے میں کوتاہی کرتے ہیں جس سے برکت والی تھیلی کے اصل فوائد سے محروم رہتے ہیں۔ تسبیح خانہ کے چاہنے والے ایک صاحب نے کہا برکت والی تھیلی پر روزانہ 129 دفعہ سورۂ کوثر اول وآخر سات بار درود شریف پڑھتا ہوں اور پیسے نکالتے اور ڈالتے وقت سورۂ کوثر پڑھتا ہوں لیکن کچھ کمی ایسی ہورہی ہے جس سے اس کی برکات سے دور ہوں۔ اس کو تھیلی پر روحانی عطر لگانے کا مشورہ دیا اور پوچھا کہ کہیں برکت والی تھیلی میں کوئی تصویر تو نہیں ہے انہوں نے فرمایا کہ کوئی اور تصویر نہیں ہے لیکن میرے شناختی کارڈ والی تصویر ضرور ہے کیونکہ شناختی کارڈ کی تو اجازت ہے بس جب سے برکت والی تھیلی پر روحانی عطر لگانا شروع کیا الحمدللہ برکت وعافیت کے دروازے کھل گئے مال بھی آیا اور برکت بھی آئی۔ کہنے لگے آج میں مالی طور پر خوشحال ہوں۔ کائنات' رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے اللہ تعالیٰ جس پر یہ بھید کھول دے جنہوں نے بھی اس روحانی عطر کو استعمال کیا با کمال بن گئے۔ وظائف میں دل لگا' پرہیزگاری کی زندگی آئی۔ دل معطر ہوا' روحانی طاقت آئی' سکون ملا۔ رزق کی برکت کا راز روحانی عطر میں صرف اشارہ کافی ہے۔ روحانی عطر کا ہدیہ: خوشبو کا ہدیہ دینے سے محبت بڑھتی ہے' روحانی عطر کا ہدیہ اپنے دوستوں کو دیجئے'' آپس میں محبت پیدا ہوگی۔ (ریشمی تھیلی کے ساتھ قیمت 240 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

75

ماہنامہ عبقری لاہور

ستمبر 2012ء بمطابق شوال/ذی قعدہ 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 40 روپے

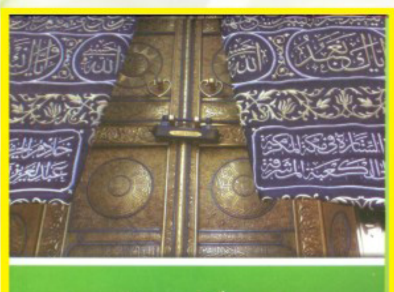
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

خوشخبری
ایجنسی کے خواہشمند حضرات رابطہ کریں۔
پہلے آئیں پہلے پائیں۔
تفصیل صفحہ نمبر 8 پر ملاحظہ کریں۔

- سورۂ کوثر کے وظیفے سے کامیابی اور برکات
- ڈھیٹ قسم کی خارش کیلئے بارہا کا آزمایا نسخہ
- فوڈ سٹریٹ اور خبیث جنات کی خوشیاں
- پیٹ کم کرنے کا سستا اور آسان طریقہ
- گرتے بالوں کیلئے نایاب ترین ٹوٹکہ
- دعائیں قبول کروانے کا شرطیہ وظیفہ
- اسماء الحسنیٰ کے عجیب و غریب اعمال
- انگور پھل یا طاقت کا بے بہا خزانہ
- رزق کی تنگی دور کرنے کے اعمال
- آنکھوں کے سیاہ حلقے دور کریں
- سینے کا انوکھا راز عبقری کے لیے
- شوہر ساری عمر بیوی پر مہربان

2 دسمبر 2012ء بروز اتوار بہاولپور میں کلینک ہوگا۔ 16 دسمبر 2012ء بروز اتوار اٹک میں کلینک ہوگا۔



نادر فضائل کا ایسا انمول تحفہ جو قدم قدم پر نیکیوں کے پہاڑ اور اعمال کے سمندر سے موتی چن چن کر دے، پڑھنا نہ بھولیں!!!

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	130/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
4	آزمودہ گھریلو معالج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو انگلش)	200/-
7	1947ء کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بڑوں کی زندگی کے انگنت تجربات	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھلوں سے صحت وتندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج نبوی اور جدید سائنس	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے دس راز دان ٹانک	130/-
24	تعلیمات نبوی اور جدید سائنس	300/-
25	توبہ کے کمالات	200/-
26	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی پاکیزگی نبوی علاج واحتیاط اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جذبات اور خیالات کے روگ نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے انوکھے چشم دید واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-
36	جیل کا جہنم	120/-
37	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن وصحت کیلئے انمول ٹانک	200/-
39	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	225/-
40	حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ	250/-
41	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
42	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا طبی ونفسیاتی نچوڑ	250/-
45	خواتین کے حسن وجمال کے مخفی راز	250/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دوانمول خزانے (اردو)	5/-
48	دوانمول خزانے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی سبزیاں دوا بھی غذا بھی شفاء بھی	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت جادو اور وہم	225/-
54	روحانی پاکیزگی	250/-
55	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبوی اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سدابہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-
62	شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول یادیں	120/-
63	شہد کے کمالات	120/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	130/-
69	شفا بخش خیالات کی کرشمہ سازی نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاداب زندگی کے راز نبوی طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت بخش خوش ذائقہ خوراکیں اور سائنسی اصول	90/-
75	طب نبوی اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات ومشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غلطیوں کی اصلاح نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی ٹانک اور علاج نبوی	120/-
82	کامیاب شادی کے ستر اصول نبوی طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کمالات اولیاء	150/-
84	کینسر کو شکست	140/-
85	کلونجی کے کرشمات	60/-
86	کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات (خاص نمبر)	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب عامل بنئے	250/-
89	کھنڈرات سے ملی خاندانی بیاضیں	2500/-
90	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	گھریلو طبی الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	250/-
92	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گلوکاری سے پرہیزگاری تک	100/-
95	مہلک دوائیں نبوی دوائیں اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے متلاشی	180/-
98	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبوی اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبوی اور جدید سائنس	360/-
103	مجاہد یا دہشت گرد	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	مایوس خاندانی مشکلات کا پرتاثیر روحانی علاج (جدید ایڈیشن)	170/-
108	مولانا طارق جمیل شخصیت وکمالات	250/-
109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات نبوی طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
112	مایوس نوجوان اور ویران جوانی	140/-
113	موٹاپے سے نجات علاج نبوی اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبوی اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبوی اور جدید سائنس	200/-
117	نبوی دسترخوان صحت وتندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	وٹامن جسمانی صحت کیلئے کیوں ضروری	130/-
120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	120/-
123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی وروحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	مالدار بنانے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	300/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاءاللہ) بیٹا پائیں	10/-
132	صوفی ازم کے روشن ستارے	350/-
133	خطبات عبقری (جلد دوم)	
134	صوفی ازم اور ٹینشن فری لائف	
135	صوفی ازم اور باطنی سکون	
136	شجرہ طیبہ قادری ہجویری	10/-
137	افحسبتم اور راز ان کے کرشمات	180/-
138	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول)	300/-

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت	نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-	29	کراماتی تیل	200/-
2	زرغونی نقرائی	2200/-	30	طب نبوی حسن وجمال کریم	300/-
3	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/-	31	عروسی سہاگ کورس	5000/-
4	ستر شفائیں	250/-	32	شوگر کورس	800/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-	33	نوجوانوں کے روگ	700/-
6	بنفشی قہوہ	120/-	34	پوشیدہ کورس	600/-
7	خون صفاء پاؤڈر	120/-	35	الرجی نزلہ کورس	600/-
8	مرہم سکون	70/-	36	موٹاپا کورس	600/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-	37	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
10	کرنٹ مالش	500/-	38	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
11	طب نبوی ہیئر آئل	300/-	39	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-	40	بے اولادی کورس	2500/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-	41	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
14	سچا منجن	70/-	42	چہرہ کا حسن وجمال کورس	2200/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-	43	نفس پیکج	600/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-	44	لاجواب حافظہ پیکج	670/-
17	فشاری گولیاں	200/-	45	ٹھنڈک پیکج	500/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-	46	اصلاح معدہ پیکج	440/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-	47	سدابہار حسن وخوبصورتی پیکج	840/-
20	بواسیر کورس	500/-	48	ڈیپریشن پیکج	490/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-	49	دیسی کریم	500/-
22	شہد	200/-	50	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
23	شہد	600/-	51	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
24	دم والا شہد	900/-	52	شہد ہمراہ صندل الائچی	300/-
25	ناک شفاء	100/-	53	قبض کشاء	120/-
26	آنکھ شفاء	70/-	54	ہارمونز شفاء	300/-
27	کان شفاء	70/-	55	السر کورس	400/-
28	چلڈرن سیرپ	120/-	56	روحانی عطر	240/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں، بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہو اسے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھاننی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر | | جلد نمبر | | ستمبر ء بمطابق شوال ذیقعدہ 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

ستمبر 2012ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شارہ روپے | اندرون ملک سالانہ 480 روپے بیرون ملک سالانہ 62 امریکی ڈالر

عبقری کی بد دیانتی اور ادویات کا نقصان

ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کر دیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ آخر آپ عبقری کو بددیانت' بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس صورت میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔ (ادارہ)

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ از راہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔
بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔
وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری سٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل:

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس

رب کے نزدیک سب سے زیادہ عزت والا کون۔۔۔۔؟؟؟

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: حضرت موسیٰ بن عمران علیہ السلام نے اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں عرض کیا: اے میرے رب! آپ کے بندوں میں آپ کے نزدیک زیادہ عزت والا کون ہے؟ اللہ تعالیٰ نے ارشادفرمایا: وہ بندہ جو بدلہ لے سکتا ہو اور پھر معاف کردے۔ (بیہقی) ☆حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ ایک صاحب نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! میں (اپنے) خادم کی غلطی کو کتنی مرتبہ معاف کروں؟ آپ ﷺ خاموش رہے۔ انہوں نے پھر وہی عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! میں (اپنے) خادم کو کتنی مرتبہ معاف کروں؟ آپ ﷺ نے ارشادفرمایا: روزانہ ستر مرتبہ (ترمذی) ☆حضرت حذیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ میں نے نبی کریم ﷺ کو یہ ارشادفرماتے ہوئے سنا: تم سے پہلے کسی امت میں ایک آدمی تھا' جب موت کا فرشتہ اس کی روح قبض کرنے آیا (اور روح قبض ہونے کے بعد وہ اس دنیا سے دوسرے عالم کی طرف منتقل ہوگیا) تو اس سے پوچھا گیا کہ تو نے دنیا میں کوئی عمل نیک کیا تھا؟ اس نے عرض کیا: میرے علم میں میرا کوئی (ایسا) عمل نہیں ہے۔ اس سے کہا گیا کہ (اپنی زندگی پر) نظر ڈالو (اور غور کر) اس نے پھر عرض کیا: میرے علم میں میرا کوئی (ایسا) عمل نہیں ہے سوائے اس کے کہ میں دنیا میں لوگوں کے ساتھ خرید و فروخت اور لین دین کا معاملہ کیا کرتا تھا جس میں' میں دولت مند کو مہلت دیتا تھا اور تنگدستوں کو معاف کردیتا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے اس شخص کو جنت میں داخل فرمادیا۔ (بخاری)

حال دل

ایک فرد ناقص نسلیں خراب

قارئین! میرے پاس ہر آنے والا کچھ مشاہدات و تجربات مجھے لوٹا جاتا ہے وہ منفی بھی ہوتی ہیں اور مثبت بھی' لیکن جس چیز نے مجھے بار بار چونکنے پر مجبور کیا وہ چیز یہ ہے کہ اولاد پر توجہ نہ دینا اور اس کی تربیت کیلئے ایک پل بھی وقت نہ نکالنا۔ اخلاق' ایمان اور ان کی خلوتیں اور جلوتیں جب والدین کی نظر میں نہیں رہتیں تو بچے بے لگام اور خاردار جھاڑیوں کی طرح زندگی گزارتے ہیں۔ پھر وہی بچے بڑے ہوکر ماں یا باپ کا روپ دھار لیتے ہیں اور پھر ماں باپ کی اخلاقی گراوٹ آئندہ آنے والی نسلوں کو برباد' بدتر اور بدترین اور بداخلاق بنادیتی ہے۔ اس سلسلے میں بے شمار ملاقاتیں' دستی رقعے اور خطوط موصول ہوتے ہیں ایک گھر کی کہانی پڑھیں جو کہ تحریری طور پر مجھ تک پہنچی: ''محترم حکیم صاحب! میری شادی کو دس سال ہوگئے ہیں' میری چار بیٹیاں ہیں' میرا شوہر والدین کا اکلوتا بیٹا ہے اور وہ نہایت عیاش اور شہوت پرست انسان ہے۔ ماں باپ نے حرام کمائی سے اس کی نشوونما کی اور اس کی تربیت پر ایک لمحہ بھی ضائع نہیں کیا۔ شرم و حیاء نام کی کوئی چیز اس کے اندر نہیں' کام کے معاملے میں بہت سست اور کاہل ہے' شروع شروع میں ساس سسر نے میرا بوجھ اٹھایا اب چونکہ میری چار بیٹیاں ہیں اور بیٹا نہیں ہے تو ساس سسر نے بھی اپنا رخ بدل لیا۔ شوہر بس سویا رہتا ہے' فلمیں دیکھتا ہے یا پھر مجھے ذلیل کرتا ہے۔ بس اس کے علاوہ اس کا کوئی کام نہیں۔ اگر کام ملتا بھی ہے تو دل کرے تو کرلیتا ہے ورنہ اس کو کوئی پرواہ نہیں۔ نہ بچوں کی فکر اور نہ ان کے کھانے پینے کی' نہ ہی بیوی کی بلکہ اس نے مجھے جانور سے بھی بدتر رکھا ہوا ہے۔ اس کو میری کوئی پرواہ نہیں۔ اس کی بچیوں پر کیا اثر پڑتا ہوگا کہ وہ باپ کی حرکتوں کو دیکھ کر محسوس تو کرتی ہیں اور بعض اوقات ہنستی ہیں اور پھر دوسروں کو بتاتی ہیں۔ اگر اس کو ناجائز باتوں سے منع کروں تو وہ مجھے اور بچوں کو فحش گالیاں دیتا ہے' مارتا ہے اور باہر کی عورتوں کے پاس آنا جانا رکھتا ہے' اس کی خواہش ہے کہ میں بھی باہر کی عورتوں کی طرح اس کے ساتھ زندگی گزاروں لیکن یہ میرے بس میں نہیں۔ میری ایک نند ہے وہ بھی بالکل اپنے بھائی جیسی ہے' اس کی شادی کو 14 سال ہوگئے ہیں' اس کا بارہ سال کا بیٹا بھی اپنی گندی حرکتوں سے باز نہیں آتا' میں بہت پریشان ہوں بچیوں کا ساتھ ہے بہت زیادہ دکھی رہتی ہوں۔ وہ بھی تو انہی کا خون ہے' بڑی بیٹی آٹھ سال کی ہے' میں اس کی وجہ سے پریشان رہتی ہوں۔ اب بچوں میں بے حیائی' ہٹ دھرمی' جھگڑا' پڑھائی میں دل نہ لگنا اور ہر بات کا جواب دینا باپ کی طرح بڑھتا جارہا ہے اور یہ کیفیت سب بچوں میں ہے۔ وہ نہیں دیکھتے کہ ماں ہے یا کوئی بڑا' جو منہ میں آتا ہے بول دیتی ہیں' آنکھیں نکالتی ہیں' میں بہت پریشان ہوں۔ مجھے صرف ایک راستہ نظر آتا ہے اپنے خاوند کے سدھرنے کا کہ وہ آپ کے جمعرات والے درس روحانیت و امن کی محفل میں آئے بس اس کے علاوہ کوئی راستہ نظر نہیں آتا۔ میں اب تھک گئی ہوں اور زندگی سے بیزار ہوگئی ہوں۔ کیا اس معاشرے میں میرے لیے کوئی راستہ ہے رہنے کا۔۔۔؟ میں اپنی زندگی کی راہیں بدلنا چاہتی ہوں۔۔۔! میں چاہتی ہوں میرا شوہر اور اس کے دن رات بدل جائیں میں بہت پریشان ہوں' میں کیا کروں؟؟؟ **قارئین!** یہ ایک خط بہت زیادہ کانٹ چھانٹ اور تہذیب کرنے کے بعد اور ایک انوکھی سچی کہانی جو میں آپ کی خدمت میں پیش کرچکا ہوں ایسی ایک نہیں ہزاروں' سچی کہانیاں ہیں جن کی وجہ سے گھر گندے گٹر کی طرح ابل رہے ہیں۔ نئی تہذیب کے گندے انڈوں نے ہمیں سوائے دولت' دنیا' روپ' جوانی کے اور ترقی کی دوڑ میں آگے بڑھنے اور کچھ نہیں دیا۔ یقین جانیے! تربیت اور اخلاق صرف اور صرف ایمانی اور اسلامی زندگی کا حصہ ہے یہ چیزیں ہمیں اور کسی معاشرے میں ہرگز نہیں ملیں گی۔ آیئے! اسلامی زندگی میں اولاد کیلئے کچھ چھوڑ کر جائیں ورنہ تو نسلیں نہیں معاشرہ برباد ہورہا ہے اور ہمارا گھر اور معاشرے کا سارا نظام بگڑ گیا اور بگڑ رہا ہے۔۔۔! اے کاش۔۔۔! کوئی سوچنے والا ہو۔

درس روحانیت و امن

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

مومن کے دوکام محنت اور دعا

سوتے ہوئے آخری سوچ یہی ہو کیا پتہ کہ موت آجائے۔ ارے! کچھ تو ہمارے لئے حجت ہو کہ یا اللہ! ہم یہ سوچتے سوچتے مر گئے تھے۔

میرے محترم دوستو! کبھی بیٹھ کے میں اللہ سے عرض کرتا ہوں الٰہی! تیرے بندے میرے پاس آتے ہیں۔ میں تیرے پاس بھیج دیتا ہوں، میں تیرا نام ہی تو دیتا ہوں، اے اللہ! میرا گھر خالی تیرا گھر بھرا ہوا' الٰہی! اگر میرے خالی گھر سے جائیں گے تو لوگ کچھ نہیں کہیں گے اگر تیرے بھرے گھر سے خالی چلے گئے تو کیا کہیں گے؟ الٰہی! لاج رکھ لے۔ الٰہی! تیرے بھرے گھر سے کوئی خالی نہ جائے۔

یہ جو نبوی ﷺ نسبتیں ہیں ان کی قدر دانی کرو...... ان نسبتوں سے محبت کرو...... ان نسبتوں کا احترام کرو...... یہ اللہ جل شانہٗ نے مجھے اور آپ کو عطا کی ہیں' جو کرے گا اللہ اسے دنیا بھی عطا فرمائے گا اور اللہ ایسے آخرت بھی عطا فرمائے گا۔ جو قدر دانی کرے گا اللہ پاک اسے دنیا میں بھی نوازیں گے اور آخرت میں بھی نوازیں گے اور دنیا میں بھی عزت عطا فرمائیں گے اور آخرت میں بھی عزت عطا فرمائیں گے۔

غلامی رسول ﷺ عملی یا قولی: آج کے بعد ہم سب ایک بات سوچیں کہ ہر روز صبح آنکھ کھلتے ہی ہمارے اندر ایک آواز اٹھے کہ آج کا دن میں نے حضور سرور کونین ﷺ کی غلامی میں گزارنا ہے اور جب رات کو سوتے ہوئے آنکھ بند ہونے لگے کہ آج میں نے غلامی رسول ﷺ میں عملاً کتنا وقت گزارا، **"غلامی رسول ﷺ میں موت بھی قبول ہے"** دیواروں پر لکھنے والی بات نہیں ہے۔ میرے محترم دوستو! یہ دل پہ لکھنے والی بات ہے' یہ من پہ' دل کی دیوار پہ لکھ لو اور یہ بڑی محنت کے بعد لکھی جاتی ہے، رنگ بڑی مشکل سے آتا ہے اور جب رنگ چڑھ جاتا ہے تو پھر چڑھ ہی جاتا ہے، پھر موت میں برکتیں ہوتی ہیں' زندگی میں برکتیں ہوتی ہے۔

آج کا سبق: جب آنکھ کھلے تو سارا دن اس کی کوششیں کرتے رہیں، اس کریم کو منانے کی، اپنی زبان سے، اپنی آنکھ سے، اپنے ہاتھوں سے، اپنے رزق سے، اپنے بولوں سے، اپنی سوچوں سے، اپنے قدم سے، ہر پل کوششیں کرتے رہیں اور جب شام ہو تو اپنا حساب لیتے لیتے سو جائیں، ارے کوئی کمی بیشی رہ بھی گئی تو کریم معاف کر دے گا۔ کوششیں کرنے والے کو میرا رب بہت عطا فرماتا ہے۔ ہمارا آج کا سبق یہی ہے۔ آدمی جس چیز کو سوچتا ہے اور پھر خلوص نیت سے مانگتا ہے' اللہ بڑا کریم ہے اُسے عطا فرما دیتا ہے۔ بندہ سوچتا ہے اور مانگتا ہے کہ یا اللہ! میں عاجز لیکن تو تو عاجز نہیں۔

اسم اعظم، یقین اعظم سے بنتا ہے: ایک بندہ کہنے لگا: میں نے ایک تسبیح پڑھی میں اس وقت پریشان تھا، ایک گناہ کا موقع میرے سامنے تھا اب مجھے پریشانی کہ میں کیا تسبیح پڑھوں اور گناہ سے بچ جاؤں۔ میں نے بے اختیار کہا: "یا اللہ! میں بے بس تو بے بس نہیں۔ اللہ میں بے بس تو بے بس نہیں۔ یا اللہ! میں بے بس تو بے بس نہیں" کہنے لگے ایسے وجدان سے اور ایسی کیفیت سے میں نے پڑھا، میرا یہ لفظ خود اسم اعظم بن گیا جب میرے سامنے ایسا موقع ہو جان لٹنے یا ایمان لٹنے کا وقت آ گیا ہو، اس وقت میں پڑھتا ہوں۔ "یا اللہ! میں بے بس ہوں تو بے بس نہیں" کہنے لگا: اللہ مجھے بچا لیتے ہیں۔

آج فیصلہ کریں: اس لئے آپ سے درخواست یہ ہے کہ ہم سب مل کے آج اللہ پاک کی بارگاہ میں یہ فیصلہ کریں اپنے من میں، اپنے دل میں۔۔۔۔ کہ سوتے ہوئے جو فیصلہ کرنا ہے، اٹھتے ہوئے جو فیصلہ کرنا ہے، سوتے ہوئے اس کا حساب لینا ہے اور اپنا حساب خود لینا ہے اور سارا دن اس کی کوشش کرنی ہے۔ اپنی زندگی کے ہر شعبے میں، اپنی زندگی کی ہر ترتیب میں، اپنے زندگی کے ہر قدم پر۔۔۔۔ مشکل تو نہیں بلکہ نہایت آسان ہے' صرف سچے ارادے کی ضرورت ہے۔ صبح جب نیند کھلتی ہے تو آدمی کچھ نہ کچھ ضرور سوچتا ہے تو کیوں نہ یہی کچھ صبح سوچنا شروع کر دے پھر دنیاوی کام بھی سوچ لے تو کوئی حرج نہیں، سوتے ہوئے آخری سوچ یہی ہو کیا پتہ کہ موت آ جائے۔ ارے! کچھ تو ہمارے لئے حجت ہو کہ یا اللہ! ہم یہ سوچتے سوچتے مر گئے تھے۔

ہر وقت تیار رہیں: میری زندگی میں کئی واقعات ایسے ہیں بندہ سویا اور ختم ہو گیا۔ ایک دن قبرستان سے آ رہا تھا ایک بندہ کھڑا تھا وہ پراپرٹی کا کام کرتا ہے میں نے کہا: یہ مکان فلاں ڈاکٹر صاحب کا نہیں تھا؟ اس نے کہا جی قبضہ میں نے کروایا تھا اور ڈاکٹر صاحب نے وہ مکان دنوں کے اندر بنا لیا۔ رات کو ڈاکٹر صاحب سوئے اور صبح میت اسی مکان سے نکلی۔

میرے دوستو! زندگی کی کچھ خبر نہیں' کیا پتہ ہماری یہ آج کی سوچ ندامت والی ہو' یا اللہ! فلاں کوتاہی ہوئی تھی' فلاں کمی ہو گئی۔ تیرے حبیب ﷺ کی نافرمانی ہو گئی، غلامی میں کمی ہو گئی، اب یہ ندامت کرتے کرتے سو گیا اور موت کے فرشتے آ گئے۔۔۔۔ یا اللہ! یہ ندامت کے ساتھ سویا تھا۔ میرا رب کہتا ہے ندامت مجھے پسند ہے' بغیر حساب کتاب جنت میں لے جاؤ۔ لو جی! کام بن گیا۔

سارا نچوڑ' دو لفظ: میری ساری گفتگو کا نچوڑ یہ دو لفظ ہیں سارا دن اس کیفیت کے ساتھ گزرے صبح اٹھیں تو یہ ہی سوچیں اور لیٹ جائیں تو نیند کے وقت یہ ہی سوچتے سو جائیں اور سارا دن اس کی کوشش کرتے رہیں مشکل ہے یا آسان؟ انشاء اللہ انتہائی آسان۔ باقی اللہ سے دعا کریں گے یا اللہ! تو میرے لئے آسان فرما دے!

مومن کے دو کام' محنت اور دعا: مومن دو کام کرتا ہے: محنت اور دعا۔ ہم نے محنت کی بات تو کر لی اب آتے ہیں دعا کی طرف۔ مندھانی کے بعد ہمیشہ مکھن نکلتا ہے اگر مکھن چھوڑ دیا تو مندھانی کا کیا فائدہ ہوا؟ وہ ایسے ہی ہے جیسے پانی میں ہاتھ مارتے رہے۔ دودھ کی اور پانی کی مندھانی میں فرق ہوتا ہے۔ دودھ کی مندھانی کے بعد مکھن نکلتا ہے پانی کی مندھانی کے بعد کچھ نہیں ہوتا۔ تو ہماری یہ جو کوشش ہے یہ اللہ کا نام اور اس کے حبیب ﷺ کا تذکرہ ہے تو یہ دودھ ہے اور اس کے بعد توجہ سے مانگنا' زاری کرنا اور دعاؤں کی صورت میں اس کریم کو منانا ہے، وہ مکھن ہے کہیں ایسا نہ ہو تھوڑی سی غفلت کی وجہ سے' بے توجہی کی وجہ سے' اس دعا سے محروم ہو جائیں! سن لیں! جو ہم نے چاہا ہے تب ہو گا جب یہ اللہ بھی چاہ لے گا۔

درس سے حج کی ادائیگی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے دل میں حج کرنے کی خواہش بہت تھی نہ کوئی وسیلہ اور نہ رقم...... میں درس پر تو پہلے بھی آتی تھی لیکن پھر میں نے حج کی نیت لے کر کیلئے درس میں آنا شروع کر دیا اور درس کی دعا میں اللہ سے رو رو کر مانگا۔ اللہ نے میری دعا قبول فرمائی اور غیب سے میرے لیے حج کا وسیلہ بنا دیا اور مجھے حج ادا کرنے کی سعادت نصیب ہو گئی۔ 2 اکتوبر کی حج فلائٹ میں میں بھی حج کیلئے جاؤں گی۔ محترم حکیم صاحب میں اتنی خوش ہوں کہ میں آپ کو بتا نہیں سکتی۔ **(فاطمہ حسن' لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ابولبیب شاذلی

مسلمان کو ہلکا سمجھنا اور اس کی تحقیر کرنا

تم نے ان کے درمیان برابری کیوں نہیں کی؟ اس آدمی کی شرارت کیلئے یہ بات کافی ہے کہ اپنے مسلمان بھائی کو حقیر سمجھے۔ ایک روایت میں اس طرح ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ ہر آدمی کی شرارت کیلئے یہ بات کافی ہے کہ اپنے مسلمان بھائی کو حقیر سمجھے۔

مسلمان کو گالی دینا

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ایک آدمی آیا اور حضور ﷺ کے سامنے بیٹھ گیا اور اس نے عرض کیا کہ میرے غلام ہیں جو مجھ سے جھوٹ بولتے ہیں اور میری خیانت کرتے ہیں اور میری نافرمانی کرتے ہیں میں ان کو گالی بھی دیتا ہوں اور مارتا بھی ہوں‘ تو میرے لیے ان کے بارے میں کیا حکم ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا جب قیامت کا دن ہوگا‘ انہوں نے جو تیری خیانت کی ہے‘ تیری نافرمانی کی ہے‘ تجھ سے جھوٹ بولا ہے‘ اس کا حساب لیا جائے گا اور تو جو ان کو ان کے گناہوں کی سزا دیتا ہے اس کا حساب لیا جائے گا اگر دونوں برابر ہیں تو نہ تیرے لیے کوئی نقصان ہوگا اور نہ نفع اور اگر تیری سزا ان کی خطا سے زائد ہوگئی تو ان کیلئے تجھ سے اس کا بدلہ لیا جائے گا یہ سن کر وہ آدمی ایک کنارے ہٹا اور بآواز رونے لگا اس سے حضور ﷺ نے فرمایا کیا تو اللہ پاک کے اس قول کو نہیں پڑھتا۔ ترجمہ: ”اور (وہاں) قیامت کے روز ہم میزان عدل قائم کریں گے (اور سب کے اعمال کا وزن کریں گے) سو کسی پر اصلاً ظلم نہ ہوگا اور اگر (کسی کا) عمل رائی کے دانہ کے برابر بھی ہوگا تو ہم اس کو (وہاں) حاضر کردیں گے اور ہم حساب لینے والے کافی ہیں“

تب اس آدمی نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! میں اپنے لیے اور ان کیلئے اس سے بھلی اور کوئی بات نہیں پاتا ہوں کہ انہیں اپنے سے جدا کردوں میں آپ ﷺ کو اس بات پر گواہ بناتا ہوں کہ یہ سب کے سب آزاد ہیں۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک شخص نے حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کو گالی دی‘ حضور ﷺ تشریف فرما تھے آپ ﷺ اس آدمی سے تعجب کررہے تھے اور مسکرا رہے تھے جب وہ آدمی زیادہ آگے بڑھا تو حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ نے اس کی بعض باتوں کا جواب دیا یہ دیکھ کر حضور نبی کریم ﷺ خفا ہوئے اور اٹھ کر چل دیئے۔ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ آپ ﷺ سے ملے اور عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! وہ شخص مجھے گالی دے رہا تھا اور آپ ﷺ تشریف فرما تھے اور جب میں نے اس کی بعض گالیوں کا جواب دیا تو آپ ﷺ ناراض ہوگئے اور اٹھ کر چل دیئے۔ آپ ﷺ نے فرمایا بے شک تمہارے ساتھ ایک فرشتہ تھا جو تمہاری طرف سے جواب دے رہا تھا جب تم نے خود اس کی بعض باتوں کا جواب دیا تو بیچ میں شیطان حائل ہوگیا تو میں شیطان کے ساتھ نہ بیٹھا۔ اس کے بعد آپ ﷺ نے فرمایا اے ابوبکر! (رضی اللہ عنہ) تین باتیں ہیں اور وہ تینوں حق ہیں‘ ☆ جب کوئی بندہ کسی ظلم کے ساتھ ظلم کیا جائے اور یہ بندہ اللہ عزوجل کی وجہ سے ہٹ جائے تو اللہ پاک اس کے سبب سے اس بندہ کی امداد کو قوی کرتا ہے۔ ☆ اور جب کسی آدمی نے عطیہ کا دروازہ کھولا جس کی وجہ سے اس نے صلہ رحمی کا ارادہ کیا اس کی وجہ سے اللہ پاک اس کے مال کو کثیر کردیتا ہے۔ ☆ اور جب کسی بندہ نے مال کی کثرت کیلئے سوال کا دروازہ کھولا اللہ پاک اسی قدر اس کے مال میں قلت اور کمی واقع کردیتا ہے۔ یہی سے روایت ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے دور میں ایک صحابی نے دوسرے صحابی کو برا بھلا کہا۔ جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ تک یہ بات پہنچی تو آپ رضی اللہ عنہ نے فرمایا اگر میں اس کی زبان نہ کاٹوں تو میرے اوپر نذر ہے۔ حضرات صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے ان کے بارے میں کلام کیا اور ان کیلئے معافی طلب کی۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ مجھے چھوڑو تاکہ میں اس کی زبان کاٹ دوں کہ آئندہ یہ اصحاب رسول ﷺ میں سے کسی کو گالی نہ دیں۔

کسی مسلمان کی برائی بیان کرنا

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک شخص رسول اللہ ﷺ کے سامنے کسی دوسرے شخص کے عیوب بیان کرنے لگا آپ ﷺ نے فرمایا تو اٹھ جا تیری گواہی معتبر نہیں۔ اس نے کہا یارسول اللہ ﷺ میں دوبارہ ایسی حرکت نہ کروں گا۔ آپ ﷺ نے فرمایا تو صبح سے قرآن کا استہزاء کررہا ہے وہ قرآن شریف پر ایمان نہیں لایا جس نے قرآن کی حرام کی ہوئی چیزوں کے ساتھ حلال کا سا معاملہ کیا۔

حضرت طارق بن شہاب رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ حضرت خالد رضی اللہ عنہ اور حضرت سعد رضی اللہ عنہ کے درمیان کچھ بات بڑھ گئی ایک آدمی حضرت سعد رضی اللہ عنہ کے پاس گیا اور حضرت خالد رضی اللہ عنہ کے بارے میں کچھ کہنا چاہا۔ حضرت سعد رضی اللہ عنہ نے فرمایا رک جا! ہمارے اور ان کے درمیان جو جھگڑا ہے وہ ہمارے دین پر اثر انداز نہیں ہوسکتا۔

مسلمان کو ہلکا سمجھنا اور اس کی تحقیر

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضرت اسامہ رضی اللہ عنہ دروازے کی چوکھٹ سے ٹھوکر کھا گئے یا دروازے کی سردل ان سے لگ گئی جس کی وجہ سے ان کی پیشانی زخمی ہوگئی۔ حضور ﷺ نے فرمایا اے عائشہ! (رضی اللہ عنہا) اس کے خون کو صاف کردے میں اس کام سے گھن کرگئی‘ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں تو رسول اللہ ﷺ ان کی پیشانی کے خون کو چوستے اور اس کو تھوک دیتے اور آپ ﷺ فرمارہے تھے اگر اسامہ رضی اللہ عنہ لڑکی ہوتے تو میں ان کو کپڑے پہناتا اور ان کو زیور پہناتا اور ان کی شادی کرکے رخصتی کرتا۔

حضرت عطاء بن یسار رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت اسامہ بن زید رضی اللہ عنہ کو جب یہ شروع میں مدینہ آئے تو چیچک نکل آئی‘ یہ بچے تھے ان کی رال بہہ کر منہ پر آجاتی تھی حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا اس بات سے گھن کرتی تھیں‘ جب رسول کریم ﷺ تشریف لاتے تو ان کے چہرے کو دھوتے اور بوسہ لیتے تو حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے عرض کیا کہ خدا کی قسم! اس کے بعد میں ان سے کبھی گھن نہ کروں گی۔

حضرت حسن رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک جماعت حضرت ابوموسیٰ رضی اللہ عنہ کے پاس آئی‘ حضرت ابوموسیٰ رضی اللہ عنہ نے عرب کو عطیے دیئے اور ان کے ساتھ جو عجمی تھے انہیں چھوڑ دیا اس پر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حضرت ابوموسیٰ رضی اللہ عنہ کے پاس لکھا کہ تم نے ان کے درمیان برابری کیوں نہیں کی؟ اس آدمی کی شرارت کیلئے یہ بات کافی ہے کہ اپنے مسلمان بھائی کو حقیر سمجھے۔ ایک روایت میں اس طرح ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ ہر آدمی کی شرارت کیلئے یہ بات کافی ہے کہ اپنے مسلمان بھائی کو حقیر سمجھے۔

بیوی کے ساتھ دوڑ......

امام شعبی رحمۃ اللہ علیہ کے پاس ایک شخص آیا اور کہنے لگا میں نے ایک عورت سے شادی کی ہے‘ شادی کے بعد معلوم ہوا ہے کہ وہ لنگڑی ہے کیا اس کو اس کے والدین کے گھر واپس بھجوادوں‘ امام شعبی رحمۃ اللہ علیہ فرمانے لگے‘ اگر تمہیں بیوی کے ساتھ دوڑ لگانی ہے پھر تو تمہیں ضرور اسے چھوڑ دینا چاہیے اور اگر ایسا نہیں تو............ (مسز نائلہ زیب‘ لاہور)

محمد فاروق اعظم، حاصل پور

بچے کو دودھ پلانا اور بیماریوں سے نجات

ماں کے دودھ میں بچے کو جراثیم، وائرس، الرجی اور مختلف بیماریوں سے بچانے کیلئے قوت مدافعت ہوتی ہے اس کے علاوہ ماں کا دودھ ماں کی چھاتیوں سے براہ راست بچے کے منہ میں جاتا ہے جس کی وجہ سے انفیکشن کے امکانات کم ہوتے ہیں

ماں کے دودھ کے فوائد: بچے کی ولادت کے بعد عورت کی چھاتیوں میں دودھ آنا شروع ہوجاتا ہے مگر دودھ آنے سے قبل اس میں ایک خاص قسم کی رطوبت خارج ہوتی ہے اس کو کلوسٹرم کہتے ہیں کلوسٹرم کے خارج ہونے کے کچھ دیر بعد دودھ آنا شروع ہوجاتا ہے۔ کلوسٹرم قدرتی طور پر نوزائیدہ بچے کی ضرورت کے عین مطابق ابتدائی غذا ہے۔ پیدائش کے ساتھ ہی بچے کو کلوسٹرم یا پہلا دودھ پلایا جائے یہ حیاتین اور مدافعتی اجزاء سے بھرپور ہوتا ہے۔ یہ بچہ کیلئے بہت مفید اور صحت بخش ہوتا ہے پیٹ صاف کرتا ہے اور طاقت پہنچاتا ہے۔ بچہ کی پیدائش کے بعد جلد از جلد بچے کو ماں کا دودھ پلانا چاہیے یا کم از کم بچے کا منہ پستانوں کے ساتھ ضرور لگانا چاہیے خواہ دودھ اترے یا نہ اترے اس کا فائدہ یہ ہوگا کہ چھاتی کو بچہ کے منہ سے لگانے سے رحم کا سکڑاؤ جلدی ہوگا اور رحم کے سکڑنے سے خون کا بہاؤ کم ہوجائے گا ماں کی توجہ جذباتی طور پر بچے کو دودھ پلانے کی طرف لگ جائے گی اس طرح وہ اپنے رحم کے سکڑاؤ کے درد کو کم محسوس کرے گی۔ بچے کا اپنی ماں کی چھاتیوں سے دودھ پینا رحم کو اپنی اصل حالت میں واپس لانے میں مدد دیتا ہے کیونکہ رحم اور پستانوں میں ایک خاص عصبی تعلق ہوتا ہے جب بچہ پستانوں کو منہ میں لے کر چوستا ہے تو عصبی تعلق کی وجہ سے جسمانی ہارمون پیدا ہوکر رحم پر اثر انداز ہونا شروع ہوجاتے ہیں رحم کے سکڑنے کے عمل میں اضافہ ہوجاتا ہے جس سے جریان خون کم ہوتا ہے جو زچہ کیلئے بہت مفید ہے۔ ماں کا کا دودھ پینا بچے کو خوراک مہیا کرنے کا فطری طریقہ ہے۔ بچے کی نشوونما کیلئے ماں کے دودھ کی بڑی اہمیت ہے جو قدرت نے اس کیلئے پیدا کیا ہے اور جو اس کا پیدائشی حق ہے۔

اللہ تعالیٰ کی بچے پر رحمت: اللہ تعالیٰ نے ماں کے دودھ کو بچے کیلئے مکمل غذا بنایا ہے۔ بچے کیلئے ماں کے دودھ سے بہتر کوئی غذا نہیں، زندگی کے ابتدائی مہینوں میں پرورش، بالیدگی اور نشوونما کیلئے جو اجزا لازمی ہوتے ہیں وہ اجزا ماں کے دودھ میں موجود ہوتے ہیں اور وہ بھی ہاضمے اور انجذاب کے صحیح تناسب ہیں۔

ماں کا دودھ ہر لحاظ سے بچے کیلئے محفوظ اور غذائیت بخش ہے۔ ماں کے دودھ میں روغنیات، پوٹاشیم، لیکٹوز، پروٹین، فاسفورس، آئرن، کیلشیم، زنک، سوڈیم، وٹامن اے، بی، سی، ڈی، ای اور کے، لیکٹوفیرین، مینوگلوبین، لائسوزائم، فیکٹر، اینٹی باڈیز اور امیونٹی جیسے مفید اجزاء شامل ہوتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں شامل یہ اجزاء بچے کی نشوونما اور ابتدائی خوراک کے طور پر انتہائی مفید اور ضروری ہوتے ہیں۔

ماں کا دودھ تازہ، جسمانی درجہ حرارت کے مطابق غذائیت سے بھرپور اور جراثیم سے پاک ہوتا ہے، چھاتی کے دودھ میں بچے کی ضرورت کے مطابق صحیح صحیح مقدار میں اجزاء موجود ہوتے ہیں جو بچے کی نشوونما، ضرورت اور معیار کے مطابق ہوتے ہیں۔ ماں کا دودھ کا درجہ حرارت بھی انسانی جسم کے مطابق ہوتا ہے دودھ پیتے وقت بچہ ماں کے ساتھ لپٹ کر قربت، اپنائیت، پیار، جسمانی حرارت اور خوراک حاصل کرتا ہے جو مائیں اپنے بچوں کو اپنا دودھ پلاتی ہیں ان کے دل میں بچے سے نسبتاً زیادہ محبت ہوا کرتی ہے اسی طرح وہ بچہ بھی اپنی ماں سے زیادہ محبت کرتا ہے۔ ماں کا دودھ پینے والے بچے نفسیاتی و جسمانی طور پر تندرست و طاقتور اور ذہنی طور پر چاق و چوبند ہوتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں کچھ ایسے اجزا شامل ہوتے ہیں جو بچے کی ذہنی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ماں کا دودھ پینے والے بچے زیادہ ذہین ہونے کے ساتھ ساتھ بیماریوں سے بھی محفوظ رہتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں کثیر سیر شدہ شحمی تیزابیت (پولی ان سیچوریٹڈ) زیادہ مقدار میں ہوتے ہیں جو بچے کے دماغ کی نشوونما کیلئے بہت ضروری اور مفید ہوتے ہیں۔ ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں خون کی کمی، رکٹس یعنی ہڈیوں کا نرم پڑنا اور وٹامنز کی کمی کی شکایات نہیں ہوتیں۔

قوت مدافعت کا بہترین ذریعہ: ایسے بچے جو ماں کا دودھ پیتے ہیں ان میں مختلف بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت بھی زیادہ ہوتی ہے وہ مختلف بیماریوں کا کم شکار ہوتے ہیں اور ان کا ہاضمہ ٹھیک رہتا ہے اور وہ قے اور اسہال کے امراض سے بڑی حد تک محفوظ رہتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں بچے کو جراثیم، وائرس، الرجی اور مختلف بیماریوں سے بچانے کیلئے قوت مدافعت ہوتی ہے اس کے علاوہ ماں کا دودھ ماں کی چھاتیوں سے براہ راست بچے کے منہ میں جاتا ہے جس کی وجہ سے انفیکشن کے امکانات کم ہوتے ہیں۔

بیماریوں سے بچاؤ کا بہترین ذریعہ: ماں کی چھاتیوں سے دودھ پینے والے بچوں میں معدے اور انتڑیوں کی بیماریاں کم ہوتی ہیں کیونکہ ماں کا دودھ اجزاء کی نوعیت کے پیش نظر آسانی سے ہضم ہونے والی غذا ہے۔ ماں کے دودھ میں انفیکشن کا مقابلہ کرنے والے جو اینٹی باڈیز پائے جاتے ہیں وہ بچوں کیلئے امراض تنفس کا امکان بہت کم کردیتے ہیں۔

بچوں کو دودھ پلانے کے فائدے: جو عورتیں بچے کو اپنا دودھ پلاتی ہیں ان کیلئے چھاتی کے سرطان کا خطرہ کم ہوجاتا ہے۔ دودھ پلانے کے دورانیے میں ماں کے پٹھے مضبوط ہوجاتے ہیں اور فالتو چربی اور موٹاپا کم ہوجاتا ہے۔ جو بچے عمر کے شروع کے عرصہ میں زیادہ سے زیادہ ماں کا دودھ پیتے ہیں ان کے بعد کی عمر میں موٹاپے کا امکان کم ہوجاتا ہے۔ ماں کے دودھ میں پروٹین (ایڈیپیونکٹین) موجود ہوتی ہے جو بچے کو موٹاپے سے بچانے میں مددگار رہتی ہوتی ہے مذکورہ پروٹین بدن میں چربی کو ختم کرنے کا عمل انجام دیتی ہے ماں کے دودھ میں اس پروٹین کی موجودگی آئندہ عمر میں بچے میں موٹاپے کو روکنے میں مددگار ہوسکتی ہے۔ ابتدائی عمر میں جب بچے کی نشوونما تیزی سے ہورہی ہوتی ہے اس وقت ایڈیپیونکٹین پروٹین کی وافر مقدار میں ملنا بڑی عمر میں بیماری سے بچاؤ کا سبب بن سکتا ہے۔ ماں کے دودھ میں لیپٹن نامی ایک پروٹین ہوتی ہے جو جسم میں موجود چربی کو قابو میں رکھتی ہے۔ ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں نزدیک کی نظر کی کمزوری کی بیماری مائیوپیا لاحق ہونے کے خطرات کم ہوتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں پائے جانے والا جزو ڈی ایچ اے بچوں میں ابتدائی طور پر بصارت کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتا ہے بالخصوص آنکھ کے گولے کی نشوونما کیلئے یہ جزو بہترین ہے۔

بندش کا توڑ

11 مرتبہ درود شریف۔ 11 مرتبہ سورۂ فاتحہ۔ 41 مرتبہ آیۃ الکرسی۔ 1 مرتبہ سورۂ یٰسین۔ 3 مرتبہ سورۂ کافرون۔ 3 مرتبہ تینوں قل۔ 1 مرتبہ الم سے لیکر ھم المفلحون۔ 1 مرتبہ الحمد شریف یہ عمل روزانہ کریں پانی پر دم کرکے مکان، دکان پر چھڑکیں مریض کو پلائیں ان شاء اللہ 11، 21، 31، 41 دن میں بندش ختم ہوجائے گی۔ آج تک یہ عمل جس کو بھی دیا ہے اللہ نے اس کی بندش ختم کردی ہے۔ **(نور عالم شاہ، شوبکی شریف)**

پوشیدہ پروموشن کیلئے علامہ لاہوتی کا کامیاب وظیفہ

قارئین! میں آپ کو بتانہیں سکتی کہ میں دن میں کتنی ہی بار اپنے ان خوشی کے آنسوؤں کو چھپ چھپ کر بہاتی ہوں۔ علامہ صاحب کیلئے دل سے دعائیں نکلتی ہیں کہ ان کی بدولت اور عبقری کے ذریعے اللہ نے آج مجھے یہ دن دکھایا۔

سب سے پہلے علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کا بہت بہت شکریہ ادا کرنا چاہوں گی جن کی بدولت بہت قیمتی وظائف اور معلومات پڑھنے کو ملیں' علامہ صاحب کا خاص شمارہ جب سے پڑھ رہی تھی میرے رونگٹے کھڑے ہو رہے تھے' ایک خواہش ہے کہ زندگی میں ایک بار اس عظیم انسان کو دیکھ سکوں۔ ان کا خاص شمارہ پڑھتے ہوئے میرے ذہن میں آیا کہ کیوں نہ اپنے اس مسئلے کے حل کیلئے ان کا یہ وظیفہ پڑھوں' مسئلہ یہ تھا کہ میرے شوہر کو گزشتہ دو سال سے جاب میں پروموشن نہیں ہو رہی تھی تنخواہ اتنی ہے کہ بمشکل گزارہ ہوتا ہے ایک دن رات سونے سے پہلے علامہ صاحب کا مضمون پڑھ رہی تھی کہ شوہر نے آواز دی لائٹ آف کرو اور سو جاؤ ورنہ پھر صبح اٹھنے میں دیر ہو جائے گی میں نے لائٹ آف کی اور آ کر لیٹ گئی کہ اچانک ذہن میں آیا کیوں نہ اس وظیفے کو ابھی سے پڑھنا شروع کر دوں' دوبارہ اٹھی چونکہ لائٹ آف کر دی تھی اس لیے موبائل کی ٹارچ آن کی اور خاص شمارہ لے کر بیٹھ گئی دو تین بار یہ آیت پڑھی **ولسوف یعطیك ربك فترضی** جب یاد ہو گئی اور شمارہ رکھا اور آ کر لیٹ گئی اور لیٹے لیٹے آیت کو بلاتعداد پڑھنے لگی پڑھتے پڑھتے ہی سو گئی' اگلے دن بھی کاموں کے دوران یہ آیت پڑھتی رہی۔ شام کو جب شوہر گھر آئے تو انہوں نے وہ بات بتائی کہ جسے سن کر میری آنکھوں سے آنسو جاری ہو گئے' اسی وقت اٹھی دو رکعت نفل شکرانے کے پڑھے اور اللہ کے حضور سجدہ ریز ہو گئی۔ میرے شوہر نے مجھے بتایا آج جب میں آفس گیا تو میرے باس نے مجھے اپنے روم میں بلایا اور کہا کہ مبارک ہو تمہاری پروموشن کے آرڈر آ گئے ہیں۔ میرے شوہر کہتے ہیں کہ مجھے یقین ہی نہیں ہو رہا تھا کہ یہ سب اچانک کیسے......؟ حالانکہ کچھ دن پہلے ہی ان کے باس نے انہیں صاف کہہ دیا تھا کہ اس سال بھی تمہاری پروموشن کے چانس نہیں کوشش کرو کہ کسی دوسری جگہ جاب کیلئے اپلائی کرو۔ قارئین! میں آپ کو بتا نہیں سکتی کہ میں دن میں کتنی ہی بار اپنے ان خوشی کے آنسوؤں کو چھپ چھپ کر بہاتی ہوں۔ علامہ صاحب کیلئے دل سے دعائیں نکلتی ہیں کہ ان کی بدولت اور عبقری کے ذریعے اللہ نے آج مجھے یہ دن دکھایا۔ اللہ پاک سے دعا ہے کہ وہ علامہ صاحب کو اور عبقری کی تمام ٹیم کو صحت' زندگی اور بہت خوشیاں دے اور یہ رسالہ یونہی لوگوں کی زندگی میں خوشیاں بھرتا رہے۔ آمین۔ قارئین! آپ بھی ان وظائف سے پورا پورا استفادہ حاصل کریں۔ محترم حکیم صاحب! میرا نام شائع نہ کیجئے گا۔

آیۃ الکرسی سے یقینی حفاظت

(محمد نعیم اقبال' ملتان)

ایک مرتبہ میری خالہ کے گھر میں سوائے خالہ کوئی نہیں تھا' دوپہر 2 بجے کے قریب ان کے گھر میں کچھ ڈاکو ڈاکہ ڈالنے کی نیت سے داخل ہو گئے اب وہ خالہ بہت پریشان ہو گئیں کہ اگر میں شور کرتی ہوں تو یہ ڈاکو مجھے گولی ماردیں گے' ان کے ذہن میں یکدم آیت الکرسی پڑھنے کا خیال آیا انہوں نے فوراً آیۃ الکرسی کی تلاوت شروع کر دی' ڈاکو ان پاس آئے گھر کی الماریوں کی چابیاں مانگی' انہوں نے وہ چابیاں ڈاکوؤں کو دیدیں اب انہوں نے خود بھی زیور پہنا ہوا تھا اور سونے کی چوڑیاں اور انگوٹھی بھی ان کے ہاتھ میں تھی لیکن آیت الکرسی کے عمل سے ڈاکوؤں کو وہ چیزیں نظر نہیں آئیں اور انہوں نے چابیاں لے لیں اب گھر کے اندر بھی کچھ پیسے اور زیور بھی موجود تھا لیکن ڈاکوؤں کو کوئی بھی چیز نظر نہیں آئی اور وہ ڈاکو بغیر کچھ لیے واپس چلے گئے اور اس طرح خالہ نے آیۃ الکرسی کے عمل سے اپنی اور اپنے سامان کی حفاظت کر لی۔ یہ سچا واقعہ ہے جو کہ پچھلے سال پیش آیا ہے۔

یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ

کسی بھی خاص مقصد کو حاصل کرنے کیلئے بروز جمعہ نماز عصر کے بعد مغرب تک یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ پڑھتے رہیں۔ اول و آخر گیارہ بار درود شریف لازمی پڑھیں پھر اپنے مقصد کیلئے دعا کریں اور وہیں مصلے پر بیٹھیں اس کے بعد مغرب کی نماز پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل حصول مقصد تک ہر جمعہ کو کریں۔ انشاء اللہ آپ کے تمام مقاصد حاصل ہو جائیں گے یہ عمل آزمایا ہوا ہے۔ **(الطاف حسین' بہاولنگر)**

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 74

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیرو کار ہیں ان کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

مورخ اسلام ابن خلدون تحریر فرماتے ہیں کہ حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ مصر میں اپنے محل کے عام لوگوں کے ساتھ زمین پر بیٹھا کرتے تھے جب مقوقس (بادشاہ مصر) ان کے پاس آتا تو اس کے بیٹھنے کے لیے کمہار تخت لے کر آتے تھے اور وہ بادشاہوں کی طرح عمرو بن العاص کے پاس تخت ہی پر بیٹھتا تھا چونکہ مقوقس ذمی تھا اور مسلمان اپنے عہدہ پیمان کا لحاظ کرتے تھے اور دنیاوی شان و شوکت ابھی تک ان کی نگاہوں میں کچھ وقعت نہیں رکھتی تھی' اس لیے مقوقس کی اس حرکت پر کبھی کسی نے تعرض نہ کیا۔

حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ نے بیت المقدس کا محاصرہ کیا' محاصرہ سے پریشان ہو کر بیت المقدس کے پادریوں نے اس شرط پر صلح کی کہ شرائط خود خلیفہ کے ذریعہ طے ہوں' چنانچہ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ کی طلب پر امیر المومنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ بیت المقدس تشریف لے گئے' امیر المومنین شہر بیت المقدس کے قریب پہنچ گئے تو ایک عیسائی آپ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا کہ میں ایک ذمی ہوں اور یہ سامنے میرا باغ ہے آپ کی فوج کے کچھ لوگ باغ کو نقصان پہنچا رہے ہیں امیر المومنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ باغ کے پاس گئے دیکھا کہ کچھ لوگ باغ سے انگور لیے جا رہے ہیں' امیر المومنین نے ان کو ٹوکا' انہوں نے کہا کہ ہم لوگوں کو بھوک لگی تھی حضرت عمر رضی اللہ عنہ باغ میں گئے وہاں بھی کچھ لوگوں کو پایا' آپ نے اس ذمی کو اپنے پاس بلایا اور باغ کی قیمت دریافت کر کے اس کی قیمت ادا کر دی۔

سخت سے سخت قبض کیلئے

ھوالشافی: ثابت اسپغول' سرسوں کے بیج ایک ایک چائے کا چمچ اور ایک چٹکی کلونجی ملا کر کھانے سے پہلے دن میں دو دفعہ پانی کیساتھ کھائیں۔ انشاء اللہ صرف چند یوم ہی استعمال کرنے سے سخت سے سخت قبض کا خاتمہ ہو جائیگا۔ بہت مجرب اور آزمایا ہوا ہے۔ **(محمد ادریس)**

فطرت سے قریب' ڈیپریشن سے دور

مریم باجوہ

بعض اوقات ماحول میں تبدیلی کی وجہ سے کچھ لوگ تنہائی اور مایوسی کا شکار ہوجاتے ہیں اس صورتحال میں اپنے لیے مثبت سرگرمیاں تلاش کرنا اور ہم خیال لوگوں سے میل جول رکھنا اس کیفیت سے چھٹکارا دلاسکتا ہے۔یہ وقتی ڈیپریشن کی کیفیت ہوتی ہے جو کہ حالات بدل لینے سے ختم ہوجاتی ہے۔

وقت اور حالات کبھی ایک سے نہیں رہتے' غم' خوشی' تنگی' خوشحالی' بیماری اور صحت یہ سب زندگی کے اتار چڑھاؤ کا حصہ ہیں۔ایک انسان کی زندگی میں حالات وواقعات کا یہ مدوجزر ایک فطری عمل کا حصہ ہے۔اسی لیے خالق کائنات نے انسان کی ذہنی اور جسمانی تخلیق اس طور پر کی ہے کہ وہ ہر دور میں اپنے جینے کا سامان پیدا کرلیتا ہے۔ویسے بھی جب تک انسان فطرت کے قریب رہا جسمانی طور پر اگرچہ اسے پرمشقت زندگی گزارنا پڑی لیکن وہ ذہنی طور پر پرسکون تھا۔19ویں صدی کا آغاز ایک سائنسی انقلاب کا پیش خیمہ بنا جس کا سفر موجودہ صدی تک جاری ہے۔اس عرصے کے دوران لاتعداد سائنسی ایجادات نے جسمانی طور پر انسان کو بے حد آسائشات اور سہولیات بخش دی ہیں لیکن ساتھ ہی طرز زندگی میں ایک ایسی تبدیلی پیدا کردی ہے جس نے لوگوں کو ذہنی طور پر تھکانا شروع کردیا ہے۔

ڈیپریشن کیا ہے؟: ماہرین نفسیات ڈیپریشن کو ایسی بیماری قرار دیتے ہیں جو نہ صرف کسی شخص کی سوچ اور موڈ کو متاثر کرتی ہے بلکہ حد سے بڑھ جانے پر جسمانی صحت بھی اس کی زد میں آجاتی ہے۔حتیٰ کہ یہ کھانے پینے' سونے جاگنے اور رویوں پر بھی اثرانداز ہوتی ہے۔ڈیپریشن میں مبتلا افراد کی اپنے اور دوسروں کے بارے میں رائے میں بھی بہت تبدیلی آتی ہے جو کہ بڑی حد تک منفی ہوجاتی ہے۔ڈیپریشن بیماری کی ایسی قسم ہے جس میں مریض اکیلا اس پر قابو نہیں پاسکتا بلکہ اسے اپنے اہل خانہ اور دوستوں کی مدد درکار ہوتی ہے۔

ڈیپریشن پیدا ہونے کی وجوہات: ہر انسان کی زندگی میں جذباتی اتار چڑھاؤ آتے رہتے ہیں' اس دوران کبھی کبھار ذہنی تناؤ یا حساسیت کا شکار ہونا یا طبیعت میں پژمردگی محسوس ہونا نارمل ذہنی کیفیات میں شامل کیا جاتا ہے۔ ماہرین نفسیات اس کیفیت کو وقتی ڈیپریشن کا نام دیتے ہیں جو کسی خاص وجہ سے پیدا ہو اور کچھ وقت کے بعد اس حالت سے باہر نکل جائیں لیکن اگر مشکل حالات طوالت اختیار کرجائیں تو مریض شدید ڈیپریشن کی حالت میں چلے جاتے ہیں جس سے طبیعت میں مایوسی' غصہ اور اداسی کا عنصر بہت بڑھ جاتا ہے۔منفی رویئے' چھوٹی چھوٹی باتوں پر غصے میں آنا' بے چینی اور سماجی تعلقات میں سردمہری شدید ڈیپریشن کی علامات ہیں۔اس درجے کے ڈیپریشن پر مناسب علاج کے بغیر قابو پانا ناممکن ہے۔حالانکہ ڈیپریشن کا شمار ایسی بیماریوں میں کیا جاتا ہے جس میں مناسب علاج کی وجہ سے تقریباً 80فیصد لوگ نارمل زندگی گزارنے کے قابل ہوجاتے ہیں۔

ڈیپریشن کی علامات: ماہرین نفسیات کی رائے کے مطابق ڈیپریشن کی علامات ہر شخص میں بیماری کی شدت کی بناء پر مختلف ہوسکتی ہیں اگرچہ مندرجہ ذیل علامات کسی شخص میں ظاہر ہوں تو اس کے اس بیماری میں مبتلا ہونے کے امکانات پائے جاتے ہیں۔☆ مزاج میں اداسی' بے چینی کا پیدا ہونا یا ادھورے پن کا احساس ☆ روزمرہ کے کاموں میں دلچسپی کا ختم ہونا یا ہر کام بے فائدہ لگنا ☆ بے آرامی کی کیفیت کا طاری رہنا اور خواہ مخواہ رونے کو دل چاہنا ☆ اپنی ناقدری کا احساس ہونا یا مایوسی اور یاسیت ہر وقت طاری رہنا ☆ بہت کم اور بہت زیادہ سونا یا بغیر وجہ کے علی الصبح جاگنا ☆ بہت کم یا بہت زیادہ بھوک کا لگنا' وزن میں بے تحاشا کمی یا زیادتی ☆ کمزوری تھکاوٹ اور ہر وقت طبیعت گری گری رہنا ☆ موت اور خودکشی کے بارے میں سوچوں کا بار بار حملہ آور ہونا ☆ توجہ مرکوز کرنے اور یادداشت میں کمی کا واقع ہونا ☆ علاج کے باوجود کچھ معمولی بیماریوں میں افاقہ نہ ہونا مثلاً سردرد' بدہضمی یا جسم میں مستقل درد کی شکایات رہنا۔

ڈیپریشن کا علاج کیسے ممکن ہے: ڈیپریشن پیدا ہونے کی کئی وجوہات ہوتی ہیں۔بعض اوقات دماغ میں کچھ کیمیائی تبدیلیوں کی وجہ سے ڈیپریشن حملہ آور ہوسکتا ہے اور بعض اوقات حالات ڈیپریشن کے موجب بن جاتے ہیں۔پہلی صورت میں ماہر نفسیات بیماری کی شدت کے مطابق دوا تجویز کرکے مریض کو نارمل زندگی کی طرف لاتے ہیں لیکن اگر ڈیپریشن کچھ مخصوص حالات کی وجہ سے پیدا ہورہا ہو مثلاً کچھ لوگ اپنی ملازمت یا وہاں لوگوں کے رویوں سے مطمئن نہیں ہوتے ہیں اور مستقل ذہنی دباؤ کا شکار رہتے ہیں۔ ایسی صورت میں دوسری ملازمت ڈھونڈنا یا کوئی متبادل کام کرنا اس پریشانی سے نجات دلاسکتا ہے۔یعنی یہ کہ ان وجوہات کا خاتمہ کیا جائے جو کہ ڈیپریشن پیدا کررہی ہیں۔

بعض اوقات ماحول میں تبدیلی کی وجہ سے کچھ لوگ تنہائی اور مایوسی کا شکار ہوجاتے ہیں اس صورتحال میں اپنے لیے مثبت سرگرمیاں تلاش کرنا اور ہم خیال لوگوں سے میل جول رکھنا اس کیفیت سے چھٹکارا دلاسکتا ہے۔یہ وقتی ڈیپریشن کی کیفیت ہوتی ہے جو کہ حالات بدل لینے سے ختم ہوجاتی ہے۔

طرز زندگی میں تبدیلی پیدا کریں: ڈیپریشن جدید اور تیز رفتار طرز زندگی سے جنم لینے والی بیماری ہے جس میں کچھ لوگ زندگی کی دوڑ میں آگے اور آگے جانے کی حرص میں اپنے آپ کو ذہنی اور جسمانی طور پر اتنا تھکا لیتے ہیں کہ ڈیپریشن میں چلے جاتے ہیں اور کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں خصوصاً خواتین جن کے پاس کرنے کو کچھ نہیں ہوتا تو وہ منفی سوچوں اور بیکار رہ کر ڈیپریشن کا شکار ہوجاتی ہیں۔ خصوصاً پاکستانی خواتین میں اس کی شرح میں اضافے کی ایک بڑی وجہ ان کیلئے مثبت سرگرمیوں کی کمی ہے۔منفی خاندانی سیاست اور دوسروں کے مسائل میں بلاوجہ خود کو الجھانے سے بھی خواتین ہر دم تناؤ کا شکار رہتی ہیں۔ان تمام کیفیت سے نجات پانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنے طرز زندگی کا بغور جائزہ لیا جائے اور اس میں تبدیلی کی جائے۔اس سلسلے میں اگر ماہر نفسیات سے بھی مشورہ کیا جائے تو یہ تبدیلی زیادہ مؤثر ثابت ہوسکتی ہے اگرچہ یہ تبدیلی اتنی آسان نہیں ہوتی لیکن اگر چند باتوں پر عمل کیا جائے تو ڈیپریشن پر قابو پانے میں مدد مل سکتی ہے۔

☆ اپنے وقت کا بہترین استعمال کریں' فارغ وقت میں اچھی کتب کا مطالعہ یا معاشرے کی بھلائی کیلئے کیے جانے والے کاموں میں حصہ لینا آپ کے اندر مثبت اور خیر کے جذبات کو بڑھا کر سکون بخشتا ہے۔☆ آپ خاندان میں ہونے والی لڑائیوں یا رنجشوں سے پریشان رہتی ہیں' تعلقات کو بہتر بنانے میں پہلا قدم آپ اٹھایئے۔یہ پیش قدمی بہت سے مسائل کو سلجھا سکتی ہیں۔مضبوط خاندانی تعلقات مشکل وقت میں بہت سہارا ثابت ہوتے ہیں۔

☆ روزمرہ معمولات کو ایک ٹائم ٹیبل کے تحت انجام دیں' وقت پر سونا اور جاگنا ذہنی صحت کیلئے ایک کلیدی کردار ادا کرتا ہے۔رات بھر کی پرسکون نیند دن کے وقت آپ کو ہشاش بشاش رکھ سکتی ہے۔☆ کچھ وقت ورزش یا سیر کیلئے روزانہ مخصوص کریں۔☆ منفی خیالات سے ہرممکن بچنے کی کوشش کریں' اعصاب کو پرسکون رکھنے کی ورزش کرنے سے بھی آپ اپنی کیفیت پر قابو پاسکتی ہیں۔اللہ پر اپنے ایمان کو مضبوط بنایئے۔صبر اور نماز سے اپنے رب کی مدد طلب کریں بے شک اللہ کا ذکر دلوں کو سکون بخشتا ہے۔

شاہد غوری، رحیم یار خان

ماہ ستمبر دورنگے بہروپ کا آئینہ دار

چھوٹے بچوں پر اس عارضہ کا حملہ بڑا ہی مہیب اور دردناک اثرات کا حامل ہوتا ہے۔ سو واضح رہنا چاہیے کہ زیادہ تر ستمبر کے مہینے میں ہی بچوں میں اس اذیت ناک کھانسی کی علامات ابھرا کرتی ہیں۔ جو عدم احتیاط و علاج کے باعث آگے چل کر شدید نتائج کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہیں

ماہ ستمبر دورنگے بہروپ کا آئینہ دار ہے، گرمی الوداعی پہلو بدل رہی ہوا سے دوچار۔ یہ مہینہ اپنے موسمی اثرات کے اعتبار سے ماہ اگست کا توام قرار دیا جاسکتا ہے۔ کیونکہ اس مہینہ میں بھی قریب قریب انہی طبی ہدایات اور حفظان صحت کی تدابیر کو ملحوظ رکھنے کی ضرورت ہے جن کا مذکور اگست کے بارے میں آچکا ہے۔ واضح رہے کہ ستمبر کا مہینہ (بالخصوص اس کا نصف اول) بھی اپنے موسمیاتی اعتبارات کے لحاظ سے اسی موسم برسات کا اختتامی دور مقصود ہوتا ہے جس کا آغاز اول جولائی میں ہوتا ہے۔ اس مہینے کی ہواؤں میں بھی وہی مسموم سی تاثیر و کیفیت پنہاں ہوتی ہے جو جولائی اور اگست کی برساتی فضاؤں کا خاصہ ہے۔ البتہ اس مہینے میں یہ کیفیت اپنے ردعمل کے اعتبار سے کسی قدر بتدریج انحطاط پذیر ہونے لگتی ہے۔ دھوپ نکلنے اور گاہے بگاہے مطلع ابر آلود ہونے (ہر دو صورتوں میں) واضح طور پر دورنگے بہروپ کا آئینہ دار ہے۔ یعنی دن اتنا گرم گویا ابھی موسم گرما کا شبابی دم خم برقرار ہے اور راتیں ایسی خنکی لیے ہوئے جیسے موسم سرما حملہ آور ہونے کیلئے سروں کے عین اوپر پر تول رہا ہے۔

ستمبر کے مہینے میں مچھروں کا حملہ انسانوں کی مملکت صحت پر اپنے مضری حربے استعمال کرتا ہے۔ ستمبر میں موسمی تغیر زیادہ پراسرار صورت اختیار کرلیتا ہے ستمبر کے وسط اور بعض اوقات آخری دنوں تک اگست کی مخصوص موسمی سوغات یعنی ملیریا بخار کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔ ستمبر کے دوران بالائے زمین اور اندرون زمین موجود مرطوب آب و ہوا چھوٹے موٹے عوارض یعنی پھوڑے پھنسیاں، بدہضمی (جس میں معمولی نقص ہضم قواء معدہ کی ماؤف سی استعداد بھی شامل ہے) اختلاء طبیعت، اعضاء شکم کا عدم توازن، اعضاء شکنی غیر واضح، تبخیری کیفیت، کمزوری اعصاب و اخلاط اربعہ یعنی صفراء سودا، بلغم ہونے کی علامت کا آغاز ابھرتے ہیں اور اس سلسلہ میں جب تک کسی ماہر مستند معالج سے رجوع نہ کیا جائے ان تمام عوارض کی نوعیت و کیفیت پراسرار اور ناقابل فہم رہتی ہے۔

اس لیے یہ مہینہ بھی اچھی خاصی احتیاطی تدابیر کا متقاضی ہے اور اس کو محض موسم سرما کا خیر مقدمی اور موسم گرما کا الوداعی زمانہ سمجھ کر لاپرواہی سے کام نہیں لینا چاہیے۔

قدیم و جدید طبی تحقیقات کی رو سے ستمبر کا مہینہ بھی اگست کی مرطوب اثر ہے۔ اگرچہ ظاہری طور پر اگست کے موسمیاتی ماحول سے خاصا مختلف اور نسبتاً بہت کم عوارض پرور محسوس ہوتا ہے لیکن واقعتاً اس مہینے فضا کی مرطوب کیفیت کچھ اور بھی بڑھ جاتی ہے اور آب و ہوا کی تاثیر مسموم سی ہوجاتی ہے اور یہی سبب ہے کہ یہ موسم جس بخار کو تخلیق کرتا ہے اور پروان چڑھاتا ہے وہ بالعموم رطوبت کی زیادتی سے ہی معرض وجود میں آتا ہے۔ نیز صفراء، سودا، بلغم اور خون میں احتراق پیدا ہوتا ہے۔ یہ رطوبت ان میں غلبہ پالیتی اور یوں یہ کثیف روح بخار کا موجب بنتی ہے۔ یہی سبب ہے کہ مریض اس وحشت ناک صورت حال سے انتہائی پریشان خاطر اور بے بس ہوکر رہ جاتا ہے۔ دانت بجنے لگتے ہیں اور موسم سرما نہ ہونے کے باوجود دو دو تین تین لحاف اوڑھنے پڑ جاتے ہیں۔ یہ علامات درحقیقت اس امر کی نشاندہی کرتی ہیں کہ جسم میں بلغم کی زیادتی ہے جو سوختہ ہوکر خون میں شامل ہوگئی ہے۔

ماہرین طب جدید کی تحقیق کی رو سے یہ بخار انوفلیس نامی ایک مچھر کے کاٹنے سے رونما ہوتا ہے چنانچہ جب یہ مچھر کاٹتا ہے تو اس کا زہر خون تک میں سرایت کرکے خون کے سفید ذرات کو بے حس و ماؤف کردیتا ہے جس کی وجہ سے جسم میں خنکی اور کپکپاہٹ پوری شدت کے ساتھ لہرانے لگتی ہیں۔

میٹھا پھل (ایک غیر مترقبہ نعمت)

مقام شکر ہے اور اہل علم و نظر اس حقیقت سے بخوبی آگاہ ہیں کہ حکیم مطلق کی حکمت بالغہ نے ہر موسم کے مضر اثرات سے فطری تحفظ کیلئے ایسی ایسی غذائی نعمتیں تخلیق فرمادی ہیں کہ اگر ان کا سلیقہ مندانہ اور مناسب استعمال جاری رکھا جائے تو اکثر و بیشتر عوارض کسی لمبے چوڑے معالجاتی جھنجھٹ اور پریشانی و زیر باری کے بغیر صرف غذائی اعتبار سے ہی روبہ اصلاح ہوجاتے ہیں اور فی الواقعی کسی باقاعدہ اور مسلسل معالجہ کی نوبت ہی نہیں آتی۔ لیموں شیریں (جو میٹھا پھل کے نام سے موسوم ہے) کو ہی لیجئے، یہ اگست و ستمبر کے اکثر و بیشتر بخاراتی عوارض، طبی اضمحلال، توازن اخلاط اور کام و دہن کے خوش ذائقے کے لیے ہر لحاظ سے تریاق الاثر ہے۔ حمی لرزہ کا تیر بہدف علاج، صفراء کا قاطع، بلغم سوختہ کا دافع، طبی کثافت کو دور کرنے والا اور نجانے کیا کیا خصوصیات حکیم مطلق کی حکمت بالغہ نے اس پھل کے رس میں سمو رکھی ہیں لیکن کس قدر کوتاہ اندیشی، کم نظری اور بدنصیبی ہے ان لوگوں کی جو اسے محض ایک قوی اور سستا سا پھل سمجھ کر زیادہ اہمیت نہیں دیتے۔ **بچوں کی کالی کھانسی:** چھوٹے بچوں پر اس عارضہ کا حملہ بڑا ہی مہیب اور دردناک اثرات کا حامل ہوتا ہے۔ سو واضح رہنا چاہیے کہ زیادہ تر ستمبر کے مہینے میں ہی بچوں میں اس اذیت ناک کھانسی کی علامات ابھرا کرتی ہیں۔ جو عدم احتیاط و علاج کے باعث آگے چل کر شدید نتائج کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہیں۔ اس ضمن میں ذیل کی غذائی تدبیر کو ہمیشہ ملحوظ رکھیں۔ **بچے، شہد اور حفظان صحت:** بچوں کو حفظ ماتقدم کے طور پر خالص شہد حسب العمر مقدار میں تھوڑا تھوڑا، دن میں دو چار مرتبہ ضرور چٹائیں انشاءاللہ العزیز آپ کا بچہ ہر قسم کے موسمی عوارض سے محفوظ رہے گا۔

چند ضروری احتیاطیں: اس مہینے رات کو سوتے وقت (خواہ کمرہ میں پنکھا ہی کیوں نہ ہو) دروازہ بند نہ کریں کیونکہ اس مہینے کی ہوا میں حبس کی بھی کیفیت ہوتی ہے جس سے بعض عوارض کے پیدا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ زیادہ ترترش اشیاء کے استعمال سے پرہیز کریں کیونکہ ان سے نزلہ، زکام، بخار اور دیگر امراض سینہ کے رونما ہونے کا قطعی احتمال ہے۔ اس مہینے میں نزلہ کے بگاڑ کی ابتدا ہوجایا کرتی ہے۔ اس لیے نزلہ ہونے کی صورت میں فوراً اس کی اصلاح کی کوشش کریں۔

دعائیں قبول کروانے کا شرطیہ وظیفہ

ذی قعدہ کے مہینے میں جو کوئی ہر جمعرات کی شب سو رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اسے ثوابِ عظیم حاصل ہوگا۔

ذیقعدہ اسلامی سال کا گیارھواں مہینہ ہے۔ یہ بڑا مبارک اور حرمت والا مہینہ ہے' اس مہینے میں عرب جنگ کو ترک کر دیتے تھے اور اپنے گھروں میں بیٹھے رہتے تھے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا ارشاد ہے کہ ذیقعدہ کا مہینہ بہت بزرگی والا مہینہ ہے اور اس ماہ کی عبادت بہت افضل ہے۔

ذی قعدہ کا چاند:۔ جب ذیقعدہ کا چاند دیکھے تو یہ پڑھے:۔

اَللّٰھُمَّ ھٰذَا الشَّھْرُ اَوَّلُ مِنْ شَھْرِ الْحَرَامِ وَ اَوْسَطُھَا مِنْ شُھُوْرِ حَجِّ بَیْتِکَ الْحَرَامِ فَاغْفِرْ لَنَا جَمِیْعَ الْمَعَاصِیْ وَالْاٰثَامِ وَلَا تُؤَاخِذْنَا بِالنَّوَاصِیْ وَالْاَقْدَامِ یَاذَا الْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ۔

پہلی شب:۔ اس مہینے کی پہلی شب کو چاہیے کہ تیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ زلزال پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک مرتبہ سورۂ نباء یعنی عم یتساء لون پڑھے۔ اس کے علاوہ جو کوئی ذیقعدہ کی پہلی شب نمازِ عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 33 ,3 3 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نماز کے بعد نہایت خشوع وخضوع کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگے اور خلوص دل سے توبہ کرے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی توبہ قبول ہوگی اور اللہ تعالیٰ اس کو بخش دینگے۔

نفلی روزہ:۔ جو کوئی سوموار کو روزہ رکھے تو ثوابِ عظیم حاصل ہوگا۔

جمعہ کے نوافل:۔ ذیقعدہ کے مہینے میں چاہیے کہ ہر جمعہ کے دن نمازِ جمعہ کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ثوابِ عظیم حاصل ہوگا۔

دو رکعت نفل:۔ ذیقعدہ کے مہینے کی ہر شب کو نمازِ عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے انشاء اللہ تعالیٰ ہر رات عمرہ کی عبادت کا ثواب حاصل ہوگا۔

ترقی درجات کیلئے:۔ جو کوئی چاہے کہ بارگاہِ الٰہی میں اس کا درجہ بلند ہو جائے' اللہ تعالیٰ اس پر اپنا خصوصی فضل و کرم نازل فرمائے تو اُسے چاہیے کہ وہ ذیقعدہ کے مہینہ کی نو تاریخ کی شب نمازِ عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ مزمل پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد تین مرتبہ سورۂ یٰسین پڑھے۔

جمعرات کی شب:۔ ذی قعدہ کے مہینے میں جو کوئی ہر جمعرات کی شب سو رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اسے ثوابِ عظیم حاصل ہوگا۔

آخری دن:۔ جو کوئی ذیقعدہ کے مہینہ کی آخری تاریخ کو چاشت کے وقت دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین سو مرتبہ سورۃ القدر پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد گیارہ مرتبہ یہ درود پاک پڑھے اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مَعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْکَرَمِ وَ اَصْحَابِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ اس کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھے اور سجدے میں جا کر اللہ تعالیٰ سے جو بھی جائز دعا مانگے گا انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

ایک ہفتے میں گلٹی ٹھیک

میری دائیں بغل میں گلٹی نکل آئی جس کو پنجابی میں کچھ رالی کہتے ہیں مئی کے عبقری شمارے میں اس کے بارے میں ایک عمل میں نے پڑھا تھا اس عمل سے اللہ تعالیٰ کے فضل میں ٹھیک ہوگیا۔ وہ عمل یہ تھا کہ صبح نماز فجر کے بعد سورج نکلنے سے پہلے اور شام سورج غروب ہونے کے بعد سو بار یہ کلمات بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ oاَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ۔ پڑھنے ہیں۔ یہ عمل تقریباً میں نے ایک ہفتہ کیا اور اللہ کے فضل سے کچھ رالی کا نام ونشان بھی نہ رہا۔ جناب والا! آپ انسانیت کی بہت خدمت کر رہے ہیں۔ طبی بھی روحانی بھی۔ بغیر کسی لالچ کے۔ اللہ تعالیٰ اس کا آپ کو اجر عظیم عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین۔ (محمد ضیاء السلام بٹ)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 7 ستمبر بروز جمعۃ المبارک 10 بجکر 56 منٹ سے 12 بجکر 7 منٹ تک' 18 ستمبر بروز منگل رات 9 بجے سے 10 بجکر 17 منٹ تک' 26 ستمبر بروز بدھ سہ پہر 2 بجکر 21 منٹ سے 3 بجکر 37 منٹ تک یَاوَاسِعُ الْفَضْلِ الْغَفَرْ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔ **ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں (نوٹ:) 1**۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری رسالہ سے میرا تعلق صرف چھ ماہ پہلے جڑا۔ ٹرین میں سفر کے دوران ایک آدمی کا سٹیشن آیا تو اس نے جاتے ہوئے عبقری رسالہ مجھے پڑھنے کیلئے دے دیا۔ میں نے ایسے ہی پڑھنا شروع کیا تو بس پڑھتا ہی گیا۔۔۔۔! بس اس دن کے بعد سے اب تک ہر ماہ باقاعدگی سے رسالہ خریدتا ہوں۔ اس رسالے سے مجھے اور تو بہت فائدے ہوئے لیکن روحانی محفل نے مجھے بہت فوائد دیئے جن میں سے ایک فائدہ یہ ہے کہ میری موٹر سائیکل بہت زیادہ (باقی صفحہ نمبر 44 پر)

شاہ ابوالخیر نیشا پوری کے وظائف

کسی سفلی، جادو اور گندے علم سے گھر بھر کا سکون برباد ہوجاتا ہے گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے، بات بات میں آپس میں اختلاف پیدا ہوتا ہے گھر سے باہر مزاج درست ہونا لیکن جیسے گھر میں داخل ہوا کہ مزاج بگڑ جاتا ہے

مقصد میں کامیابی کیلئے

جس شخص کا جو کام اٹک گیا ہو اور مقصد میں کامیابی نظر نہ آتی ہو تو اس کیلئے یہ عمل تیر بہدف اور نہایت پرتاثیر ہے۔ عمل یہ ہے:۔ اگر کوئی شخص بعد نماز عشاء باوضو اول گیارہ بار درود شریف ابراہیمی پڑھے اس کے بعد ایک سو ستر بار آیۃ الکرسی پڑھے اس کے بعد گیارہ بار درود شریف ابراہیمی پڑھ کر دعا مانگے۔ یہ عمل ستر دن تک بلاناغہ کرنا ہے۔ انشاء اللہ ہر جائز مقصد میں کامیابی حاصل ہوگی۔

ہر قسم کی فتح، کامیابی اور حفاظت کیلئے

جو شخص کسی مقدمہ میں پھنس گیا ہو یا غلط الزام کے تحت گرفتار ہوگیا ہو یا دشمنوں سے جھگڑا چلتا رہتا ہو یا طرح طرح کے مسائل اور بے شمار پریشانیوں میں مبتلا ہو وہ اگر روزانہ بعد نماز عشاء باوضو قبلہ رخ بیٹھ کر اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین سو تیرہ بار آیۃ الکرسی پڑھے اس کے بعد گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا کرے تو انشاء اللہ مقدمہ سے نجات، دشمنوں پر غلبہ اور ہر قسم کی پریشانیوں سے چھٹکارا حاصل ہوگا شرط یہ ہے کہ یہ عمل کم از کم اکتالیس دن تک کریں۔

دشمن کو مہربان کرنا

اگر کسی کا دشمن خطرناک اور ہر قسم کے نقصان پہنچانے میں لگا رہتا ہو تو اس کے دل کو نرم کرنے اور اپنے اوپر مہربان کرنے کیلئے یہ عمل انتہائی مجرب ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ دشمن دشمنی چھوڑ دے گا اور مہربانی سے پیش آتا رہے گا۔ عمل یہ ہے:۔ تین سو اٹھارہ مرتبہ یَاسَلَامُ پڑھ کر میٹھی چیز پر دم کر کے کسی ترکیب سے دشمن کو کھلا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ وہ مہربان ہوجائے گا اور دوستی کا ہاتھ بڑھائے گا۔

مریض کی صحت یابی کیلئے

مریض کی ہر قسم کی بیماری سے صحت یابی کیلئے یہ عمل مجرب اور باعث شفاء ہے۔ عمل یہ ہے:۔ عمل کرنے والا شخص اول غسل کرے اس کے بعد سفید کپڑے پہن کر قبلہ کی طرف منہ کر کے مصلّے پر بیٹھ جائے اور تین مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ نَّبِيِّنَا فِي الْاَنْبِيَآءِ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى رَسُوْلِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْمُرْسَلِيْنَ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ۔

اس کے بعد تین ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ط يَاسَلَامُ پڑھ کر پھر تین بار اوپر والا درود پڑھے اور اس کے بعد مریض پر دم کرے۔ دوا پر دم کرے اور ایک بوتل پانی پر دم کر کے رکھ لے اور مریض کو اس بوتل کا پانی ایک ایک گھونٹ کر کے روزانہ چار وقت پلائیں۔

☆ صبح ناشتہ سے قبل ☆ دوپہر کو کھانے سے قبل

☆ عصر کی نماز کے بعد ☆ سوتے وقت

یہ پانی لگاتار تین دن یا سات دن مریض کو پلائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ مریض چند دن میں صحت یاب ہوجائے گا۔

گھر میں دل نہ لگنا، لڑائی جھگڑا، بیروزگاری

کسی سفلی، جادو اور گندے علم سے گھر بھر کا سکون برباد ہوجاتا ہے گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے بات بات میں آپس میں اختلاف پیدا ہوتا ہے گھر سے باہر مزاج درست ہونا لیکن جیسے گھر میں داخل ہوا کہ مزاج بگڑ جاتا ہے۔ بلاوجہ غصہ آتا ہے۔ لڑنے کو طبیعت چاہتی ہے۔ گھر میں بے رونقی اور بے برکتی رہتی ہے، گھر کے افراد جو کچھ کماتے ہیں اس میں گزارہ نہیں ہوتا اور بیروزگار ہوتے جاتے ہیں جہاں کامیابی کیلئے کوشش کرتے ہیں وہیں ناکامی ہوتی ہے۔ قرض کا بوجھ روز بروز بڑھتا جاتا ہے۔ ایسی صورت میں یہ عمل بہت مفید اور کامیاب ہے۔ سب سے پہلے سمندر، دریا یا سات کنویں کا پانی لا کر نل کے پانی میں ملا کر پورا گھر اس طرح دھوئیں کہ سارا پانی بہہ جائے۔

دوسری بات یہ کہ باوضو خود یا کسی مخلص حافظ یا قرآن پڑھنے والے سے سورۃ البقرہ وقت مقررہ پر روزانہ اکتالیس دن تک پڑھوائیں اور ایک بڑے نئے کورے مٹکے کو دھو کر اس میں پانی بھر کر دم کرالیں اور وہ پانی چار وقت مکان کے ہر کونے میں چھڑکیں اور چاروں وقت سب گھر والوں کو پلائیں۔ نیز ہر جمعرات کو سورۂ یٰسین شریف تین مرتبہ باوضو خود پڑھیں یا کسی سے پڑھوا کر پانی پر دم کرائیں۔ سورۂ یٰسین شریف پڑھنے سے پہلے گیارہ بار درود ابراہیمی اور یٰسین ختم کرنے کے بعد گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھیں، پانی غسل خانے یا پاخانے میں نہ چھڑکا جائے البتہ باورچی خانے میں اور کمروں اور صحن میں چھڑکا جائے۔ چھڑکنے اور پانی پینے کے اوقات یہ ہیں:۔

☆ صبح ناشتہ سے قبل ☆ دوپہر زوال سے قبل (گیارہ بجے)

☆ بعد نماز عصر ☆ بعد نماز عشاء

گھر کا ہر بالغ فرد نماز باجماعت ادا کرے۔ نماز نہ ترک کرے نہ قضا کر کے پڑھے۔ ہر پنج وقتہ نماز کے بعد ایک تسبیح درود شریف کی پڑھے اور ایک تسبیح لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ کی پڑھے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ گھر کے حالات بدل جائیں گے۔ روزگار کا انتظام ہوجائے گا۔ گھر کی بے رونقی ختم ہوجائے گی تمام پریشانیوں اور لڑائی جھگڑے سے نجات ملے گی۔

تسخیر عالم کیلئے

دنیا کے لوگوں میں عزت کا مقام پانے اور تسخیر عالم کیلئے یہ عمل بہت مجرب اور فوراً اپنی تاثیر دکھانے والا ہے۔ چاند دکھائی دینے کے بعد پہلی جمعرات کو بعد نماز عشاء اول سات بار درود شریف پڑھے پھر سات مرتبہ درود شریف پڑھ کر چنبیلی کے تیل پر دم کرے۔ یہ عمل مسلسل سات دن تک کرنا ہے ناغہ نہیں کرنا۔ روزانہ اس روغن چنبیلی کو وقت ضرورت اپنے دونوں رخساروں اور ابروؤں پر ملے جس کسی حاکم یا افسر کے پاس جائے گا وہ اس کی خوب عزت کرے گا۔ وہ آیات مبارکہ یہ ہیں: بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يٰۤاَيُّهَا النَّبِيُّ اِنَّاۤ اَرْسَلْنٰكَ شَاهِدًا وَّمُبَشِّرًا وَّنَذِيْرًا سے لیکر وَكَفٰى بِاللّٰهِ وَكِيْلًا تک پڑھیں ٥ **(احزاب 45 سے 48)**

بے اولاد خواتین کیلئے خاص تحفہ

اگر کسی کے ہاں ہزار علاج کے بعد بھی اولاد نہ ہوتی ہو تو اس کو چاہیے کہ آدھا کلو آنبہ ہلدی ریت میں بھنوالیں، 100 گرام پھٹکڑی اس کو بھی بھون لیں، ان دونوں کو ہاون دستہ میں ڈال کر کوٹیں، کوٹتے وقت اَللّٰهُ خَالِقٌ بَارِئٌ مُصَوِّرٌ پڑھتے رہیں، باوضو یہ دوا بنائیں پھر دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھیں اور مریضہ کو کہیں رات کو آدھی چمچی چھوٹی مخصوص ایام کے نہانے کے بعد اسی رات سے برابر کھائے جب تک امید نہ ہوجائے کھاتے رہیں اللہ مراد پوری کریں گے۔ **(مسز صبا افتخار)**

انگور پھل یا طاقت کا بے بہا خزانہ

رابعہ گھوٹکی

معدے کی تیزابیت انگور کے استعمال سے دور ہوجاتی ہے بشرطیکہ انگور شیریں ہو۔☆انگور کے رس میں، شہد اور آم کا گودا تینوں ہم وزن ملا کر روزانہ کھائے جائیں تو نہ صرف چہرے کا رنگ نکھرتا ہے بلکہ آنکھوں کے گرد حلقے بھی غائب ہوجاتے ہیں۔

انگور کا رنگ زرد اور سیاہ ہوتا ہے۔ اس کا مزاج پختہ کا گرم تر درجہ اول اور کچا خشک درجہ اول ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک بقدر ہضم ہے۔ دوا کے طور پر دو چھٹانک سے ایک پاؤ تک روزانہ ہے۔ انگور کے حسب ذیل فائدے ہیں۔

انگور کے فائدے: ☆انگور کثیر الغذا اور زود ہضم ہوتا ہے۔ ☆خون صالح پیدا کرتا ہے اور مصفیٰ خون بھی ہے۔ ☆جسم کو موٹا کرتا ہے۔ ☆پختہ انگور زیادہ کھانے سے اسہال آنے لگتے ہیں۔ ☆کچا انگور قابض ہوتا ہے اور اسہال کی مرض میں مفید ہوتا ہے۔ ☆انگور میں کاربوہائیڈریٹس، پروٹین، وٹامن اے، وٹامن سی، کیلشیم اور آئرن پائے جاتے ہیں جو انسانی صحت کیلئے بہت مفید ہوتے ہیں۔ ☆جن لوگوں کا معدہ اکثر خراب رہتا ہے ان کیلئے انگور پختہ کا استعمال بے حد مفید ہے۔ ☆جن لوگوں کا معدہ اکثر خراب رہتا ہے ان کے لیے انگور پختہ کا استعمال بے حد مفید ہے۔ ☆پسینہ زیادہ آنے کی صورت میں مازو ایک تولہ، انگور کا رس چھ تولے، ٹھنڈا پانی دو تولے ان تمام اشیاء کو ملا کر بدن پر لیپ کرنے سے فوری فائدہ ہوتا ہے۔ ☆گیس یا بوجھل معدہ والے حضرات انگور کا ناشتہ کرنے سے اس مرض سے نجات حاصل کرسکتے ہیں۔ ☆انگور دل، جگر، دماغ اور گردوں کو طاقت دیتا ہے۔ ☆گرمی کے سر درد یا پھر آنکھ جو سرخ ہوکر درد کرنے لگے تو انگور کے پتے پیس کر پیشانی پر لیپ کرنے سے صحت ہوجاتی ہے۔ ☆لاغری اور کمزوری میں اس کا استعمال مفید ہے۔ ☆پرانے بخار میں انگور کا استعمال مفید پایا گیا ہے۔ ☆انگور کا بکثرت استعمال گردہ کی چربی بڑھاتا ہے۔ ☆چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔ ☆اگر انگور کو تخم خطمی کے ہمراہ پکا کر ورم پر لگائیں تو ورم جلدی تحلیل ہوجاتا ہے اور صحت ہوجاتی ہے۔ ☆سینے کے جملہ امراض میں انگور بے حد مفید ہے۔ ☆پھیپھڑوں سے بلغم کے اخراج کیلئے انگور بہترین دوا ہے۔ ☆کھانسی کو ختم کرنے کیلئے انگور کے رس میں شہد ملا کر چٹانا مفید ہوتا ہے۔ ☆انگور کا جوس یا رس پینے کے بعد پانی ہرگز نہیں پینا چاہیے۔ ☆عورتوں کے زمانہ حمل میں انگور کا رس پینے سے حاملہ عورت غشی، چکر، اپھارہ اور درد وغیرہ سے محفوظ رہتی ہے اور بچہ بھی صحت مند اور توانا پیدا ہوتا ہے۔ ☆جسمانی طور پر کمزور انسان ایک پاؤ شیریں انگور صبح وشام کھائیں اور رات کو سوتے وقت دودھ میں ایک چمچہ شہد ملا کر پینے سے بالکل صحت مند ہوجائیں گے۔ ☆لیکوریا کی صورت میں خواتین کو چاہیے کہ وہ انگور کے جوس میں ایک چمچہ شہد ملا کر پئیں تو یقیناً مرض دور ہوجائے گا۔ یہ خوراک دس دن کی ہے۔ ☆بندش حیض میں انگور کے جوس میں ایک چمچہ شہد اور دو عدد پیسے ہوئے چھوہارے ملا کر استعمال کرنا بے حد مفید ہوتا ہے۔ ☆گردے اور مثانے کی جملہ بیماریوں کو دور رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ ایک پاؤ انگور روزانہ کھائے جائیں۔ ☆مرگی کے مریض کو انگور کا رس پانچ تولہ متواتر تین ماہ تک دن میں تین بار پلانے سے مرگی کا مکمل خاتمہ ہوجاتا ہے۔ ☆انگور کا رس ایک چمچہ صبح وشام پلانے سے جن بچوں کے منہ اور حلق میں چھالے پڑے ہوں فائدہ ہوتا ہے۔ ☆قطرہ قطرہ پیشاب آنے کی صورت میں ایک پاؤ انگور روزانہ کھانا مفید ہوتا ہے۔ ☆ضعف گردہ اور سخت زکام میں انگور کا استعمال بے حد مفید ہے۔ ☆تین سال کے بچوں کی قبض دور کرنے کے لیے ایک چھوٹا چمچہ چائے والا انگور کا رس پلانا مفید ہوتا ہے۔ ☆جو بچے دانت نکال رہے ہوں اگر انہیں ایک چمچہ انگور کا رس روزانہ پلایا جائے تو دانت بالکل آسانی سے نکل آتے ہیں اور سیدھے بھی رہتے ہیں۔ ☆جن چھوٹے بچوں کو سوکھے پن کی بیماری ہوتی ہے ان کو ایک چھٹانک انگور کا رس روزانہ پلانا مفید ہے۔ ☆انگور کے رس میں ایک چوتھائی چینی ملا کر رب تیار کرکے کھانے سے دل کو طاقت ہوتی ہے اور مفرح بھی ہوتا ہے۔ ☆مردانہ کمزوری کو دور کرنے کیلئے ایک ہفتہ تک ہر روز ایک گھنٹہ کے ساٹھ منٹوں میں ایک دانہ انگور فی منٹ روز کھانے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔ ☆انگور جگر اور آنتوں کے امراض میں بہت مفید ہوتا ہے۔ ☆دمہ میں انگور کا مسلسل استعمال مفید ہوتا ہے۔ اگر دو تولے انگور کے رس میں ایک بڑا چمچہ شہد کا ملا کر کھلایا جائے تو مفید ہوتا ہے۔ ☆بینائی کو طاقت دیتا ہے۔ ☆انگور کے مسلسل استعمال سے پیشاب کھل کر آتا ہے۔ ☆بڑے انگور جب خشک ہوتے ہیں تو وہ منقیٰ بن جاتے ہیں منقیٰ کے بیج نکال کر تین دانے منقیٰ ہمراہ تین عدد کالی مرچ کھانے سے قطرہ قطرہ پیشاب آنے کی شکایت چند یوم میں ختم ہوجاتی ہے۔

وہ ملے جس کا گمان نہ ہو

محمد روشن علی، لاہور

جو شخص اللہ تعالیٰ کی فرمانبرداری کے خیال سے ذکر کریگا تو اللہ تعالیٰ اس کو وہ نعمت عنایت کریں گے جو نہ کسی نے سنی نہ دیکھی

اسماء الحسنیٰ میں سے اَلْغَنِیُّ اَلشَّکُوْرُ اَلْمُغْنِیْ اَلرَّزَّاقُ اَلْفَتَّاحُ اَلْکَافِیْ اَلْحَسِیْبُ اَلْوَکِیْلُ اَلْمُعْطِیْ اَلْمُغِیْثُ کے خواص یہ ہیں کہ ان کے پڑھنے سے وہ برکت ہوتی ہے جس کا نشان وگمان تک نہیں ہوتا اور کسی چیز کی محتاجی نہیں رہتی عقل وفہم بے اندازہ اضافہ ہوتا ہے اور کل مقامات سے بلند مقام توکل حاصل ہوتا ہے۔

بخل دور کرنے کا عمل

اسماء اَلْغَنِیُّ اَلشَّکُوْرُ ان دونوں اسماء کے ذاکر کو اللہ تعالیٰ غناء ذاتی عنایت کرکے حمد وشکر الہام کرتا ہے۔ اگر بخیل کرے تو اس کی کنجوسی سخاوت سے بدل جاتی ہے۔

بے گمان رزق ملے ہر چیز میں برکت

اسم یَاشَکُوْرُ کا ورد کرنے والے کو اللہ تعالیٰ بہت خوبیاں عنایت کرتا ہے اس اسم کے خواص دوام نعمت کیلئے عجب پرتاثیر ہیں۔ برکت نازل ہوتی ہے اور ایسی جگہ سے رزق ملتا ہے جہاں سے نشان وگمان بھی نہ ہو جس کھانے پینے کی چیز پر اس اسم کا ذکر کرے اس میں برکت ہوگی جو شخص ہر نماز کے بعد ان اسماء کا ذکر کرے وہ کبھی غریب نہ ہو۔

فقروفاقہ سے نجات

اسماء اَلْمُعْطِیْ اَلْمُغِیْثُ کے ذاکر کیلئے رزق کا چشمہ اور دنیاوی عیش کی نہریں جاری ہوتی ہیں خلاصہ یہ ہے کہ ان اسماء کی برکت سے سعادت کی زندگی اور شہادت کی موت نصیب ہوگی اگر قرض دار اس اسم کا ورد کرے تو اس کا قرض جلد ادا ہوگا۔ اس اسم کی خاصیت فقروفاقہ دور کرنے میں عجیب زود اثر ہے۔ رزق کشادہ ہوتا ہے مال بڑھتا اور کھانے پینے میں کثرت ہوتی ہے۔ واقعہ یہ ہے کہ اللہ کا ذکر بہت بڑی چیز ہے اور سب عبادتوں سے بہتر عبادت ذکر ہی ہے ہر شخص پر لازم ہے کہ دنیاداری کرتے ہوئے ہر وقت ذکر میں مشغول رہے ذکر ہمیشہ اللہ تعالیٰ کی فرمانبرداری کے خیال سے کیا جائے۔ کسی دنیاوی خیال سے ذکر کرنا مفید نہیں پایا گیا۔

وہ ملے جس کا گمان نہ ہو

جو شخص دنیا کے خیال سے خدا کا ذکر کرتا ہے تو صرف دنیا ہی اس کا حصہ ہے اور جو شخص اللہ تعالیٰ کی فرمانبرداری کے خیال سے ذکر کریگا تو اللہ تعالیٰ اس کو وہ نعمت عنایت کریں گے جو نہ کسی نے سنی نہ دیکھی اور نہ کسی کے دل میں ان کا خیال آیا۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

☆سیلان الرحم کی تکلیف☆پیٹ میں پانی☆کچی پکی نیند☆کالے پاؤں☆گود خالی ہے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** یہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

سیلان الرحم کی تکلیف

محترم حکیم صاحب! مجھے سیلان الرحم کی تکلیف ہے‘ پانی جیسا دقیق مادہ ہر وقت خارج ہوتا رہتا ہے‘ جس کی وجہ سے میں بہت کمزور ہوگئی ہوں بدن ہڈیوں کا ڈھانچہ بن کر رہ گیا ہے‘ کوئی خاص الخاص نسخہ بتائیں۔**(پوشیدہ)**

مشورہ: مازو مائی‘ پھٹکڑی اور کتھہ ہم وزن ملالیں اور تمام ادویہ کو باریک پیس لیں 4،4 رتی صبح وشام نہار منہ دودھ سے لیں‘ بے حد مفید ہے۔**غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

پیٹ میں پانی

میں ادھیڑ عمر کا آدمی ہوں‘ میرے پیٹ میں اکثر پانی بھرا رہتا ہے‘ اطباء کو دکھلایا ہے وہ اسے استسقیٰ کہتے ہیں‘ کئی دفعہ پیٹ سے پانی نکلوایا وہ پھر بھر جاتا ہے میں اس مرض کے ہاتھوں بڑا تنگ ہوں‘ کوئی اچھا سا علاج تجویز کریں۔**(نذیر احمد‘ کوئٹہ)**

مشورہ: پنڈت ٹھاکر دتہ شرما لاہور کے معروف طبیب گزرے ہیں‘ امرت دھارا بھی ان کی ایجاد ہے‘ وہ آک کے پتے لے کر ان کا پانی نچوڑتے تھے‘ آدھ کلو آک کے پتوں کا پانی لے کر ایک تولہ ہلدی باریک پیس کر ملائیں اور ہلکی آگ پر پکائیں جب وہ گاڑھی ہوجائے تو اتار لیں اور چنے کے برابر گولیاں بنالیں‘ صبح شام 2 ، 2 گولیاں 5 تولہ عرق مکوسونف اور کاسنی کے ساتھ ملا کر 40 روز استعمال کریں‘ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔**غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

آدھے سر کا درد

میری عمر 32 سال ہے اور مجھے 13 سال سے آدھے سر کا درد ہے‘ جوں جوں سورج بلند ہوتا ہے درد بڑھتا جاتا ہے میں اس کے ہاتھوں بہت تنگ ہوں‘ مجھے کوئی بہترین سا نسخہ تجویز فرمائیں۔**(عبدالرحمٰن‘ کراچی)**

مشورہ: آپ ایک بڑی چمچی باسمتی چاول لے کر آک کے دودھ میں بھگودیں۔ دودھ پیالی میں اتنا ڈالیں کہ چاولوں سے دو انگلی اوپر آجائے‘ اسے سایہ میں کچھ دن پڑا رہنے دیں کہ دودھ خشک ہوجائے‘ جب دودھ خشک ہوجائے تو اسے باریک پیس کر سنبھال رکھیں‘ جب دھوپ نکلے تو دھوپ کی طرف منہ کرکے بیٹھ جائیں اور چٹکی بھر نسوار ناک میں لیں جس طرف سر میں درد ہو اس کی مخالف جانب نسوار لینی چاہیے‘ تین‘ تین منٹ بعد خوب چھینکیں آئیں گی اور سر ہلکا ہوجائیگا۔

سفید ذرات بڑھ گئے

میرے خون میں سفید ذرات بڑھ گئے ہیں‘ رات کو کھانسی کا دورہ پڑتا ہے‘ رات بھر نیند نہیں آتی‘ چھاتی میں جکڑن محسوس ہوتی ہے‘ پسلیوں میں درد ہوتا ہے‘ شدید کھانسی آتی ہے اور سارا جسم پسینے میں شرابور ہوجاتا ہے‘ بھوک نہیں لگتی اور وزن بھی دن بدن کم ہوتا جارہا ہے۔**(فائزہ‘ لاہور)**

مشورہ: اس کیفیت کو جو آپ نے بیان کی ہے انگریزی میں EOSINOPHILIA کہتے ہیں‘ اس مرض پر بہت تحقیق کے بعد پتہ چلا ہے کہ اس میں ہلدی بہت مفید ہے‘ صبح‘ دوپہر‘ شام ہلدی باریک شدہ چھوٹی چمچ بعد غذا پانی سے استعمال کریں‘ تین ماہ تک استعمال کریں‘ اس دوا کے پہلے ہفتہ کے بعد ایوسنوفل کے تعداد 6-5 فیصد کم ہوگی‘ دوسرے ہفتہ کچھ بڑھ جائیگی‘ تیسرے ہفتہ اور کم ہوجائیگی اور انشاء اللہ تین ماہ بعد ٹھیک ہوجائیگی۔**غذا نمبر 2 استعمال کریں۔**

رنگ کالا اور سانس کا مسئلہ

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں بہت موٹی ہوں‘ میں نے سمارٹ ہونے کیلئے کیا کچھ نہیں کیا۔ ادرک اور لیموں کا قہوہ اور زیرے کا قہوہ بھی استعمال کیا تھا اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ میں سمارٹ تو نہیں ہوئی لیکن میرا رنگ کالا ہوگیا ہے۔ دو ماہ ورزش بھی کی۔ ایک گھنٹہ روزانہ چلتی ہوں۔ اب تو مجھے سانس کا مسئلہ بھی ہوگیا ہے اور میں بہت جلد تھک جاتی ہوں‘ ہر وقت سر اور کمر میں درد رہتا ہے جس کی وجہ سے میں بہت زیادہ پریشان رہتی ہوں۔**(ص،ا۔ پشاور)**

مشورہ: خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا چھ چھ گرام صبح وشام کھائیں۔ غذا میں ہائی پروٹین کھائیں۔**غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

کچی پکی نیند

میری عمر 26 سال ہے۔ غیر شادی شدہ ہوں‘ میرے ہاتھ پاؤں اور جسم ٹھنڈا رہتا ہے اور نیند کچی پکی آتی ہے۔ گہری نیند نہیں آتی میں بہت پریشان ہوں‘ کیا دودھ اور دیسی گھی استعمال کرسکتا ہوں۔**(شیراز‘ کراچی)**

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ آپ کو سوتے ہوئے سردی لگتی ہے۔ کمرے کو گرم رکھیں۔ لحاف اوڑھیں‘ دیسی مرغ کو خالص دیسی گھی میں پکا کر بنایا ہوا عمدہ شوربا روٹی کھائیں۔ چائے پی سکتے ہیں۔ انڈا کھا سکتے ہیں۔**غذا نمبر 2 استعمال کریں۔**

کالے پاؤں

میری عمر 20 سال ہے میرے پاؤں پر چپل پہننے کی وجہ سے نشان پڑ گئے ہیں جو کہ بہت برے لگتے ہیں اور پاؤں کے انگوٹھے بھی نسبتاً کالے ہوگئے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ میرے پاؤں بالکل صاف ہوجائیں۔**(ثناء‘ کوئٹہ)**

مشورہ: آپ چپل نہ پہنیں‘ ان کی جگہ نرم کاف لیدر‘ چمڑے کے کروم کے بنے ہوئے بند جوتے اور جرابیں استعمال کریں‘ کچھ مدت میں یہ نشانات ختم ہوجائیں گے۔

گود خالی ہے

اٹھتے بیٹھتے پیروں میں درد ہوتا ہے‘ ایام میں سخت تکلیف ہوتی ہے۔ رک رک کر درد سے آتے ہیں‘ کبھی جمے سیاہ خون کے لوتھڑے آتے ہیں۔ صحت روز بروز گرتی جارہی ہے۔ آٹھ سال شادی کو ہوگئے ہیں اب تک گود خالی ہے۔ مگر علاج سے فائدہ نہیں ہوتا‘ سخت پریشان ہوں۔ اب تو چہرہ پر بھی ورم آجاتا ہے۔ صبح اٹھتی ہوں تو چہرہ بہت بھاری ہوتا ہے پھر جوں جوں دن چڑھتا ہے ورم کم ہوجاتا ہے۔ یہ مرض دواؤں سے ہوا ہے۔ ہاتھ پاؤں بھی بہت جلتے ہیں۔ زبان پر کانٹے پڑتے ہیں۔**(ش،ب۔ اوکاڑہ)**

مشورہ: معجون دبیدالورد پانچ گرام صبح کھائیں‘ اوپر عرق مروقین ایک کپ پئیں۔ غذا کے بعد دوپہر رات کو ایک ایک

گولی حب کبد نوشادری کھالیں۔ غذا میں سبزیاں زیتون کے تیل میں پکا کر روٹی سے کھائیں۔ عمدہ قسم کے انگور غذا کے بعد دونوں وقت کھائیں۔ آرام کریں اور مستقل مکمل پرہیز بھی ضروری ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ اس مرض میں شدید دماغی کمزوری ہوجاتی ہے۔ خون کم ہوجاتا ہے۔ دماغ میں خون کی سپلائی پہلے کی طرح نہیں رہتی اس لیے ایسے تمام مشاغل و مصروفیات جن سے دماغ کمزور ہوتا ہے ترک کردینا چاہئیں اور کبھی کبھی عمدہ قسم کا خمیرہ ورقوں والا ایک تولہ صبح نہار منہ کھانا چاہیے۔ اس سے دماغ اور دل کو طاقت ملتی ہے۔

شاید نظر لگ گئی

میں ضلع غذر کی وادی یاسین میں رہتی ہوں' میرے بال بہت خوبصورت اور لمبے تھے' پھر میں کچھ عرصہ کراچی میں رہی' وہاں ہر کوئی مریے بال پکڑ کر دیکھتا تھا اور تعریف کرنے لگتا تھا اس طرح میرے بال اتر گئے شاید نظر لگ گئی اور میرے سر سے بال اترنا شروع ہوگئے کوئی نسخہ بتائیں کہ یہ دوبارہ اپنی اصلی حالت میں آجائیں۔ (ش،ج)

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ کراچی آکر آپ نے نت نئے صابن اور شیمپو استعمال کیے۔ آپ گاؤں میں جس طرح بال دھوتی تھیں اور جو تیل سر میں مالش کرتی تھیں اس تیل کی سر میں مالش کرتی رہیں۔ البتہ کچھ دن کے لیے سنجور کے پتوں کو پانی میں جوش دے کر اس پانی سے سر دھوئیں۔

ایک سال سے بیمار

میری عمر 17 سال ہے۔ مجھے تقریباً ایک سال سے یہ بیماری ہے کہ جب میں پیشاب کرتا ہوں تو پیشاب کرنے کے بعد جب کوئی زور کا کام کرتا ہوں یا اچھلتا کودتا ہوں تو پیشاب کپڑوں میں نکل جاتا ہے اور کپڑے ناپاک ہوجاتے ہیں جس کی وجہ سے میں نماز وغیرہ بھی نہیں پڑھ سکتا۔ کبھی کبھی بدخوابی بھی ہوتی ہے اور میرے منہ پر سفید دھبے ہیں اور ناخنوں پر بھی سفید نشان ہیں کیلشیم کی کمی ہے۔ **(منصور' حیدرآباد)**

مشورہ: نو دانے عمدہ قسم کے پاکستانی بادام رات کو پانی میں بھگودیں۔ صبح چھیل کر دانہ دانہ کرکے کھائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ فائدہ ہوجائے گا۔ غذا کے بعد ایک چمچی خالص شہد بھی کھایا کریں۔

سخت جلن ہوتی ہے

میرے شوہر کی عمر 45 سال ہے وہ پچھلے کئی سالوں سے معدے کی شدید قسم کی جلن میں مبتلا ہیں۔ خصوصاً کھانا کھانے کے بعد بہت سخت جلن ہوتی ہے۔ بعض دفعہ متلی کی کیفیت ہوتی ہے۔ گوبھی' کریلے وغیرہ سے تو سخت تکلیف ہوتی ہے' کھانا کھانے کے بعد ساری رات ڈکار آتے رہتے ہیں۔ معدے اور غذا کی نالی میں جلن سے سونا بھی محال ہے۔ **(شمائلہ' فیصل آباد)**

مشورہ: کھانے کے بعد عرق بادیان سہ آتشہ آدھی پیالی لیا کریں۔ انشاء اللہ افاقہ ہوگا۔

سخت بدبو

میری عمر اٹھارہ سال ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے پاؤں اور جرابوں سے سخت بدبو آتی ہے۔ نہادھوکر جرابیں پہنوں تو بھی چند گھنٹوں کے بعد یہ بدبو آنا شروع ہوجاتی ہے۔ سردیوں میں بھی بدبو آتی ہے لیکن گرمیاں تو ناقابل برداشت ہوجاتی ہیں۔ **(محمد ریاض' کوئٹہ)**

مشورہ: جوتے بدل دیں اور اچھے کروم کاف لیدر کے جوتے پہنیں۔ یہ پیروں کو نہیں سستے خراب چمڑے کی بو ہے۔

جگر سخت کمزور ہوگیا

ملیریا کا بخار پیچھا نہیں چھوڑتا' یہ مرض بہت پرانا ہوچکا ہے' بہت علاج کروایا وقتی طور پر کورس کرنے سے فائدہ ہوجاتا ہے مگر پھر ہوجاتا ہے' اس کا علاج کرواتے کرواتے میرا جگر خراب ہوگیا ہے۔ ٹیسٹ سے پتہ چلا کہ ہیپاٹائٹس ہوگیا ہے۔ اب میں ایک بہت اچھے دیسی حکیم سے علاج کروا رہی ہوں فائدہ معلوم ہورہا ہے مگر ورم مستقل نہیں جارہا اور معدہ و جگر سخت کمزور ہوگئے ہیں۔ **(حسینہ اکرم' لاہور)**

مشورہ: عرق ماء اللحم ملوکاسنی والا چار اونس میں دو تولہ شربت کشوث ملا کر پئیں' مگر اپنے معالج سے بھی مشورہ ضرور کرلیں۔

اللہ تعالیٰ خود بندے کو راضی کریں گے

نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جو مسلمان صبح و شام تین تین مرتبہ یہ دعا پڑھ لیا کرے تو اللہ تعالیٰ پر اس شخص کا حق بنتا ہے کہ وہ اسے قیامت کے دن راضی و خوش کردے۔ وہ دعا یہ ہے:۔ رَضِيْنَا بِاللّٰهِ رَبًّا وَّبِالْاِسْلَامِ دِيْنًا وَّبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا۔ (ترمذی) یاد رہے کہ قبر کے تین سوالوں کا جواب بھی یہی ہے۔ **(عثمان بیگ' راولپنڈی)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کھچڑی، ڈبل روٹی، کھیرے، ککڑی، پالک، مونگ کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دیسی ٹماٹر، ہرا دھنیا، سلاد، امرود، سیب، انار، تربوز، سردا، خربوزہ، حلوہ کدو، پپیتا، کیلا، چھلکا اسپغول، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ گاجر، پیٹھے کا حلوہ، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سونف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، انگور، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، شہتوت، نمک، میٹھا، خرفہ کا ساگ، بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں ہر قسم کی، دیسی انڈے، آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، نہاری، پائے، دال موٹی، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور، تازہ چھوہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، چنے بھنے، کباب، پیاز کی سلاد، تارا میرا، مچھلی، روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پستہ، چلغوزہ، کاجو، مونگ پھلی، گاجر کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، مربہ تمام قسم، جو کا ستو، بونٹ کا گوشت، کشمش، انگور، آم، گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری، کھیرا، کدو، ٹینڈے، چھوٹا گوشت، کریلے، دال مونگ، دیسی مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی، جو کا دلیہ، ساگودانہ، ہریسہ، کھچڑی، عرق سونف، عرق پودینہ، تھوڑی مقدار میں ڈبل روٹی، سادہ میدہ، آلو، میتھی، خرفہ کا ساگ، پائے، نہاری، آملیٹ، پشاوری قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، تھوڑی مقدار میں ذرا سی فروٹ، زیتون کا اچار، پھیکا دودھ، چنے بھنے، روغن زیتون، دیسی انڈے کی زردی، چھوٹا مغز

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کھچڑی، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، کیلے، ڈبل روٹی، مکھن، بن، پرہیز، کیلے کا ملک شیک، گاجر کا جوس، گنے کا تازہ رس، جو کا پانی، ابلے ہوئے چاول، مکھن، دلیہ، دیسی مرغی کی یخنی، انار، فالودہ، سیب، میٹھا، امرود، کھیرا، چھاچھ، کدو، ناریل کا پانی۔

ڈھلتی عمر میں جوانی جیسی جلد حاصل کریں

انیلہ علی، کراچی

اس کا جیم بھی جلد کو توانا کرتا ہے۔ سیب کھایئے اور فولادی طاقت حاصل کر لیجئے۔ اسی طرح آپ کی جلد کو بھی بڑھتی ہوئی عمر کے اثرات اور موسمی الرجیوں سے مدافعت کیلئے فولادی طاقت کی ضرورت ہے۔ یہ جیم آپ کا مددگار رہوگا۔

دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا ہو جو حسین نظر آنے کا شوق نہ ہو حسن قدرت عطا کرتی ہے لیکن اس کی دیکھ بھال انسان کے اپنے ہاتھ میں ہوتی ہے۔ حسن اس وقت ہی بھلا لگتا ہے جبکہ صاحب حسن کی صحت بھی اچھی ہو۔

خواتین چہرے کو بنانے سنوارنے میں بے اندازہ روپیہ صرف کرتی ہیں، بیوٹی کلینکوں کے چکر کاٹتی ہیں لیکن اپنے جسم پر داخت اور تندرستی کا خیال نہیں رکھتیں جبکہ صحت کا خیال رکھنا سب سے پہلی بات ہے صحت کی خرابی سے حسن بھی بری طرح متاثر ہوتا ہے چاند کتنا حسین ہے لیکن جب اسے گرہن لگتا ہے تو وہ بڑا بھیانک اور ڈراونا نظر آتا ہے صحت کی خرابی حسن کا گرہن ہے صرف میک اپ کسی کو حسین نہیں بنا سکتا۔ اس کیلئے مناسب جسم اور صحت کی دیکھ بھال بھی ضروری ہے۔ اس مضمون میں افزائش حسن اور صحت کو برقرار رکھنے کیلئے بڑی ہی مفید معلومات فراہم کی گئی ہے جن پر عمل کرتے ہوئے خواتین اپنے حسن وصحت کی حفاظت کرسکتی ہیں۔ اس مضمون میں پھلوں سے حسن و صحت کو برقرار رکھنے کے انمول گر بتائے گئے ہیں جن کو اپنا کر حسن وصحت کو برقرار رکھا جاسکتا ہے۔ پھل صرف اندرونی فوائد نہیں دیتے اگر انہیں بیرونی استعمال کیلئے بھی استعمال کیا جائے تو ان کے بے شمار فوائد ہیں۔

خوبانی: ہندوستان کے ہر بڑے شہر میں موجود پارلروں میں خوبانی کا ابٹن اور باڈی مساج کریمیں استعمال کی جاتی ہیں حتیٰ کہ انہوں نے خوبانی کا تیل بھی استعمال کرنا شروع کر دیا ہے۔ کسی پارلر میں چلے جایئے، آڑو، آلوچے اور خوبانی کے تیل سے باڈی مساج کرا لیجئے پھر اپنے بدن پر جھریوں اور لکیروں کے نشانات ڈھونڈتے رہیے۔ تازہ خوبانیوں کو گرائنڈ کر کے اس میں زعفران یا ہلدی شامل کر کے استعمال کریں آپ کی جلد توانا، چمکدار، صاف ستھری اور نرم و ملائم ہو جائے تو جان لیجئے کہ خوبانیوں میں عمر چھپانے کا جوہر پایا جاتا ہے اور اگر خوبانیوں کے غذائی فوائد پر نظر رکھیں تو اس میں شامل اجزاء جلد کے نئے خلیوں کی بہتر افزائش کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ انہیں کھانے سے بہت سی موسمی بیماریوں اور ماحولیاتی اثرات سے محفوظ بھی رہا جاسکتا ہے اسی طرح بیرونی استعمال سے جلد کا میل ڈھلتا ہے اور مردہ خلیوں سے نجات ملتی ہے۔ ایک بھارتی بیوٹیشن یہ بات بڑے وثوق سے کہتی ہیں کہ ہم بھارتی اب تک اس انداز کے گھریلو طور پر چٹکلوں کی مدد سے کاسمیٹکس بنا رہے ہیں اور اسے کسی بڑی فرم یا صنعت کے ذریعے فروغ نہیں دے سکے۔ اگر مستقبل میں ایسا ممکن ہوا تو ہر قسم کی جلد کیلئے مختلف پھلوں کے عرقیات اور تیلوں پر مشتمل کاسمیٹکس بنائی جائیں گی۔

آڑو کا جیم: آڑو میں وٹامن اے بی سی وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں یہ کھایا جائے تو معدے کی تیزابیت کو دور کرتا ہے اور نیا خون پیدا کرتا ہے جبکہ چہرے پر اس کا عرق لگایا جائے تو جلد نرم اور ملائم ہو جاتی ہے اور گرمی کی شدت سے ہونے والی جلدی سوزش سے نجات ملتی ہے۔

آلوچے کا ابٹن اور جیم کی شکل کے فوائد: تجرباتی طور پر آلوچے کو خشک کر کے پیسا گیا اور اس میں ہلدی پاوڈر اور لیموں کا عرق شامل کر کے استعمال کروایا گیا دیکھنے والے اس نرم، ملائم اور توانا جلد کو کم عمر اور نوجوان چہرے کی مالک سمجھ بیٹھے۔ آلوچے کے جیم کو چند منٹوں تک چہرہ پر لگا کر سادہ پانی سے دھونے کے بعد چہرے کا نکھار، جلد کے عضلات کی سختی اور شکنوں سے قطعی پاک چہرہ سامنے آیا۔ آلوچے ہر ضروری روغنیات اور تیزابی عمل کے خلاف مدافعت کرتے ہیں خواہ آپ انہیں کھائیں یا چہرے پر لگائیں یہ sebum کو کنٹرول کرتا ہے۔

سیب کا ابٹن سیب کا جیم: سیب کا جیم کھایئے جیلی میں ذائقہ شامل کیجئے یا جیم چہرے پر لگایئے۔ خال وخد کی صفائی کے مقاصد پورے ہوتے ہیں۔ خون کی گردش بہتر ہوتی ہے۔ اس کا جیم بھی جلد کو توانا کرتا ہے۔ سیب کھایئے اور فولادی طاقت حاصل کر لیجئے۔ اسی طرح آپ کی جلد کو بھی بڑھتی ہوئی عمر کے اثرات اور موسمی الرجیوں سے مدافعت کیلئے فولادی طاقت کی ضرورت ہے۔ یہ جیم آپ کا مددگار رہوگا۔

30 کا عشرہ اور جیم سیشن: ہر تیس برس کی خاتون ہر ماہ میں ایک بار جیم سیشن ضرور کریں مطلب یہ کہ پھلوں کے ابٹن اور جیم کے ماسک ضرور لگا لیا کریں۔ چالیس کے عشرے میں داخل ہونے والی خواتین مہینے میں دو بار ایسی نگہداشت کرلیا کریں۔ پچاس اور ساٹھ برس کی خواتین مہینے میں دو بار ایسی نگہداشت کرلیا کریں۔ پچاس اور ساٹھ برس کی خواتین بھی پندرہ دن میں یا اگر وقت میسر آئے تو روزانہ تیس سے چالیس منٹ تک یہ ماسک لگائیں اور جلد کی تر و تازگی لوٹالیں پھر یقیناً آپ کو گردن اور گلے کے عضلات ڈھیلے پڑنے، ماتھے پر تفکرات اور جھریوں کی شکل میں جابجا لکیروں کے نشانات نہیں ملیں گے۔

پھل صدیوں سے موجود ہیں، وسائل میسر ہوں تو ان کا استعمال بہتر نہج پر کر لینا چاہیے۔ اگر قدرت نے آپ کو مکانیت کی شکل میں کچھ رقبہ یا باغیچے کیلئے دیا ہے تو اسے ضائع کرنے کی بجائے قدرتی اور محفوظ کاشتکاری کیلئے استعمال کریں، اپنے پھل اور سبزیاں گھروں ہی میں لگا لیا کریں۔ اپنے حسن و صحت کی تکمیل اپنے ہی بل پر اور اپنے تمام تر وسائل کے بروئے کار لانے سے کیوں ممکن نہیں؟ آزما کر تو دیکھیں!

آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے دور کرنے کیلئے

آنکھوں کے گرد آپ کو خصوصی توجہ دینی چاہیے کیونکہ یہ جسم کا انتہائی نازک حصہ ہوتا ہے اور آنکھوں کے اردگرد کی جلد خشکی سے بہت زیادہ متاثر ہوتی ہے اس لیے وہ جگہ سب سے پہلے سیاہ پڑ جاتی ہے اور آنکھوں کی ساری خوبصورتی غارت ہو کر رہ جاتی ہے۔ رفتہ رفتہ اس پر جھریاں پڑنا شروع ہو جاتی ہیں۔ جھریوں کو روکا جاسکتا ہے وہ اس طرح کہ جب پہلے پہل سیاہ حلقے نظر آنا شروع ہوں تبھی سے ان کے تدارک کی فکر شروع کر دیں۔ اس کیلئے آپ کو چاہیے کہ آلمنڈ لینولین کریم یعنی بادام کی خاصیت والی کریم کو آنکھوں کے اندرونی گوشوں سے باہر کی جانب لگائیں اور رات کو بستر پر جانے سے پہلے پانی میں روئی بھگو کر اس کو صاف کر دیں۔ اس کو صاف نہ کرنے کی وجہ سے آنکھوں پر ورم بھی آسکتا ہے کیونکہ آنکھوں کے گرد تمام جلد بے حد حساس ہوتی ہے۔ اس لیے آنکھوں کے اطراف آٹھ گھنٹے کریم کو مسلسل مت لگی رہنے دیں۔ بادام میں قدرتی بلیچ کی خاصیت موجود ہے۔ اس وجہ سے آنکھوں کے گرد حلقے نہایت سرعت سے غائب ہونا شروع ہو جائیں گے مگر کچھ عرصہ متواتر یہی عمل کرنا ہوگا۔ ایک وہ مرتبہ کا عمل کافی نہیں ہوتا۔ اس لیے کہ اس میں موجود لینولین جلد میں چکنائی کی کمی کو پورا کرے گی۔ یہ کریم اگر ہونٹ سیاہی مائل ہو گئے ہیں تو بھی بہت مفید ثابت ہوگی۔

رشیدہ خانم' لاہور

سورۂ کوثر کے وظیفے سے کامیابی اور برکات

گھر میں صرف220روپے تھے جو میں نے ترکاری پکانے کیلئے رکھے تھے وہ پھر میں نے اپنے شوہر کو دے دیئے کہ گاڑی میں گیس بھروالیں میں نے کھانے کی پروا نہ کی۔ جب تسبیح خانے گئے تو پتا چلا کہ کشف المحجوب تو اگلے اتوار کو ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے کاروبار کی بندش کیلئے سورۂ کوثر پڑھنے کیلئے دی تھی جو ہم میاں بیوی باقاعدگی سے ادب واحترام کے ساتھ پڑھ رہے ہیں' سورۂ کوثر کے حوالے سے دو واقعات گزرے ہیں اور ایسے ناقابل یقین واقعات ہیں کہ انہوں نے مجھے اتنا متاثر کیا کہ میں لکھنے پر مجبور ہوگئی ہوں۔

پہلا واقعہ: ٹھیک رات دس بجے میری بیٹی KIPS اکیڈمی سے پڑھ کر KIPS VAN پر آتی ہے' ایک تو میری بیٹی واپسی پر بیل پر بیل دیتی ہے اوپر سے وین بھی ہارن دیتی ہے جس کی وجہ سے مجھے بہت زیادہ کوفت ہوتی ہے' اسی لیے میں دروازے پر ہی پانچ منٹ پہلے کھڑی ہوجاتی ہوں ایک دن مجھے سردی سے بخار ہوگیا' میں نے اپنے شوہر سے کہا کہ وہ ٹھیک ٹائم پر دروازے پر چلے جائیں شاید شوہر صاحب بھول گئے اور وہ باوضو مصلے پر بیٹھ کر سورۂ کوثر کا ورد کررہے تھے' میں نے دیکھا کہ دس بج گئے مجھے شدید غصہ آ گیا میں پھر بولنا شروع ہوگئی کہ وقت دیکھ کر پڑھائی شروع کرتے کیونکہ جب میاں صاحب پڑھائی شروع کرتے ہیں تو بالکل ہی بہرے ہوجاتے ہیں' کچھ نہیں سنتے نہ دیکھتے ہیں۔ ساتھ ہی وین کی آواز آئی میں بستر سے ابھی اٹھی ہی تھی کہ دیکھا کہ بیٹی کمرے میں داخل ہورہی ہے میں نے پوچھا کہ دروازہ کس نے کھولا اس نے بتایا کہ جب میں آئی تو تایا دروازے میں کھڑے تھے وہ تایا جو کبھی بیل پر اٹھ کر دروازہ نہیں کھولتے کسی سے بات نہیں کرتے' آج ٹھیک ٹائم پر جا کر دروازہ پر کھڑے ہوگئے اور میری بیٹی کے آنے پر دروازہ کھول دیا اور بعد میں دوبارہ بند کر کے تالے بھی لگا دیئے۔ مجھے تو پہلے یقین نہیں آرہا تھا کیونکہ یہ میرے لیے بہت ہی حیران کن بات تھی۔

دوسرا واقعہ: جمعرات کی 29 تاریخ کو ہم درس پر آئے تھے جب آپ نے صحرا کے واقعات بتائے تھے اور آپ نے حلقہ کشف المحجوب کے بارے میں بتایا تھا کہ اتوار کو ہے تاریخ ہم نے نہ سنی ہم سمجھے کہ اسی اتوار کو جانا ہے۔ شوہر صاحب نے صبح ہی اعلان کر دیا کہ میں نے جانا ہے' اب ٹائم کا معلوم نہ تھا کہنے لگے میں عصر پر چلا جاؤں گا جب بھی ہوگا اٹینڈ ہوجائے گا۔

گھر میں صرف 220 روپے تھے جو میں نے ترکاری پکانے کیلئے رکھے تھے وہ میں نے اپنے شوہر کو دے دیئے کہ گاڑی میں گیس بھروالیں میں نے کھانے کی پروانہ کی۔ جب تسبیح خانے گئے تو پتا چلا کہ کشف المحجوب تو اگلے اتوار کو ہے تو شوہر صاحب نے سوچا کہ چلو آئے تو ہیں نماز ادھر ہی پڑھ لوں اور شاید حضرت حکیم صاحب کا دیدار ہوجائے' شوہر صاحب کہنے لگے میں نے یہ سوچ کر اگلی صف میں نماز ادا کی کہ حکیم صاحب کا دیدار ہوجائے اچانک حکیم صاحب نماز پڑھانے آئے اور ایک نظر گھوم کر سب پر ڈالی میری تمنا پوری ہوگئی کیونکہ محترم حکیم صاحب نے فرمایا تھا کہ اچھی نظر بھی ہوتی ہے بس اسی نظر کی ضرورت ہوتی ہے۔ شوہر صاحب کہتے ہیں کہ میری جیب میں صرف سو روپے تھے جو میں نے سوچ کر رکھ لیے تھے کہ بیٹا کافی دنوں سے مچھلی مانگ رہا ہے اس کیلئے کوئی چھوٹا ٹکڑا مزنگ مچھلی والے سے لے لوں گا۔ شوہر صاحب نے جب جیب میں ہاتھ ڈالا تو وہ سو کی بجائے پانچ سو کا نوٹ نکلا۔ شوہر کہتے ہیں کہ میں گھبرا گیا اور حیران بھی ہوا۔ قصہ مختصر یہ کہ میں نے ترکاری کے 200 روپے شوہر کو دے دیئے گھر کی روٹی کا نہ سوچا' شوہر نے فوراً واپسی کا نہ سوچا اور نماز وہیں تسبیح خانے میں ادا کی۔ میرے شوہر گھر آئے سب کے لیے مچھلی لائے نان لائے' دونوں بچوں نے پیٹ بھر کر کھانا کھایا' مچھلی کھانے کی بچوں کو جو تڑپ تھی وہ پوری ہوئی' ہم میاں بیوی نے بھی مچھلی پیٹ بھر کر کھائی اس کے باوجود مچھلی بچ گئی' یہ تھی سورۂ کوثر اور مرشد کی نظر کرم اور اچھی نظر کہ مرشد کا دیدار بھی ہوا اور بہترین کھانا بھی کھایا۔

اگر پاؤں میں موچ آجائے تو۔۔۔؟

اگر پاؤں میں موچ آجائے تو بینگن کو قتلے قتلے کاٹ لیں' ہلکا گرم کر کے ذرا سا نمک لگا کر پاؤں پر باندھ لیں' موچ فوراً ختم ہوجائے گی یہ سنیاسی نسخہ ہے اور ہم گھر پر اکثر استعمال کر چکے ہیں بہت ہی فائدہ ہوا ہے۔

(مسز سید اعجاز شبیر بخاری' تلہ گنگ)

مولانا وحیدالدین خان

سوچ کا فرق

اس دنیا میں کیچڑ بھی ہے اور یہاں ستارے بھی ہیں' یہ دیکھنے کی بات ہے کہ کون شخص کس چیز کو دیکھتا ہے اور کون شخص کس چیز کو

فریڈرک لینگ برج انگریزی کا ایک شاعر ہے وہ 1849ء میں پیدا ہوا۔ 1923ء میں اس کی وفات ہوئی۔ اس کا ایک شعر ہے کہ رات کے وقت دو آدمی جنگلہ کے باہر دیکھتے ہیں ایک شخص کیچڑ دیکھتا ہے اور دوسرا شخص ستارہ:

Two men look out through the same bars

One see the mud, and one the stars

یہی بات ایک فارسی شاعر نے زیادہ بہتر طور پر اس طرح کہی کہ میرے اور تمہارے درمیان جو فرق ہے وہ سننے کا فرق ہے۔ ایک آواز آتی ہے تم اس کو دروازہ بند کرنے کی آواز سمجھتے ہو اور میں سمجھتا ہوں کہ وہ دروازہ کھلنے کی آواز ہے:

تفاوت است میاں شنیدن من وتو

تو غلق باب ومنم فتح باب می شنوم

درخت میں کانٹے کے ساتھ پھول بھی ہوتا ہے۔ یہی حال انسانی سماج کا ہے۔ سماجی حالات بظاہر خواہ کتنے غیر موافق ہوں۔ ہمیشہ اس کے اندر موافق پہلو بھی ساتھ ساتھ موجود رہتا ہے۔ ایک شخص جو چیزوں کو صرف ظاہری طور پر دیکھنے کی نگاہ رکھتا ہو وہ سطحی چیزوں کو دیکھے گا اور زیادہ گہرے پہلوؤں کو دیکھنے میں ناکام رہے گا۔ مگر جو شخص گہری نظر رکھتا ہو وہ زیادہ دور تک دیکھے گا اور ناموافق پہلو کے ساتھ موافق پہلو کو دریافت کرنے میں کامیاب ہوجائے گا۔

اس دنیا میں کیچڑ بھی ہے اور یہاں ستارے بھی ہیں' یہ دیکھنے کی بات ہے کہ کون شخص کس چیز کو دیکھتا ہے اور کون شخص کس چیز کو۔ ایک ہی آواز ہے۔ مگر نادان آدمی اس کو دیکھ کر یہ سمجھ لیتا ہے کہ دروازہ بند ہوگیا اور دانش مند آدمی سمجھتا ہے کہ دروازہ اس کیلئے کھول دیا گیا ہے۔ تمام مسائل ہمیشہ ذہن میں پیدا ہوتے ہیں اور ذہن کے اندر ہی ان کو ختم کیا جاسکتا ہے' بشرطیکہ آدمی کے اندر صحیح سوچ کا مادہ پیدا ہوجائے۔

حقیقت یہ ہے کہ یہ دنیا عقل کا امتحان ہے' جو شخص اپنی عقل کو استعمال کریگا وہ اپنے لیے راستہ پالے گا اور جو شخص عقل کو استعمال نہیں کریگا اس کیلئے بربادی کے سوا کوئی انجام مقدر نہیں۔ سمندر میں موجوں کے تھپیڑے ہیں جو شخص سمندر میں اپنی کشتی چلانا چاہے وہ مجبور ہے کہ موج اور طوفان کا مقابلہ کرتے ہوئے اپنی کشتی مطلوبہ منزل کی طرف لے جائے۔

بیٹی کی پیدائش کا ذمہ دار، مرد یا عورت

ڈاکٹر شاہنواز، لاہور

اب آپ خود دیکھ سکتے ہیں کہ لڑکا نہ پیدا کرنے میں عورت بے چاری بے قصور ہے کیونکہ اس کے پاس دونوں xx ہیں جو صرف لڑکی پیدا کر سکتے ہیں جبکہ مرد کے پاس xy ہیں اور مرد کا y ہی عورت کے x کے ساتھ مل کر لڑکا پیدا کرسکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے دنیا کی پیدائش کے بعد حضرت آدم علیہ السلام اور حضرت اماں حوا علیہ السلام کی پیدائش کی اور ان کو دنیا میں بھیجا اور پھر ان سے نسل انسانی کا آغاز ہوا۔ جب سے نسل انسانی کا آغاز ہوا ہے اس وقت سے آج تک کے زمانہ جدید میں بھی لڑکوں کو لڑکیوں پر فوقیت دی جاتی ہے۔

ہندو آج تک بیٹی پیدا ہونے پر اس کو زندہ دفن کر دیتے ہیں۔ اگر ہم آپ ﷺ کے زمانہ میں بھی دیکھیں تو اس وقت کے کفار میں بھی یہ عام رواج تھا کہ بیٹیوں کو زندہ درگور کر دیا جاتا تھا۔ آج اگر پاکستان میں آپ دیکھیں تو اکثر اخبارات میں آپ کو اس طرح کی خبریں ملیں گی کہ ساس نے باقی رشتہ داروں کے ساتھ مل کر یا شوہر نے اپنی بیوی کو پہلی یا دوسری تیسری بیٹی کی پیدائش پر زندہ جلا دیا یا قتل کر دیا۔

آخر ہم لوگ یہ کیوں نہیں سوچتے کہ ہمارے پیارے رسول نبی کریم ﷺ بھی بیٹیوں کے باپ تھے جن سے آپ ﷺ کو شدید محبت تھی اور حضرت فاطمۃ الزہراہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا تو خاتون جنت ہیں اور جنت کی عورتوں کی سردار ہیں۔ آپ ﷺ کے صاحبزادے تو پیدائش کے کچھ عرصہ بعد ہی وفات پا گئے تھے۔

اب دیکھنا یہ ہے کہ بیٹے یا بیٹی کی پیدائش کا ذمہ دار کون ہے اسلامی نقطہ نظر میں تو یہ تمام معاملہ اللہ تعالیٰ کا ہے اللہ تعالیٰ جس کو چاہے بیٹا دیں جس کو چاہیں بیٹی دیں لیکن اگر ہم سائنسی نقطہ نگاہ سے دیکھیں تو سائنس بیٹے کی پیدائش میں عورت کو مکمل طور پر بے قصور قرار دیتی ہے چونکہ بیٹے کی پیدائش کیلئے جس کروموسوم کی ضرورت ہوتی ہے وہ عورت کے نہیں مرد کے خلیے میں ہوتا ہے آئیں دیکھتے ہیں وہ کس طرح......!

مرد کے ایک خلیہ میں 23 کروموسومز ہوتے ہیں جن میں 22 جو ہیں وہ xx ہیں اور ایک sex کروموسوم xy ہوتا ہے یہ جوڑوں کی شکل میں ہوتے ہیں۔ یہ ایکس اور وائی کروموسومز جرم سیلز کی ایک مخصوص خاصیت ہے جو بعدازاں جنین یا فیٹس میں سیکس کی نوعیت کا تعین کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ سومیٹک سیل کی تقسیم میں نوزائیدہ خلیوں میں کروموسومز کی اتنی تعداد ہوتی ہے جتنی کہ پیرنٹ سیل میں تھی کیونکہ 23 جوڑے دو برابر حصوں میں تقسیم ہوتے ہیں اور پھر آدھے جوڑے ایک خلیے اور آدھے جوڑے دوسرے خلیے میں منتقل ہوجاتے ہیں اس کے برعکس جرم سیل میں ہیٹروٹپی کل ڈویژن میں ہر ایک 23 جوڑے دو گروپ بنا دیتے ہیں جن میں آدھے آدھے کروموسومز ہوتے ہیں یعنی پہلے والے سیل کے برعکس نوزائیدہ خلیوں میں کروموسومز کی تعداد 23 ہوگی۔ مردوں میں اس طرح پرائمری سپر میٹوسائٹ سے جو دو خلیے بنیں گے ان میں سے ایک کے اندر تو 23 کروموسومز X+22 ہوں گے یعنی سیکنڈری اواوسائٹ میں جبکہ دوسرے خلیے میں بھی اسی طرح 23 کروموسومز X+22 ہوں گے لیکن چونکہ یہ فرسٹ پولر باڈی ہوگی اس کی اہمیت نہیں ہے چونکہ ہر ایک سیکنڈر سپر میٹوسائٹ سے دو سپر میٹیڈز بنتے ہیں اس لیے دو سپر میٹوسائٹس سے چار سپر میٹڈز بنیں گے۔ ہر میچور اووم میں اور ہر میچور سپرم میں پرائمری اواوسائٹ اور پرائمری سپر میٹو سائٹ کی نسبت کروموسومز کی تعداد آدھی رہ جاتی ہے جب ایک میچور سپرم کے ساتھ جو اپنے اندر 23 کروموسومز رکھتا ہے مل کر زائیگوٹ بناتا ہے تو کروموسومز کی کل تعداد 46 ہوجاتی ہے جو انسانوں کی نسل کا خاص وصف ہے اس سے یہ بھی واضح ہوا کہ زائیگوٹ میں ماں اور باپ دونوں کی طرف سے آدھے آدھے کروموسومز شامل ہوتے ہیں میل اور فی میل سیلز کی نشوونما کے مرحلے کے دوران میں کروموسومز کا آدھا رہ جانا ایک بہت اہم چیز ہے۔

عورت میں بھی 23 کروموسز خلیہ ہوتے ہیں جن میں 22 جو میں وہ xx ہیں اور ایک sex کروموسوم xx یعنی عورت کے پاس تمام x کروموسوم ہیں جبکہ مرد کے پاس جو ایک y کروموسوم ہے وہی لڑکا پیدا کرنے کا باعث بنتا ہے۔

جب میاں بیوی آپس میں ملتے ہیں تو مرد اور عورت کے کروموسومز جو کل 46 بنتے ہیں مل کر اولاد پیدا کرنے کا باعث بنتے ہیں اب یہ دیکھتے ہیں کہ لڑکا یا لڑکی کس طرح وجود میں آتے ہیں لڑکا یا لڑکی بننے کا باعث مرد کے ایک کروموسومز کا جوڑا x y بنتا ہے جبکہ عورت کے sex کروموسومز ایک جوڑا xx بنتا ہے۔

اگر مرد کا x اور عورت کا x کروموسومز ملیں گے تو لڑکی پیدا ہوگی۔ اگر مرد کا y اور عورت کا x ملیں گے تو لڑکا پیدا ہوگا۔

اب آپ خود دیکھ سکتے ہیں کہ لڑکا نہ پیدا کرنے میں عورت بے چاری بے قصور ہے کیونکہ اس کے پاس دونوں xx ہیں جو صرف لڑکی پیدا کر سکتے ہیں جبکہ مرد کے پاس xy ہیں اور مرد کا y ہی عورت کے x کے ساتھ مل کر لڑکا پیدا کرسکتا ہے۔

امید کرتا ہوں کہ میرا یہ مضمون پڑھ کر بہت سے لوگوں کو سمجھ آ گئی ہوگی اور خواتین کے ساتھ تشدد کے واقعات میں کمی آئے گی۔

لڑکا پیدا ہونے کا یقینی نسخہ

لڑکا پیدا ہونے کا یقینی نسخہ جو 100 فیصد مجرب ہے یہ استعمال کریں، یقینا لڑکا ہی پیدا ہوتا ہے طب کی پرانی کتابوں سے حاصل کیا ہے۔ ''مور'' کے پروں میں ایک چاند کی مانند دائرہ ہوتا ہے وہ قینچی سے کاٹ لیں وزن 4 تولہ ہو، باتھو بوٹی عام طور پر گندم کے کھیت میں ہوتی ہے گندم کے ساتھ ہی اگتی ہے اس کا ساگ پکا کر کھایا جاتا ہے، 3 سالہ پرانا گُڑ 10 تولہ لیں۔ باتھو بوٹی کو کوٹ کر یا ابال کر پانی نکالیں پھر گڑ اور پانی آگ پر پکائیں۔ پھر مور کے پروں پر وہ چاند جو کاٹ کر رکھا باریک کریں پھر گڑ ملے باتھو کے پانی میں ڈال کر خوب کوٹیں جب بالکل یکجان ہوجائے تو چنے کے دانے کے برابر گولیاں بنا کر حمل کے دوسرے ماہ شروع ہوتے ہی ایک گولی متواتر صبح دو ماہ تک دودھ کے ہمراہ کھلاتے رہیں۔ خدا کے فضل سے لڑکا ہی ہوگا۔

ہوشیار رہیں......!

بارہا یہ شکایات موصول ہورہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org
facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042)-37552384, 37597605۔ **نوٹ:** عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

وضو میں اعضاء کو دھونا اور جدید سائنس کی روشنی میں

ثناء ستار، چکوال

جسم کے اس حصے کے خشک رہنے کی وجہ سے بعض اوقات ان رگوں میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے جس سے بہت سی جسمانی اور نفسیاتی پیچیدگیاں جنم لیتی ہیں لہٰذا ماہرین کی رائے میں دن کے مختلف اوقات میں گردن کی پشت کو متعدد بار تر کیا جانا چاہیے۔

چہرہ دھونا: وضو کرتے وقت چہرہ دھونے سے بھنویں پانی سے تر ہو جاتی ہیں اور میڈیکل اصول کے مطابق بھنویں تر کرنے سے آنکھوں کے ایسے امراض کے امکانات کم ہو جاتے ہیں جس سے آنکھ کے اندر رطوبت اجاجیہ کم یا ختم ہو جاتی ہے اور مریض آہستہ آہستہ بصارت سے محروم ہو جاتا ہے، چہرہ دھونے سے چہرے زیریں جلد کے نیچے غدودوں پر مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں اور ناک اور سانس کی بیماریوں سے حفاظت ہوتی ہے ایک چینی آئیوٹیکیو کی تحقیق کے مطابق چہرہ دھونے سے پیٹ چھوٹی آنت، سینہ بڑی آنت وغیرہ پر بھی اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں جس کی بدولت آشوب چشم، چکر آنا، کمزوری، دانتوں کی کمزوری، سر درد، تھکاوٹ، اسہال اور گھبراہٹ وغیرہ میں نمایاں کمی ہوتی ہے۔ چہرے کے عضلات میں چمک اور جلد میں نمی اور لطافت پیدا ہو جاتی ہے گرد و غبار صاف ہو کر چہرہ روشن، پرکشش اور بارعب ہو جاتا ہے، دوران خون میں کمی بیشی مناسب اور معتدل ہو جاتی ہے، آنکھوں کے عضلات کو تقویت ملتی ہے، چمک غالب آجاتی ہے، آنکھیں پرکشش خوبصورت اور پرخمار ہو جاتی ہیں، چہرے پر تین بار ہاتھ پھیرنے سے دماغ بھی پرسکون ہو جاتا ہے۔

کہنیوں تک ہاتھ دھونا: فن سرجری و جراحی کے ماہرین جانتے ہیں کہ اکمل آگ جس کا ایک نام ''نہر البدن'' بھی ہے دل، جگر اور جلدی بیماریوں کے رفع کرنے اور تصفیہ خون کیلئے اسی رگ کا خون نکالنا تجویز کیا جاتا ہے اور کہنی کے برابر اسی رگ پر نشتر لگا کر خون نکالا جاتا ہے کیونکہ اس جگہ یہ رگ ظاہر بھی ہوتی ہے اور باہر بھی، نیز دل و جگر کے ساتھ پانی کے مثبت اثرات پورے بدن پر اثر کرتے ہیں۔ اس طرح کہنیوں تک ہاتھ دھونے سے نہ صرف جسمانی بیماریوں سے افاقہ ہوتا ہے بلکہ نفسیاتی ذہنی کمزوری، بے جا خوف وغیرہ میں بھی نمایاں کمی ہوتی ہے اس عمل سے آدمی کا تعلق براہ راست سینے کے اندر ذخیرہ شدہ روشنیوں سے قائم ہو جاتا ہے اور اس نور کا ہجوم ایک بہاؤ کی شکل اختیار کر لیتا ہے اس طرح ہاتھ دھونے سے ہاتھ کے عضلات پاک مضبوط اور طاقتور بن جاتے ہیں۔

سر کا مسح: سر پر ہاتھ پھیرنے سے بالوں پر چڑھا ہوا گرد و غبار صاف ہو جاتا ہے یوں دن میں پانچ مرتبہ دماغ کو ہلکی ٹھنڈک کا غسل دینے سے کھوپڑی کے اندر ڈھکے ہوئے دماغ کو تسکین ملتی ہے، سر انسان کے تمام عضلات میں نہ صرف سب سے زیادہ اہمیت رکھتا ہے بلکہ تمام افعال کا تعلق بھی دماغ ہی سے ہوتا ہے وضو سے دماغ میں ارتعاشات طاقتور ہونے لگتی ہیں۔ سر کے مسح سے چکر، زکام، نیند کی کمی وغیرہ میں افاقہ ہوتا ہے سر کے بال انسان کے اندر انٹینا کا کام کرتے ہیں آدمی کا اطلاعات کا خزینہ ہے، ہمارا کھانا، پینا، خوشی، نیند اور غم وغیرہ کے جذبات کے متعلق کوئی اطلاع ہو، دماغ کو فراہم کرنا ضروری ہے توجہ طلب بات یہ ہے کہ وضو میں سر کے مسح کے وقت ہمارا ذہن سر کے پیدا کرنے والے کی ذات میں مرکوز ہو جاتا ہے۔

کانوں کا مسح: وضو میں گردن کا مسح کرنے سے جسم کو ایک خاص توانائی نصیب ہوتی ہے جس کا تعلق ریڑھ کی ہڈی کے اندر حرام مغز اور تمام جسمانی جوڑوں سے ہے کیونکہ جب کوئی نمازی گردن کا مسح کرتا ہے تو ہاتھوں کے ذریعے برقی رو نکل کر حبل الورید ذخیرہ ہو جاتی ہے اور ریڑھ کی ہڈی سے گزرتے ہوئے جسم کے پورے اعصابی نظام کو تقویت بخشتی ہے یہ وہی حبل الورید ہے جس کو ''رگ جاں'' بھی کہتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ ''میں رگ جاں'' سے زیادہ قریب ہوں، گردن کا مسح کرنے سے بڑھاپے میں رعشہ (سر ہلتے رہنا) کی شکایت نہیں ہوتی کیونکہ جہاں گردن کا مسح کیا جاتا ہے وہیں میڈولا ہوتا ہے، پانی سے تر ہاتھ لگانے سے وہاں خون کی گردش تیز ہو جاتی ہے اور میڈولا میں لچک برقرار رہتی ہے گردن اور کانوں کی پشت پر ٹھنڈا ہاتھ پھیرنے سے ان کے اعصاب مضبوط ہوتے ہیں اور تکان دور ہوتی ہے۔ گردن کا مسح کرنے سے لولگنا اور گردن توڑ بخار کا خاتمہ ہو جاتا ہے چونکہ انسان کے دماغ سے سگنل پورے جسم میں جاتے ہیں جس سے ہمارے تمام اعضاء کام کرتے ہیں لہٰذا دماغ سے بہت سی رگیں بن کر آرہی ہیں جو ہماری گردن کی پشت پہ ہوتی ہیں جو پورے جسم کو جاتی ہیں جسم کے اس حصے کے خشک رہنے کی وجہ سے بعض اوقات ان رگوں میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے جس سے بہت سی جسمانی اور نفسیاتی پیچیدگیاں جنم لیتی ہیں لہٰذا ماہرین کی رائے (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

پوشیدہ

رمضان میں روزانہ روٹیاں بناتے وقت پہلی یا دوسری روٹی پر ''اللہ'' ''محمدؐ'' اور ''احمدؐ'' کے لفظ لکھے جاتے رہے۔

رمضان المبارک اپنی رحمتیں لٹاتا ہوا رخصت ہوا اور پتا بھی نہ چلا، کتنی جلدی دن گزر گئے، پہلی شب اڑھائی بجے آنکھ کھلی تو میری نظر سیدھی آسمان پر گئی چند منٹ بعد یوں محسوس ہوا جیسے آسمان گھوما ہو، ایک لمحے کی بات تھی پھر تمام ستارے اپنی جگہ پر آ گئے، ان کی چمک میں یکدم اضافہ ہو گیا۔ رمضان میں روزانہ روٹیاں بناتے وقت پہلی یا دوسری روٹی پر ''اللہ'' ''محمدؐ'' اور ''احمدؐ'' کے لفظ لکھے جاتے رہے۔ ایک روز ''محمدؐ'' کے ساتھ ''مدنی'' لکھا گیا۔

رمضان کے مہینے میں تہجد سے پہلے ہی بیدار ہو جاتی اور آسمان کو تکتی رہتی اس کی وجہ یہ ہے کہ ستاروں کا جھرمٹ عین میری چارپائی کے اوپر ہوتا اور میں اس میں لکھے ''ص'' کو صاف پڑھ سکتی تھی۔ اس کو دیکھ کر عجیب طمانیت کا احساس ہوتا پھر اس وقت اللہ تعالیٰ کی رحمت خاص قطروں کی صورت میں مجھ پر برسنے لگتی۔

اگرچہ رمضان میں یہ روزانہ نہیں ہوتا تھا، عید کے روز روٹیاں پکاتے ہوئے ایک روٹی پر بڑا سا ''ص'' لکھا گیا وہ ایک طرف رکھ دی اور بعد میں خود کھائی، دوسرے دن پھر یہی حرف لکھا گیا۔ عید کے تیسرے دن دو بجے آنکھ کھل گئی، ستاروں کو دیکھا اور پھر جلدی آنکھ لگ گئی چند منٹ بعد اٹھی تو قطرے ایک ایک کر کے مجھ پر گر رہے تھے۔

صبح سے سوچ رہی ہوں کہ عقل نام کی شے تو مجھ میں ہے ہی نہیں یہ میری امی بھی کہتی تھیں مگر آپ سے بیعت کر کے میں نے عقلمندی کا ثبوت دیا ہے۔

رمضان میں اکثر اوقات نماز پڑھنے کے بعد یا لیٹتے وقت ''اللہ تعالیٰ کے گھر خانہ کعبہ اور اس کے حبیب ﷺ کے روضہ اقدس ''گنبد خضریٰ'' کے ہیولے آنکھوں کے سامنے آتے رہے۔ اب تو یہ بھی ہوتا ہے کہ گنبد خضریٰ کے ساتھ والا مینار بھی نظر آتا ہے۔ دل کو بہت سکون اور خوشی ملتی ہے۔ میرے حق میں دعائے خیر کیجئے گا کہ وہاں جا کر بھی یہ نظارے میری قسمت میں اللہ لکھ دے۔ آمین ثم آمین۔

تاخیر کی شادی اور پیچیدہ مسائل

محمد عبداللہ، کراچی

حضور سرور کونین ﷺ نے فرمایا جس کا مفہوم ہے کہ ''قیامت کے نزدیک زنا آسان اور نکاح مشکل ہو جائے گا'' آج کل ماں باپ یہ سوچتے ہیں کہ جب تک لڑکا اپنے پاؤں پر کھڑا نہیں ہو جائے گا تب تک اس کی شادی نہیں کرنی

انسان کو زندگی گزارنے کیلئے بنیادی ضروریات کا اللہ نے محتاج بنایا ہے' مثلاً بھوک مٹانے کیلئے کھانا' پیاس بجھانے کیلئے پانی' سانس لینے کیلئے ہوا اور انسان آگ' پانی' ہوا اور مٹی کا محتاج ہے اور اگر کوئی ان بنیادی چیزوں کا انکار کرے تو وہ انسان دنیا میں نہیں رہ سکتا۔ انسان ہر راستہ کے اندر ہر عمر کے اندر ہر موڑ کے اندر محتاج ہے' بچپن میں ماں' باپ کا کھلانے پلانے میں دین میں علماء صلحاء کا اگر دکان داری کرتا ہے تو دکان چلانے والوں کا' تاجر ہے تو تجارت والوں کا اگر ان ضروریات کو انسان نظرانداز کر دے تو اس کو لوگ احمق اور بیوقوف کہیں گے اور اس طرح جوان ہونے کے بعد جوانی کے تقاضے ہیں اور ان کو ساتھ لے کر چلنے کا بھی۔ جوان ہو تو اپنا جیون ساتھی کا محتاج ہے چاہے کوئی مرد ہو یا عورت ہو کیونکہ یہ تقاضا اللہ نے رکھا ہے۔ میرے اور آپ کے ختم کرنے سے ختم نہیں ہوتا کیونکہ شہوت جوانی میں ہی آتی ہے اور اس سے مراد یہ ہے کہ لڑکا اور لڑکی جوان ہیں ان کیلئے کوئی جیون ساتھی کی تلاش کرنا ماں باپ کے ذمہ ہے۔

شادی مشکل زنا آسان: آج کے اس ترقی یافتہ دور کے اندر جہاں ہر طرف نفسانفسی ہے اور ہر کوئی اپنی دھن میں مگن اور نہ کوئی کسی کی فکر کرتا ہے اور نہ کوئی اپنی ذمہ داریوں پر کان دھرتا ہے۔ میں ایسے کئی نوجوانوں کو جانتا ہوں جو جوان ہوئے ماں باپ نے خیال نہ کیا اور وہ غلط راہوں پر چل نکلے اگر میں ایک ایک کے بارے میں لکھوں تو شاید کتاب تیار ہو جائے۔ آج کل شادی مشکل......زنا آسان ہے۔

دیر سے شادی کرنے کے مسائل: حضور سرور کونین ﷺ نے فرمایا جس کا مفہوم ہے کہ ''قیامت کے نزدیک زنا آسان اور نکاح مشکل ہو جائے گا'' آج کل ماں باپ یہ سوچتے ہیں کہ جب تک لڑکا اپنے پاؤں پر کھڑا نہیں ہو جائے گا تب تک اس کی شادی نہیں کرنی یا شادی کے ناممکن کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ لڑکا اپنی شادی کا سارا خرچہ خود کرے اور ہر وہ رسم کرے جو ہم کہیں تو شادی ممکن ہو گی ورنہ ناممکن ہے اور بعض ماں باپ اس لیے شادی نہیں کراتے کہ بچہ کما رہا ہے اور ہمیں دے رہا اگر اس کی شادی کر دی تو وہ ہمیں پیسہ دینا کم کر دے گا اور ہمارے جو فضول کے اتنے خرچ ہیں وہ ہمیں کون دے گا اگر وہ غلط راہوں پر نکلتا ہے تو پھر روتے ہیں کہ بچہ نافرمان ہو گیا اور ایسی غلط حرکتوں میں لگ گیا ہماری پرواہ نہیں ہے یہ سب باتیں ماں باپ سمجھتے ہیں کہ بچے کی ضرورت ہے یعنی جو کہ اللہ نے رکھ دی اور اس کی اختیاری نہیں جیسا کہ جب بچہ چھوٹا ہوتا ہے تو ماں باپ کو کوئی بتاتا نہیں کہ بچہ کا کھانا' پینا' نہلانا آپ کے ذمہ ہے اور وہ اپنی ذمہ داری کو بخوبی نبھاتے ہیں ایسے ہی بچہ جب جوان ہوتا ہے تو اس کی کیا ضرورت ہے؟ یہ سمجھنا بھی ماں باپ کے ہی ذمہ ہے کہ اب بچہ جوان ہو گیا ہے اور اب شادی اس کی ضرورت ہے وہ ہم پوری کریں تاکہ یہ بچہ ایسے ہی ہنسی خوشی زندگی گزار سکے۔

آج کل ترقی کے نام پر جو فحاشی عریانی پھیلائی جا رہی ہے اور نوجوان نسل جو تباہی کے دہانے پر جا رہی ہے آپ کی اطلاع کیلئے عرض ہے کہ ہم نے یورپ کے لوگوں کی طرح رہنا اپنایا اور یورپ نے جو ہمیں تہذیب دی اور ہمیں اور ہماری نسلوں کو تباہ اور برباد کیا اور کر رہے ہیں مگر ان کے ساتھ بھی ایسا ہی ہوا مگر اب وہ ہوشیاری اور مکاری سے مسلمان ملکوں میں کام کر رہے ہیں مگر اپنے ملک میں نوجوانوں کو کم عمری میں شادی کی ترغیب دے رہے کیونکہ دیر سے شادی کرنے سے اولاد کے مسائل پیدا ہوتے ہیں۔

ماں باپ سے گزارش: میری تمام ماں باپ سے گزارش ہے کہ وہ اپنے اور اپنے بچوں کے حال پر رحم کریں جلدی شادیاں کرنے میں ہی عافیت سمجھیں کیونکہ اگر بچہ کسی گناہ کا ارتکاب کرے گا تو اس کا گناہ ماں باپ کے سر ہو گا۔

نکاح میری سنت ہے (الحدیث)

(محمد مظہر حسین)

دنیا میں محبت کی ادائیں بھی ہیں اور بغض کی فضائیں بھی' محبت کے دل کش نظارے بھی ہیں اور بغض کے دہکتے انگارے بھی لیکن ان کے اسباب مختلف ہیں......کہیں محبت حسن کی وجہ سے کی جاتی ہے اور کہیں مال کی وجہ سے اور کہیں حسب ونسب کی وجہ سے اور کہیں شجاعت اور بہادری کی وجہ سے اسی طرح بغض کے اسباب بھی مختلف ہوتے ہیں۔ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ ''محبت کا جوڑ لگانے والی چیزوں میں سے نکاح کا جوڑ سب سے زیادہ مضبوط اور پائیدار ہے۔'' (ابن ماجہ)

نکاح! معاشرہ سنوارنے کا ذریعہ: نکاح سے محبت بڑھتی بھی ہے اور باقی بھی رہتی ہے کبھی مرد ایک خاندان کا ہوتا ہے جب کہ عورت دوسرے خاندان کی' کوئی عربی کوئی عجمی' کوئی ایشیائی' کوئی افریقی' کوئی بڑا کوئی چھوٹا لیکن جب آپس میں نکاح کا تعلق قائم ہوتا ہے تو ایک نہ ختم ہونے والی محبت ان کے اندر پیدا ہو جاتی ہے۔ دونوں ایک دوسرے کے ساتھ سچی محبت کرنے والے اور سچی خیرخواہی کرنے والے ہو جاتے ہیں اور دونوں ایک دوسرے کے ہمدرد ہو جاتے ہیں۔ (بشرطیکہ سلیم الفطرت ہوں) اس سے بھی بڑھ کر معاشرہ میں ان دونوں کا مقام و مرتبہ بڑھ جاتا ہے اور دونوں کو عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے پھر اللہ تعالیٰ ان کو اولاد جیسی نعمت سے نوازتے ہیں جو نعمت بے نکاحوں کو پوری زندگی نہیں ملتی ہے نکاح کے جوڑ سے اللہ رب العزت دو اجنبی خاندانوں میں بھی ہمدردی اور محبت پیدا فرما دیتے ہیں جو آگے چل کر معاشرہ کو سنوارنے میں بہت مددگار و معاون ثابت ہوتی ہے کہیں عورت کا والد اپنے سمدھی (داماد کے والد) کی عیادت کیلئے جا رہا ہے کہیں عورت کی ساس اپنی سمدھن (اس کی والدہ) کے حالات معلوم کرنے جا رہی ہے' کہیں داماد ساس کے ساتھ محرم ہو جانے کی وجہ سے حج پر جا رہا ہے۔ بالخصوص اگر ان کے اندر دین کی سمجھ بوجھ بھی ہو تو نکاح دو خاندانوں میں ہی نہیں بلکہ کئی خاندانوں اور کئی نسلوں تک اسلام کی تعلیمات پہنچانے کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ افسوس صد افسوس! کہ آج اتنی خوبیوں اور نعمتوں سے مالا مال نعمت کو ہمارے معاشرہ میں زحمت سے تبدیل کیا جا رہا ہے اور نکاح سے نفرت دلانے کیلئے کئی حربے استعمال کیے جا رہے ہیں' یوں محسوس ہوتا ہے کہ ہمارے دشمن (کفار) نے ہم سے جس طرح ایمانداری اور وفاداری وغیرہ جیسی نعمتوں کو چھین لیا ہے۔ اسی طرح وہ اب ہم سے عفت اور پاک دامنی والی زندگی چھین کر' آزادی کے سنہرے خواب دکھا کر ہمیں بے حیائی' بے غیرتی اور فحاشی کے گہرے گڑھوں میں دھکیلنا چاہتے ہیں' اللہ تعالیٰ ہماری حفاظت فرمائیں' آمین۔

حکیم ممتاز الحسن، کبیر والا

اسماء الحسنیٰ کے عجیب وغریب اعمال

اگر کسی شخص کے ہاں بیٹا نہ ہوتا ہو وہ شخص چالیس دن تک ہر روز چالیس مرتبہ یَااَوَّلُ پڑھے پھر پانی یا کسی شربت پر دم کر کے آدھا خود نوش کرے اور آدھا اپنی بیوی کو پلائے تو انشاء اللہ مراد پوری ہوگی اور فرزند صالح پیدا ہوگا اور روزی فراخ ہوگی

عجیب عمل: جس عورت کے بچے ام الصبیان کے مرض میں مرجاتے ہوں شروع حمل سے شروع کرے اور بچہ کے دودھ پینے تک برابر یہی عمل کرتا رہے تین مرتبہ ہر روز سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ (یٰسین 58) کسی روٹی کے ٹکڑے پر لکھ کر حاملہ کو کھلائے یا کاغذ پر لکھ کر پانی یا دوا میں گھول کر پلائے بفضلہٖ تعالیٰ بچہ ہر مرض سے محفوظ رہے گا اور اپنی طبعی عمر کو پہنچے گا۔

پرہیزگار سعادت مند بچہ ہو: جو شخص اپنی بیوی سے ہمبستر ہونے سے پہلے دس مرتبہ یَامُتَکَبِّرُ پڑھے حق تعالیٰ اسے فرزند پرہیزگار سعادت مند عطا کرے گا۔

خونی بواسیر ختم: جس شخص کو خونی بواسیر ہو ایک ہزار مرتبہ یاعلی پڑھ کر پانی پر دم کر کے نوش کرے سات روز میں خون بند ہوجائے گا بواسیر انشاء اللہ جاتی رہے گی۔

بچہ ضد کرتا ہو: اگر کسی کا بچہ ضد کرتا اور روتا ہو وہ شخص سات دفعہ یَامُقِیْتُ کو خالی پیالے یا کپ میں دم کرے پھر اس میں پانی بھر کر بچہ کو پلائے۔ انشاء اللہ سات دن کے عمل میں بچہ کی ضد' رونا دھونا مع الخیر موقوف ہوگا۔

روزے میں کمزوری ہوجائے افطاری مشکل ہو: اگر کسی بچے یا بڑے آدمی روزے دار کو کمزوری ہوجائے اور افطاری کرنی مشکل ہوتی ہو تو کسی بھی خوشبودار پھول پر سات مرتبہ یَامُقِیْتُ پڑھ کر دم کرے اور وہ پھول روزہ دار سونگھے جائے انشاء اللہ کمزور کو روزہ میں طاقت اور نہایت سہولت سے روزہ پورا ہوگا۔

نیند' غفلت اور بھول رفع ہو: جو شخص سوتا بہت ہو اور وہ چاہے کہ میری نیند یا غفلت یا مزاج کی بھول کم ہوجائے وہ اس مبارک نام کو یَامُقْتَدِرُ کو پانچ سو مرتبہ روزانہ پڑھے' انشاء اللہ بہت جلد نیند غفلت اور بھول رفع ہو کر مزاج میں ہوشیاری پیدا ہوگی۔

اولاد نرینہ انشاء اللہ عزوجل: اگر کسی شخص کے ہاں بیٹا نہ ہوتا ہو وہ شخص چالیس دن تک ہر روز چالیس مرتبہ یَااَوَّلُ پڑھے پھر پانی یا کسی شربت پر دم کر کے آدھا خود نوش کرے اور آدھا اپنی بیوی کو پلائے تو انشاء اللہ مراد پوری ہوگی اور فرزند صالح پیدا ہوگا اور روزی فراخ ہوگی۔

غیروں میں اپنائیت اور عزت: جو شخص کہیں غیر لوگوں یا انجان آدمیوں میں جائے اور اسم یَااٰخِرُ کو اکتالیس مرتبہ پڑھ لے انشاء اللہ جہاں جائیگا عزت توقیر ہوگی بڑا مرتبہ ملے گا۔

شوہر ساری عمر بیوی پر مہربان رہے: لڑکی جس وقت رخصت ہو کر خاوند کے سامنے جائے تو وہ 7 مرتبہ یَارَءُوْفُ پڑھ لے انشاء اللہ خاوند ساری عمر بیوی پر مہربان رہے گا اور کبھی ناموافقت نہ ہوگی' مجرب المجرب ہے۔

صاحب کشف: ماہ رجب' شعبان اور رمضان میں یَانَافِعُ کا سات ہزار مرتبہ پڑھنا صاحب کشف اور صاحب باطن خدا کے حکم سے بناتا ہے۔

سانپ موذی جن آسیب نہ ٹھہرے: صبح کی نماز کے بعد یَانُوْرُ ایک ہزار ایک سو اکیس 1121 مرتبہ روزانہ پڑھنا مکان کو روشن کرتا ہے جس مکان میں پڑھا جائے کوئی سانپ موذی جن آسیب وغیرہ وہاں ٹھہر نہیں سکتا۔ (عمل مجرب ہے)

یرقان ختم انشاء اللہ الرحمٰن: ایک سو مرتبہ روزانہ تین دن تک پانی پر دم کر کے پلانا نہایت مفید ہے۔ آیت شریف ہے۔ سَبَّحَ لِلّٰهِ مَا فِی السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضِ ۚ وَ هُوَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ ۔ (الحدید 1)

بچوں کے ذہن کھولنا: سورۂ صف کو صبح ایک مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے بچوں کو پلانا ذہن کو کھولتا ہے۔

مردہ سے خواب میں باتیں کرنا: سورۂ التکاثر کو شب جمعہ میں ایک سو تیرہ بار پڑھنا جس مردہ کو خواب میں دیکھنا مقصود ہو اس مردہ کو پڑھنے والے کے سامنے لاتا ہے اور باہم باتیں کرنے کا موقع دیتا ہے۔ عمل مجرب ہے۔

آنکھوں کی بیماری ختم: سورۃ العصر پڑھ کر سرمہ کی سلائی پر دم کرنے سے پھر آنکھوں میں ڈالنے سے آنکھوں کی تمام بیماریوں کو رفع کرتا ہے۔

بے اولاد شخص کے ہاں اولاد ہونا: لاولد شخص کا سورۃ الکوثر پانچ سو مرتبہ روزانہ تین ماہ تک پڑھنا صاحب اولاد کرتا ہے۔

اڑی سے اڑی مشکل کھولنے کیلئے: پنجگانہ نمازوں کے بعد سات مرتبہ سورۃ النصر کا پڑھنا اڑی سے اڑی مشکل کھولنے کیلئے مجرب ہے۔

نام نہیں ہے

استغفار کے فوائد

حضرت کے شاگردوں نے سوال کیا کہ آپ نے تمام حاجت مندوں کو ایک جیسا جواب کیوں دیا؟

حضرت حسن البصری رحمۃ اللہ علیہ اپنے شاگردوں کے ساتھ بیٹھے تھے کہ ایک شخص آپ کے پاس آیا اور کہا کہ میری کھیتی سوکھ رہی ہے آپ بارش کی دعا کریں۔ حضرت نے فرمایا اللہ سبحان وتعالیٰ سے مغفرت طلب کرو۔ وہ شخص چلا گیا۔ کچھ دیر بعد دوسرا شخص حضرت کے پاس آیا اور کہا میں بے اولاد ہوں' دعا کریں کہ میرے ہاں اولاد ہوجائے۔ حضرت نے فرمایا اللہ سبحان وتعالیٰ سے مغفرت طلب کرو۔ وہ شخص چلا گیا۔

کچھ دیر بعد تیسرا شخص حضرت کے پاس آیا اور کہا میں مسکین اور فقیر اور ضرورت مند ہوں دعا کریں کہ میں مالدار ہوجاؤں۔

حضرت نے فرمایا اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ سے مغفرت طلب کرو وہ شخص چلا گیا۔ حضرت کے شاگردوں نے سوال کیا کہ آپ نے تمام حاجت مندوں کو ایک جیسا جواب کیوں دیا؟

حضرت نے جواب دیا: پہلے شخص کی کھیتی سوکھ رہی تھی اور بارش کی ضرورت تھی اللہ سبحانہٗ وتعالیٰ فرماتے ہیں:۔

فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوْا رَبَّكُمْ اِنَّهٗ كَانَ غَفَّارًا ﴿نوح ۱۰﴾ ترجمہ: تو میں نے کہا اپنے رب سے معافی مانگو بے شک وہ بڑا معاف فرمانے والا ہے۔

اس کا نتیجہ

یُّرْسِلِ السَّمَآءَ عَلَیْكُمْ مِّدْرَارًا ﴿نوح ۱۱﴾

ترجمہ: وہ تم پر آسمان سے موسلا دھار مینہ برسائے گا۔

اس کا نتیجہ

وَّ یُمْدِدْكُمْ بِاَمْوَالٍ وَّ بَنِیْنَ وَ یَجْعَلْ لَّكُمْ جَنّٰتٍ وَّ یَجْعَلْ لَّكُمْ اَنْهٰرًا ﴿نوح ۱۲﴾

ترجمہ: اور مال اور بیٹوں سے تمہاری مدد کرے گا اور تمہارے لئے باغ بنادے گا اور تمہارے لئے نہریں بنائے گا۔

اللہ سبحان وتعالیٰ سے استغفار (معافی) مانگنے کے فوائد:

1۔ استغفار سے گناہوں اور خطاؤں کی معافی ہوجاتی ہے۔
2۔ استغفار سے بارش برستی ہے۔ 3۔ استغفار سے اولاد اور مال عطا ہوتا ہے۔ 4۔ استغفار سے بلاؤں اور مصیبتوں سے نجات ملتی ہے۔ 5۔ استغفار سے انسان کو طاقت اور توانائی عطا ہوتی ہے۔

ایک وہم! | دل و دماغ پر بوجھ | ناکامی ہی ناکامی | یوں تو میری زبان! | توانائی سے محروم

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

دل و دماغ پر بوجھ

دل و دماغ پر ایک بوجھ سا رہتا ہے طبیب ذہنی سکون کی گولیاں تجویز کرتے ہیں' سرکاری ملازمت کرتا ہوں' دفتر میں کوئی شخص میری بات نہ مانے تو سر بھاری ہوجاتا ہے اور جھٹکے سے لگتے ہیں' دماغی کیفیات قابو سے باہر ہوجاتی ہیں' طرح طرح کے خیالات ذہن پر یلغار شروع کردیتے ہیں سارا دن دماغی الجھن میں گزر جاتا ہے۔ آج سے دس برس قبل میں بالکل ٹھیک تھا لیکن پھر اس کیفیت کا سامنا کرنا پڑا۔ اسی زمانے میں اور پھر بعد میں بعض گھریلو الجھنوں کا سامنا کرنا پڑا' کبھی سوچتا ہوں کہ یہ سب کچھ میری وجہ سے ہوا ہے اور کبھی جادو وسحر کا خیال آتا ہے لوگوں سے اچھی طرح ملنے کی کوشش کرتا ہوں لیکن ذہنی دباؤ مجھے متوازن نہیں رکھتا۔ لوگوں سے اس طرح بات کرتا ہوں جیسے جذبات سے عاری کوئی شخص بات کرتا ہے خود کو تبدیل کرنا چاہتا ہوں لیکن تاحال کامیابی حاصل نہیں ہوئی ہے۔ **(سہیل سرور' قصور)**

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے باوضو ہوکر یہ عمل کریں۔ ایک لوٹے یا گلاس میں پانی لے کر کسی کیاری یا گملے کے قریب بیٹھ جائیں چلو بھر پانی لیں ایک مرتبہ **یَاوَدُوْدُ** پانی پر دم کرکے پانی اس طرح ناک کے نتھنوں میں داخل کریں جیسے وضو کرتے وقت کیا جاتا ہے پانی اتنا داخل کریں کہ ناک کی جڑوں تک اوپر چلا جائے۔ پھر اس پانی کو کیاری یا گملے میں گرادیں اس عمل کو سات مرتبہ کریں۔ رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو آنکھیں بند کرکے تصور کریں کہ بند آنکھوں سے آپ آسمان کو دیکھ رہے ہیں۔ اس تصور کو قائم رکھیں یہاں تک کہ نیند آجائے۔ اول الذکر عمل کو تین ہفتے اور آسمان کے تصور پر کم ازکم دو ماہ تک عمل کیا جائے انشاء اللہ جن ذہنی الجھنوں کا آپ نے تذکرہ کیا ہے وہ بہت جلد دور ہوجائیں گی۔

شدید خوف

غیر اہم اور اہم خیالات ذہنی الجھن بن جاتے ہیں پوری رات انہی خیالات میں کروٹیں بدل کر گزار دیتا ہوں' نیند آنکھوں سے کوسوں دور رہتی ہے' روز بروز قلبی اور جسمانی طور پر انحطاط سے دوچار ہوں۔ خوف کی یہ حالت ہے کہ قبرستان کے پاس سے گزرتے ہوئے دل تیز دھڑکنے لگتا ہے اور حلق میں کانٹے پڑ جاتے ہیں محسوس ہوتا ہے کہ میرا کوئی واقف اس جگہ دفن ہے اور میں بھی جلد اس جگہ آنے والا ہوں۔ مختصر کہ ذہنی پریشانی اور جسمانی کمزوری کی منہ بولتی تصویر بن گیا ہوں امید کہ رہنمائی اور مشورے سے نوازیں گے۔ **(شفیق اکرم' راجن پور)**

مشورہ: آپ پانچ وقت نماز کی پابندی لازمی کریں اور ہر نماز کے بعد ایک تسبیح استغفار اور ایک تسبیح درود شریف کی لازمی پڑھیں اور دیگر اوقات میں زیادہ سے زیادہ **یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ** کا ورد کرتے رہا کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد آپ کی یہ کیفیت ٹھیک ہوجائے گی۔

ناکامی ہی ناکامی

میں ایک دینی ادارے میں درس و تدریس کا کام کرتی ہوں' نماز کی پوری طرح پابند ہوں' لیکن مجھ مین اتنی صلاحیت اور طاقت نہیں کہ خواتین کے سامنے کھڑے ہوکر تقریر کرسکوں یا دین کی باتیں انہیں بتاسکوں۔ تقریر کرتے ہوئے دل میں کچھ ہوتا ہے اور زبان سے کچھ اور نکلتا ہے۔ الفاظ پر کنٹرول کھو بیٹھتی ہوں۔ گھبراہٹ اور پریشانی میں کانپنے لگ جاتی ہوں۔ کسی پر میرا اثر اور رعب طاری نہیں ہوتا۔ میری طبیعت تیزی اور چستی سے بھی محروم ہے جس سے بھی دوستی ہوتی ہے وہ مجھ سے دور ہوجاتی ہے۔ بہت کچھ بننے کا ارادہ رکھتی ہوں لیکن ناکامی کے سوا کچھ ہاتھ نہیں آتا۔ **(ثمینہ' کراچی)**

جواب: رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو وضو کرلیں۔ پشت کے بل لیٹ کر آنکھیں بند کرلیں اور اندازاً پانچ منٹ تک اس آیت کریمہ کو ذہن میں پڑھتی رہیں۔ **انما امرہ** (سے لے کر) **لہ کن فیکون** تک۔ (سورۂ یٰسین) بعدازاں یہ تصور کریں کہ بند آنکھوں کے سامنے ایک سیاہ رنگ کا پردہ ہے اس پردے پر تصور کی قوت سے نورانی حروف میں بار بار **یَافَتَّاحُ** لکھتی رہیں۔ جس طرح قلم الفاظ لکھتا ہے اسی طرز پر ذہن کی قوت سے اسم **یَافَتَّاحُ** کو لکھتی رہیں۔ اندازاً دس منٹ کے عمل کے بعد سوجائیں۔ پہلے سات دن یہ عمل کرکے نتائج ملاحظہ کریں پھر مزید سات دن یہ عمل کریں۔ اگر ضرورت محسوس ہو تو دنوں کی تعداد بڑھا کر اکیس دن کردی جائے۔ اس عمل کے نتائج سے بذریعہ خط راقم کو مطلع کریں۔ انشاء اللہ تمام معاملات میں آپ کی خوابیدہ قوتیں متحرک ہوجائیں گی۔ تاہم چند باتیں مدنظر رکھیں۔ کسی پر رعب ڈالنے یا اثر ڈالنے کا خیال دل میں نہ لائیں جو باتیں آپ کہنا چاہتی ہوں ان کا مجموعی خلاصہ ذہن میں رکھیں اور ٹھہر ٹھہر کر اطمینان کے ساتھ بیان کریں۔

والد صاحب کا مسئلہ

والد صاحب کو عرصہ دو سال سے دورہ سا پڑتا ہے' اچانک کھڑے یا بیٹھے گرجاتے ہیں اور اس طرح تڑپنے لگتے ہیں جیسے کوئی پرندہ پھڑ پھڑاتا ہے ایک گھنٹہ تک غنودگی کی حالت میں رہنے کے بعد ہوش میں آتے ہیں اور اس وقت ان کا رنگ زرد ہوتا ہے اور شدید کمزوری ہوجاتی ہے حتیٰ الوسع علاج اور دیگر طریقے آزمائے ہیں لیکن حالت بدستور وہی ہے۔ **(ابرار احمد' لاہور)**

جواب: کسی ماہر امراض و دماغ اعصاب سے معائنہ کرانا ضروری ہے تاکہ دورے کی وجہ سامنے آسکے۔ بعدازاں علاج کارگر ہوگا صبح پانی پر **یَارَبَّ الرَّحِیْمِ** سو مرتبہ دم کرکے پلائیں اور رات کو سونے سے پہلے سر پر تین مرتبہ **یَاوَدُوْدُ** دم کیا جائے۔ انشاء اللہ مرض کے خاتمے اور صحت میں یہ وظائف مدد و معاون ثابت ہوں گے۔

یوں تو میری زبان.........!

میں ایک طالب علم ہوں۔ یوں تو میری زبان روانی سے چلتی ہے لیکن مخصوص حروف صحیح تلفظ کے ساتھ بولنے سے قاصر رہتا ہوں۔ بہت کوشش کرتا ہوں کہ زبان ٹھیک ہوجائے لیکن کامیاب نہیں ہوتا۔ اچانک غلط تلفظ ادا کرنے سے صورتحال مضحکہ خیز ہوجاتی ہے اور لوگوں کے سامنے شرمندگی اٹھانی

پڑتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ رشتہ داروں اور دوستوں سے حتی الامکان دور رہنے کی کوشش کرتا ہوں۔ **(روشن، راولپنڈی)**

جواب: اگر زبان کی ساخت میں کوئی مسئلہ نہیں ہے تو مندرجہ ذیل عمل سے انشاء اللہ ضرور فائدہ ہوگا۔ ایک مرتبہ کٓھٰیٰعٓصٓ پڑھ کر ایک کاغذ پر دم کریں اور کاغذ پر بھی حرف لکھ دیں۔ اس کاغذ کو اپنے تکیے کے اندر رکھ دیں۔ خیال رہے کہ آپ کا تکیہ کوئی دوسرا شخص استعمال نہ کرے۔ رات کو سوتے وقت بھی صرف ذہن میں آہستگی سے گیارہ بار دہرائیں اور سو جائیں جب بھی بات کریں رک کر اور آہستگی کے ساتھ کریں تا کہ زبان کی حرکت پر زیادہ سے زیادہ کنٹرول حاصل رہے۔

دماغ جکڑا ہوا ہے

جسمانی پر طور پر کوئی شکایت نہیں لیکن ذہنی یکسوئی ختم ہو کر رہ گئی ہے۔ یوں لگتا ہے جیسے کسی غیبی طاقت نے دماغ کو جکڑ رکھا ہے۔ گھر میں نہ ختم ہونے والے مسائل کا سلسلہ جاری ہے۔ خاندانی رنجشیں بڑھتی جارہی ہیں۔ گھر کا ماحول ایسا ہے کہ بعض اوقات گھر چھوڑ دینے کا خیال آجاتا ہے۔ ان حالات کو مدنظر رکھتے ہوئے اپنی رائے اور مشورے سے نوازیں۔ **(طاہرہ وقاص، جہلم)**

جواب: آدمی اپنے گردوپیش کو بالکل نہیں بدل سکتا اور نہ قطعی طور پر اس سے لاتعلق ہوسکتا ہے۔ تاہم ان حالات میں اسے چاہیے کہ خود کو تفکرات سے اس طرح دور رکھے کہ اس کی ذہنی توانائی کم سے کم ضائع ہو۔ اس کے ساتھ ساتھ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد ہر اعتبار سے بہتر ثابت ہوگا۔ زیادہ سے زیادہ پڑھتی رہا کریں۔

عجیب کشمکش

ہمہ وقت دماغی الجھن میں مبتلا رہتی ہوں۔ اچانک مایوسی اور افسردگی طاری ہوجاتی ہے دل نہ پڑھنے کو چاہتا ہے اور نہ کسی کام کی امنگ باقی رہتی ہے کسی سے بات کرنا نہایت برا محسوس ہوتا ہے۔ اکثر مستقبل کے بارے میں سوچتی ہوں اور شدید ناامیدی گھیر لیتی ہے۔ اچانک رونا آجاتا ہے پہلے معمول کی تمام سرگرمیوں میں حصہ لیتی تھی لیکن اب حال برعکس ہے کبھی کوئی ارادہ کرتی ہوں اور کبھی دوسرا منصوبہ دل میں جگہ کر لیتا ہے۔ غرض عجیب کشمکش میں دماغ گرفتار رہتا ہے۔ **(غزل، لاہور)**

جواب: انسان کی بنیاد وہم اور یقین پر ہے۔ مذہب کی اصطلاح میں اسی کو شک اور ایمان کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ دماغ میں شک کو جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں اور ذہن میں یقین کو پختہ کرنے کا حکم دیتے ہیں۔ یہی شک اور یقین ہے جو دماغی خلیوں میں ہمہ وقت عمل کرتا رہتا ہے جس قدر شک کی زیادتی ہوگی اسی ہی قدر دماغی خلیوں میں ٹوٹ پھوٹ واقع ہوگی۔ انہی دماغی خلیات کے زیر اثر تمام اعصاب کام کرتے ہیں اور اعصاب کی تحریکات ہی انسانی زندگی ہے۔ جب ذہن پر شک کا غلبہ ہوتا ہے تو آدمی مفروضہ خیالات کو حقیقت کا درجہ دینے لگتا ہے اور یہ خیالات ایسے ہوتے ہیں جن میں شکست وریخت ہوتی ہے مثلاً عمل کے ضائع ہونے کا خدشہ، مستقبل کے متعلق ناامیدی وغیرہ۔ ان تمام باتوں کو بیان کرنے کا مقصد یہ ہے کہ آپ اپنے خیالات میں شک کو زیادہ سے زیادہ دور کرتے ہوئے یقین کو بیدار کریں مستقبل کے متعلق اندیشوں کو قطعی طور پر ذہن سے دور کردیں۔ کسی ایک کام کا ارادہ کریں تو اس کے علاوہ کسی دوسری طرف دھیان نہ دیں۔ نماز کی پابندی کریں اور نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر اپنے قلب پر دم کردیا کریں انشاء اللہ بہت جلد دماغی کشمکش ختم ہوجائے گی۔

ایک وہم............

میری عمر سولہ سال ہے اور جماعت دہم کا طالب علم ہوں، حالت ایسی ہے کہ کچھ نہیں کرسکتا، تمام جسم درد کرتا ہے اور جسم میرے ارادوں کا ساتھ نہیں دیتا ہر وقت اپنی بیماری کے متعلق سوچتا رہتا ہوں، خیال آتا ہے کہ شاید اب زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھوں گا ایک وہم میرے دماغ سے چمٹ کر رہ گیا ہے دوست میرا مذاق اڑاتے ہیں جسم کی ہڈیاں نظر آتی ہیں دل گھبراتا ہے اور ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہوجاتے ہیں علاج کرا رہا ہوں۔ **(عثمان فاروق، ملتان)**

جواب: رات کو ایک وقت مقرر کرکے بیٹھ جائیں پانچ منٹ تک ان الفاظ کو پڑھیں اَلْعَظَمَۃُ لِلّٰہِ مَافِی السَّمٰوٰتِ بعد ازاں دس منٹ تک خاموش بیٹھے رہیں اس عمل کو کم از کم دو ماہ تک کیا جائے۔ علی الصبح پانی پر اکتالیس بار الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَاحَفِیْظُ دم کرکے پی لیا کریں۔ یہ عمل نوے دن تک کیا جائے علاج اور وظیفہ روحانی سے انشاء اللہ آپ کی ذہنی وجسمانی صحت بحال ہوجائے گی۔

ڈراؤنے خواب

بچی کی پیدائش کے ایک ماہ بعد پڑوس میں کسی کے انتقال پر تعزیت کیلئے چلی گئی اس کے بعد سے میری حالت بہت خراب ہے، رات کو نیند نہیں آتی اور ڈراؤنے خواب دکھائی دیتے ہیں، ہر وقت یہ خیال رہتا ہے کہ میں مرنے والی ہوں، کھانا کھانے کو بالکل دل نہیں چاہتا، بہت کمزور ہوگئی ہوں، گھر کا نظام تہہ وبالا ہوگیا ہے شوہر میری طرف سے بہت پریشان رہتے ہیں۔ **(عائشہ خان، لاہور)**

جواب: کسی ماہر امراض نسواں سے اپنا معائنہ کرائیں اور ان کی ہدایت پر عمل کریں، صبح اور رات کو پانی پر یَااَللّٰہُ یَارَحِیْمُ یَامُرِیْدُ سو سو مرتبہ دم کرکے پیا کریں انشاء اللہ تمام حالات وکیفیات ختم ہوجائیں گی۔

توانائی سے محروم

دو سال سے ذہنی دباؤ میں مبتلا ہوں۔ خیالات میں ثقل غالب رہتا ہے۔ خاص طور پر صبح بیدار ہونے کے بعد شدید ذہنی کوفت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ذہنی وجسمانی توانائی کے زیاں سے صحت دن بدن گرتی جارہی ہے۔ جسم میں خون کی کمی ہے اور جسم توانائی سے محروم دکھائی دیتا ہے۔ دوست میرا مذاق اڑاتے ہیں جس سے میری ذہنی اذیت میں مزید اضافہ ہوجاتا ہے۔ **(مختار احمد، بہاولپور)**

جواب: ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ یَاسَلَامُ اَلْمُھَیْمِنُ اَلْقُدُّوْسُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس ورد کو آنکھیں بند کرکے پڑھیں اور ذہن میں الفاظ کو واضح اور الگ الگ دہرائیں۔ نماز فجر کے بعد کسی کھلی جگہ چہل قدمی کریں۔ ذہن کو تمام خیالات سے خالی کرکے آہستگی کے ساتھ سانس اندر لیں اور باہر نکالیں۔ اس عمل کو مستقل کرتے ہوئے ذہن میں یَاحَفِیْظُ کا ورد جاری رکھیں۔ بعد ازاں پانی پر اکیس مرتبہ الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَاحَفِیْظُ دم کرکے پی لیا کریں۔

روحانی پھکی سے 24 سال پرانی کان کی تکلیف دور

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے 1988ء سے کان کی تکلیف تھی، ملک کے ہر بڑے ہسپتال اور کلینک سے علاج کروائے مگر آرام نہ آیا، لاکھوں روپیہ برباد کیا آخر تھک ہار کر علاج کروانا ہی چھوڑ دیا۔ کان کی تکلیف سے مجھے ساری ساری رات نیند نہ آتی تھی، ہر وقت بے چینی و پریشانی رہتی تھی۔ پین کلر کھالیتی تو کچھ دیر وقتی سکون ہوجاتا لیکن بعد میں پھر وہی حال ہوجاتا تھا۔ میری بیٹی آپ کے آفس گئی تو وہاں سے روحانی پھکی دس روپے کی لے کر آئی۔ میں صرف ایک ہفتہ ہی استعمال کی تھی کہ کان کا درد اللہ کی مہربانی سے ٹھیک ہوگیا۔ **(ڈاکٹر روبینہ اعظم، خوشاب)**

سینے کا انوکھا راز عبقری کیلئے

نصیر احمد، ایبٹ آباد

ایک دن ہم نے اس کو اپنے پاس بلایا اور پوچھا کہ بھائی تم اس سردی میں ایک قمیص پہنتے ہو تمہیں سردی نہیں لگتی؟ یہ بات سن کر ہنس پڑا اور جواب دیا کہ بالکل نہیں۔ اگر سردی لگتی تو اوپر کوئی چادر وغیرہ اوڑھ لیتا' ہم نے کہا کہ کیا کھاتے ہو ہمیں بھی بتاؤ

ایک عمر رسیدہ بزرگ بیان فرما رہے تھے کہ انگریزوں کے دورحکومت میں اعلیٰ آفیسر سے ادنیٰ ملازم تک کو ڈیوٹی کا بڑا پابند ہونا پڑتا تھا ملکی حالات یا موسمی تبدیلیاں آڑے نہیں آتی تھیں' وقت کی پابندی کا بڑا خیال رکھا جاتا تھا' ایک جنرل بھی ایک دو منٹ لیٹ ہونے کی جرأت نہیں کرسکتا تھا۔ ڈیوٹی میں کوتاہی اور لاپرواہی کا سخت نوٹس لیا جاتا تھا۔ حیلے بہانے کارگر ثابت نہ ہوتے تھے۔ سردیوں کے موسم میں خوب برفباری ہوتی تھی' سڑکیں گلیاں وغیرہ بند ہوجایا کرتی تھیں' دکاندار لوگ بڑی تگ و دو کرکے دکانیں کھولتے' اس زمانے میں آج کی طرح سہولتیں میسر نہ تھیں۔ گرم لباس بھی کم میسر تھا' بھیڑوں کی اون کتر کر کات کر گھروں میں بنیان (سویٹر) اور جرابیں بنائی جاتی تھیں' سوتی کپڑے کھدر وغیرہ اور ملیشیا جیسے کپڑوں کا استعمال تھا۔ ایک جوڑا کپڑا کئی کئی سال پہننا پڑتا تھا جہاں سے پھٹ جاتا وہاں پیوندکاری کردی جاتی۔ ہر چیز نہایت ارزاں تھی مگر پیسہ کم تھا۔ آسودہ حال لوگ شلوار اور قمیص پہنتے اور سخت سردی میں کمبل اوڑھ لیتے۔ لکڑی کوئلہ عام تھا۔ چند ٹکوں میں اچھا گزر ہوجاتا۔ دکانوں میں کوئلہ کی انگیٹھی جلائی جاتی' ہاتھ پاؤں گرم کیے جاتے۔ ایک سوپر صبح سویرے سڑکیں اور گلیاں صرف ایک قمیص اور شلوار میں صاف کرتا نظر آتا۔ ہم حیران ہوئے کہ اس کو سردی نہیں لگتی ایک دن ہم نے اس کو اپنے پاس بلایا اور پوچھا کہ بھائی تم اس سردی میں ایک قمیص پہنتے ہو تمہیں سردی نہیں لگتی؟ یہ بات سن کر ہنس پڑا اور جواب دیا کہ بالکل نہیں۔ اگر سردی لگتی تو اوپر کوئی چادر وغیرہ اوڑھ لیتا' ہم نے کہا کہ کیا کھاتے ہو ہمیں بھی بتاؤ۔ کہنے لگا ڈیوٹی کا ٹائم ہے چھٹی کرکے آؤں گا اور پھر بتاؤں گا۔ شام کو وہ چھٹی کرکے آیا اور گرم رہنے کا نسخہ بتانے لگا۔ کہنے لگا کہ ایک دن ایک سنیاسی بابا سردیوں میں اس کے مہمان ہوگئے اس نے ان کی خاطر تواضع شروع کردی۔ انگیٹھی میں کوئلہ جلا کر سامنے رکھ دی پھر باباجی کہنے لگے کہ کوئلہ کا دھواں زہریلا ہوتا ہے اس کو باہر لے جاؤ' مجھے سردی نہیں لگتی اور پھر مخاطب ہوئے کہ گھوڑوں یا خچروں کا پیشاب اور ایک تولہ ہڑتال ورقی اور ایک چھوٹی کنی لانے کو کہا۔ تھوڑے ہی فاصلہ پر فوجیوں کی خچریں تھیں۔ ان سے سوال کیا تو انہوں نے پیشاب لانے کی اجازت دے دی۔ دو تین منٹ میں مجھے پیشاب مل گیا پھر پنساری کے پاس سے ہڑتال بھی لے لی اور راستے سے واپسی پر برتن والوں کی دکان سے ایک کنی بھی خرید کر واپس لوٹ آیا اور باباجی کے سامنے رکھ دیں۔ باباجی نے کنی میں نصف تک پیشاب ڈالا اور ہڑتال ڈال دی کنی کے اوپر ڈھکنا رکھا پھر گیلی مٹی میں روئی وغیرہ ملا کر ڈھکن کے اردگرد خوب لیپ دیا۔ مٹی ذرا ذرا خشک ہوئی تو کوئلوں کی ہلکی آنچ پر کنی کو رکھ دیا۔ گھنٹہ ڈیڑھ بعد کنی اٹھائی اور فرش پر رکھ دی جب خوب ٹھنڈی ہوگئی تو باباجی نے بڑی احتیاط سے ڈھکن پر لگی مٹی ہٹائی اور ڈھکن اٹھایا۔ ڈھکن کے ساتھ پوڈر کی طرح دوائی لگی ہوئی تھی ڈھکن کاغذ پر رکھا اور چھری سے وہ دوائی کھرچ کر شیشی میں ڈال دی۔ کہنے لگے کہ آدھی رتی تا ایک رتی مکھن یا بالائی میں صبح گھی سے ناشتہ کرنے کے بعد کھالیا کرو اور ایک پاؤ دودھ نیم گرم پی لینا پھر جدھر مرضی ہے' جاؤ کام کرو۔ ایک خوراک میں نے ان کی موجودگی میں کھائی۔ بعد میں ہفتہ دس دن کھا کر چھوڑ دی۔ گھر سے نکل کر سردی سے لطف اندوز ہوتا ہوں جس طرح گرمیوں میں لوگ مری اور نتھیاگلی جاکر ٹھنڈی ہوا سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ دوسرا ایک نسخہ بابا نے بتایا کہ بارہ سنگا کے سینگ کا ایک ٹکڑا گھیکوار میں لپیٹ کر جلتے تندور میں رکھ دو گھیکوار جل کر سیاہ ہوجائے گی اور سفید حالت میں سینگ کا ٹکڑا آرام سے آگ بجھ جانے کے بعد نکال کر سفوف کرکے شیشی میں رکھ لیا کرو۔ آدھی آدھی رتی معصوم بچوں کو اور ایک رتی بڑوں کو نمونیہ اور سرد امراض میں دیا کرو یہ دونوں چیزیں بقول اس کے وہ ہر سال تیار کرکے رکھ لیتا تھا اور مفت تقسیم کرتا تھا۔ بزرگ فرمانے لگے کہ یہ سن کر ہم سے بھی رہا نہ گیا ہم نے بھی دوائی بنانی شروع کردی اور سردیاں مزے سے گزرنے لگیں۔ آج کل وہ نہیں بناتے کیونکہ اس دور میں ڈالڈا اور چائے کا نام نہ تھا ہر امیر و غریب دیسی گھی استعمال کرتا تھا آج کل لوگوں کو ڈالڈا کھانا ہی نصیب نہیں ہوتا دیسی گھی کہاں سے کھائیں گے؟؟؟؟

موجودہ صدی کے بھی حکیم صاحبان نے جڑی بوٹیوں پر بہت ریسرچ کی ہے اور نہایت ہی آسان علاج بہت ہی مہلک امراض کیلئے دریافت کیے ہیں۔ راقم کو بھی اس شعبہ سے بہت دلچسپی رہی مگر بدقسمتی سے علم نہ حاصل کرسکا۔ وجہ کسی مخلص رہنما کا نہ مل سکنا تھا۔ بدقسمتی سے ہمارے پیارے ملک میں جگہ جگہ جعلی حکیموں اور جعلی پیروں نے ڈیرے لگائے ہوئے ہیں جدھر دیکھو ''ایرا غیرا نتھو خیرا'' حکیم ڈاکٹر نظر آتے ہیں' بڑے بڑے بورڈ مطب کے سامنے آویزاں ہیں۔ انتہائی دکھ ہوتا ہے جب ہم ایک ان پڑھ جاہل مطلق کو بھی حکیم صاحب یا ڈاکٹر صاحب کہہ کر پکارتے ہیں اور ایک اونچے درجہ کے پڑھے لکھے فاضل طب کو بھی اسی نام سے پکارا جاتا ہے۔ کتنا ظلم اور ناانصافی ہے۔ یہ اناڑی حکیم و ڈاکٹر اور جعلی پیر اپنے جہالت کے تیروں سے مخلوق خدا کی زندگیاں تباہ کررہے ہیں۔ یہ صحت اور ایمان کے ڈاکو ہیں جوان کے ہاتھوں برباد ہوگیا ان کو اصل حکیم/ڈاکٹر اور اولیاء بھی شاید ٹھیک نہیں کرسکتے تمام قارئین سے التماس ہے کہ عبقری رسالہ کو باقاعدگی اور غور سے پڑھیں۔ اس میں سینے کے راز روحانی اور جسمانی بیماریوں کیلئے صرف رضائے الٰہی کی خاطر لکھنے کا بیڑا جناب حکیم صاحب نے اٹھایا ہے۔ ان پر بغیر سوچے سمجھے عمل کریں اللہ پاک تمام بیماری چاہے جسمانی ہوں یا روحانی دور کردیں گے۔ حکیم صاحب کیلئے دل کی گہرائیوں سے دعا کریں کیونکہ ایسے لوگ دنیا میں کم پیدا ہوتے ہیں۔

ایک نسخہ تلی کی خرابی کیلئے مخلوق خدا کی خدمت اور رضائے الٰہی کیلئے پیش کررہا ہوں جو کہ سو فیصد مجرب ہے۔ حکیم جالی نوس کا قول ہے کہ تلی جتنی چھوٹی ہوگی اتنا ہی بدن موٹا اور تندرست ہوگا بڑی تلی ہونے سے بدن لاغر اور کمزور ہوتا ہے۔ تلی کا بڑھ جانا یا ورم ہونا دنیا کے لطف سے محروم کردیتا ہے۔ بعض حکماء نے اس کے علاج کیلئے انجیر کا اچار مفید قرار دیا ہے مگر ایوب صاحب نے دارچینی کا سفوف بتایا ہے جو انہوں نے ایک بزرگ حکیم سے حاصل کیا ہے۔ دارچینی کا سفوف کرلیں۔ انڈا فرائی کرکے اس پر ایک یا دو چٹکی دارچینی کا سفوف چھڑک کر ناشتہ میں کھالینے سے تلی کی ہر بیماری ختم ہوجاتی ہے۔ کچھ عرصہ پابندی سے کریں۔

بالوں اور خشکی کیلئے آزمودہ ٹوٹکہ حاضر ہے

مجھے خاتون کہنے لگیں کہ کوئی اگر آپ کے پاس ٹوٹکہ ہوتو آپ ضرور بتائیں۔ میں نے عرض کیاہاں میں نے فوراً بالوں کا یہی نسخہ بتادیا۔ چونکہ ان کی پریکٹس چلتی ہے انہوں نے یہ قدرتی فارمولہ اپنے مریضوں کو دینا شروع کیا واقعی! کارگر ثابت ہوا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

کشمیر کے موجودہ سفر میں جہاں مجھے کشمیری زلزلہ زدگان کے پاس پہنچا کر روبروان کی خدمت کا موقع دیا کیونکہ وہ ایسے لوگ تھے جن تک اتنے سالوں کے باوجود ابھی تک امداد پہنچا تو درکنار ان کے گھر ویسے ہی خالی اور ویران پڑے ہوئے ہیں۔ بندہ ہرسال اس خدمت کی کوشش میں چند قدم ضرور اٹھاتا ہے دوران سفر ایک صاحب ملے کہنے لگے کہ میرے بالوں میں بہت زیادہ خشکی تھی بال جھڑ رہے تھے ان سے بفا اور سکری مسلسل اترتی تھی بہت عاجز اور تنگ آگیا تھا تھک چکا تھا کہ اس کا علاج کیا کروں؟ بہت شیمپو، کریمیں اور مہنگے صابن استعمال کیے لیکن بجائے فائدے کے نقصان بڑھتا گیا مجھے خطرہ ہوگیا کہیں ایسا نہ ہو کہ میں گنجانہ ہوجاؤں......اور واقعی بال اتنے گر رہے تھے کہ گنجا ہونے کے خطرات بہت زیادہ بڑھ رہے تھے۔ اسی کشمکش میں علاج بھی چلتا رہا اوقات بھی گزرتے رہے لیکن فائدے کی امید بہت کم نظر آئی۔ کسی تجربہ کار نے مجھے ایک ٹوٹکہ بتایا کہ ایک دیسی انڈہ لے لیں اس کو تور کر ایک پیالی میں ڈالیں جتنا انڈہ ہو اتنی مہندی سرخ دیسی پسی ہوئی، کیمیکل کے بغیر ہو، اتنا سرسوں کا تیل اور دہی۔ ان سب کو ملا کر پیسٹ بنائیں اور انگلیوں سے بالوں کی جڑوں میں لگائیں اور کم ازکم چار پانچ چھ گھنٹے لگائیں۔ اس کے بعد سر دھوئیں لائف بوائے صابن سے کیونکہ اس وقت جتنا نقصان بالوں کو شیمپو دے رہے ہیں اتنا شاید کوئی چیز دے گی۔ موصوف کہنے لگے میں یہ مسلسل عمل کرتا رہا بتانے والے نے تو چند دن کہے تھے میں نے دوتین ہفتے کرلیے بس کرتے ہی مجھے اتنا افاقہ ہوا اور اتنا فائدہ ہوا کہ میں حیران ہوگیا کہ اتنا فائدہ ممکن بھی ہے۔ کیونکہ اس دوا سے جتنا زیادہ فائدہ مجھے ہوا اتنا زیادہ شاید کسی کو ہو......کیونکہ ایک تو میں نے دوائی میں توجہ کی، اور باقاعدہ استعمال کیا پھر مجھے علاج پر سو فیصد یقین تھا۔

قارئین! انہوں نے مجھے یہ اپنا آزمودہ فارمولہ بتایا تو اچانک میری نظر اس سے پہلے گزرے تجربات پر اٹھ گئی کیونکہ میری ملاقاتیں بے شمار لوگوں سے ہوتی رہتی ہیں اور ملاقاتوں میں بے شمار تجربات مجھے ملتے رہتے ہیں ایک تجربہ مجھے بار بار کئی لوگوں سے ملا تو نظر فوراً ان تجربات کی طرف اٹھ جاتی ہے جو اس سے پہلے ملے تھے۔ بالکل یہی نسخہ اس سے پہلے بھی مجھے کئی لوگوں نے بتایا پھر میں نے اسے بہت سے لوگوں کو آگے بتایا پھر ان لوگوں نے بھی اس کو کیا جس جس نے بھی کیا اس نے اس کی تصدیق کی اور واہ واہ کے بغیر نہ رہ سکا۔ مجھے تو ایسے لوگ ملے جو بالوں کا ٹرانسپلانٹ بھی کرا چکے تھے لیکن پھر بھی ان کے بالوں کی جڑیں مضبوط نہ ہوئیں خشکی ان کے گلے پڑی رہی حتیٰ کہ جب صبح سو کر اٹھتے تھے تو بالوں سے ان کا تکیہ بھرا رہتا تھا اور خشکی حد سے زیادہ تھی۔ پہلے تو انہوں نے کراہت کی کہ نامعلوم اس نسخے سے کیا بنے گا پتہ نہیں بالوں میں بدبو آئے گی لیکن جب ایک دو دفعہ لگایا تو پھر اچانک احساس ہوا کہ نہیں اس دوا نے واقعی فائدہ پہنچایا ہے اور بالوں کی جڑیں مضبوط ہوئی ہیں بے شمار خواتین کے تجربات سامنے آئے جب انہیں یہ مشاہدہ اور یہ انمول نسخہ بتایا تو انہوں نے آزمایا اور آزمانے کے بعد اس کے انوکھے تجربات بتائے میرے پاس ایک بیوہ خاتون جو کہ اب بیوٹی پارلر چلاتی ہیں عرصہ دراز سے آرہی تھیں اولاد جوان ہوگئی بڑھاپے نے آن گھیرا۔ کسی نے ساتھ نہ دیا، کسی سمجھدار نے مشورہ دیا کہ بیوٹی پارلر کھول لو...... کیونکہ اس کا تجربہ تھا تو بیوٹی پارلر کھول لیا۔ مجھے خاتون کہنے لگیں کہ کوئی اگر آپ کے پاس ٹوٹکہ ہوتو آپ ضرور بتائیں۔ میں نے عرض کیاہاں میں نے فوراً بالوں کا یہی نسخہ بتادیا۔ چونکہ ان کی پریکٹس چلتی ہے انہوں نے یہ قدرتی فارمولہ اپنے مریضوں کو دینا شروع کیا واقعی! کارگر ثابت ہوا مجھے کہنے لگیں کہ واقعی یہ چیز بہت لاجواب ہے۔ جہاں میں بڑی بڑی مہنگی کریمیں شیمپو، صابن، لوشن آزما کر تھک چکی تھی وہاں اس کا کرشمہ جب سامنے آیا تو میری عقل دھنگ رہ گئی۔ کیا واقعی یہ اتنی مؤثر تھی مجھے یقین نہیں تھا۔ لیکن احساس ہوا کہ اتنا کارگر نسخہ ہے۔

قارئین! یہ انوکھا نسخہ آپ کی نذر ہے آپ اسے ضرور بنائیں استعمال کریں، واقعی بالوں کے مسائل خشکی کے مسائل اور جلدی مسائل کے لیے خاص طور پر سکری، بفا، بالوں کا گرنا، جڑوں کا کمزور ہونا ایک انتہائی (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

(**کراچی:** رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-2168390)
(**پشاور:** اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666)
(**راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194)
(**لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688)
(**سیالکوٹ:** ہلال بک سٹال ریلوے روڑ، 0321-7120318)
(**ایبٹ آباد:** اعوان نیوز ایجنسی 0992-335847)(**خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ)
(**ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121)
(**رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626)
(**علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684)
(**ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622)
(**جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441)
(**حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439)
(**درگاہ پاکپتن:** مہرآباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڑ پاکپتن 0333-6954044)
(**کلورکوٹ:** حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس)(**ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی)
(**مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077)
گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8443093)
(**چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035)
(**شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211)
(**بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755)
(**بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190)
(**وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714)
(**بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177)
(**ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845)
(**وزیرآباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591)
(**ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315)
(**حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026)
(**سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548)
(**کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805)
(**حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113)
(**اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبۂ مقصود احمد شہید 0321-5247893)
(**میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550)
(**خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654)
(**واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384)
(**فیصل آباد:** عادل ٹریڈرز۔ 0301-7118200۔ ملک کاشف، اخبار مارکیٹ 0300-6698022)(**اوکاڑہ:** اشرف نیوز ایجنسی 0300-6968538)
(**بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو 0333-6320766)(**بنوں:** امیر احمد 0333-9748847)
(**صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624)
(**قلعہ دیدار سنگھ:** مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال 0300-7451933)
(**بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693)
(**کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515)
(**کنڈیارو:** ماشاءاللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222)
(**منڈی بہاؤالدین:** 1۔حذیفہ دواخانہ، 0345-6810615۔ 2۔آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514)(**جہانیاں:** محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861)
(**احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 7768638- 0302)
(**نارووال:** باؤجی نیوز ایجنسی 0333-8749464)
(**گوجرانوالہ:** رحمن نیوز ایجنسی، 0300-6422516)
(**سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480)
(**چکوال:** حاجی برادرز بک سیلرز، 0306-5785684)
(**لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947)
(**گوجرخان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032)
(**تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728)
(**حضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166)
(**مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116)
(**کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760)
(**جہلم دینہ:** سجاد میڈیکوز موڑہ غربی 0333-5881892)
(**رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737)
(**مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095)
(**سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ، 0300-5665317)
(**کامونکی:** رمضان، سکائی گارمنٹس شاپ، 0344-4070752)
(**حسن ابدال:** مکتبہ نورالہدیٰ 0306-5601613)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ کو بھائی سے حسد نہیں بلکہ اس پر رشک ہوسکتا ہے۔ آپ ترقی کرنا چاہتے تھے اور اب بھی چاہتے ہیں یہ خواہش اچھی ہے مگر بھائی آپ کی توقع سے زیادہ آگے بڑھ گیا آپ نے تعلیم حاصل کی اور اس نے پیشہ وارانہ تعلیم حاصل کی اور ملک سے باہر بھی چلا گیا۔ اس وجہ سے اس کی آمدنی آپ کے مقابلے میں زیادہ ہے۔

پورا سال سکول نہیں گیا

میرا چھوٹا بھائی نویں جماعت میں پورا سال سکول نہیں گیا‘ اسے ایک بچے نے ڈرا دیا تھا کہ اگر تم سکول آئے تو تمہاری ایسی پٹائی ہوگی کہ سب دیکھیں گے۔ دراصل وہ ایک ماہ تک بیماری کی وجہ سے سکول نہیں جاسکا تھا۔ پھر ٹھیک ہونے کے بعد بھی اس خوف سے نہ گیا کہ کہیں سختی نہ کی جائے اور جماعت کے طالب علموں کے سامنے شرمندگی نہ اٹھانی پڑے۔ میں نے اسے گھر میں پڑھایا۔ سکول میں فیس دیتی رہی اور نویں کے امتحان میں شامل کروا دیا۔ اس نے بہترین نمبروں سے تمام پرچے پاس کرلیے۔ اب مسئلہ میٹرک کا ہے۔ اب بھی وہ سکول جانے کا نام نہیں لیتا اس کا کہنا وہی ہے کہ سر ماریں گے۔ پٹائی لگائیں گے یا سخت جملے کہیں گے۔ میں نے بہت سمجھایا۔ اپنے ساتھ لے کر گئی مگر پھر وہ خود نہ گیا۔ کیا اس کے ساتھ کوئی نفسیاتی مسئلہ ہے۔ ذہین ہونے کے باوجود سکول جانے سے گھبراتا ہے۔ **(شمیم‘ لاہور)**

مشورہ: آپ کا بھائی خوف کا شکار ہے۔ شخصیت کی تعمیر میں بچپن اور اس کے بعد کے دور میں ماں باپ‘ ٹیچر‘ بھائی‘ بہن اور دیگر گھر کے بڑوں کے ذریعے دیئے گئے انعامات و سزائیں بہت زیادہ اہم کردار انجام دیتی ہیں۔ جن بچوں کو بہت روک ٹوک کی جاتی ہے۔ سخت سزائیں دی جاتی ہیں اور خاص طور پر دوسروں کے سامنے برا بھلا کہا جاتا ہے۔ وہ آئندہ کسی ایسی صورتحال کا سامنا کرنے سے گھبراتے ہیں یا خوف کا شکار رہتے ہیں۔ آپ کے بھائی کو ڈر ہے کہ وہ سکول گیا تو اسے ٹیچر کی طرف سے تکلیف دہ رویے کا سامنا ہوگا اور دیگر طالب علموں کے سامنے بھی شرمندگی اٹھانی پڑے گی لیکن وہ اعلیٰ ذہنی صلاحیتیں رکھتا ہے اور یہ اس نے امتحان میں پاس ہوکر ثابت کردیا ہے۔ اب آپ کا کام اسے ہمت اور حوصلہ دینا ہے۔ اس کیلئے سکول جائیں اور ٹیچر سے کہیں کہ وہ بچے کو غیر حاضر ہونے پر کچھ نہ کہیں اور اب تو بیمار ہوئے بھی بہت وقت گزر چکا بلکہ اب اس کو بطور حوصلہ افزائی پاس ہونے پر انعام دیں۔ دوسری صورت میں جب وہ پہلے دن آئے تو بہت محبت سے اس کی کمر تھپکا کر خوش آمدید کہیں‘ شاباش دیں کہ اس نے سکول نہ آکر بھی نویں جماعت پاس کرلی۔ دوسرے بچوں کے سامنے اس کی تعریف کریں۔ خیال رہے کہ اس کا خوف دور کرنے کیلئے آپ کو اور ٹیچر کو گفتگو کرکے اس کی مدد کرنی ہوگی تھوڑی سی کوشش کے بعد وہ دوبارہ سکول جانے لگے گا۔

آخر مجھ میں کیا کمی تھی

میں نے ایم اے تک تعلیم حاصل کی اور سرکاری ملازمت کرلی‘ بھائی نے صرف انٹر کیا۔ ایک کمپنی میں ملازمت کے دوران کام سیکھا اور اب وہ امریکہ میں ہے۔ گھر پر بھی کافی رقم بھیج دیتا ہے۔ شادی امیر لوگوں میں ہوئی۔ میں نے ابھی تک تنگدستی کی وجہ سے شادی تک نہ کی۔ اسے دیکھ کر میں سوچتا ہوں کہ آخر مجھ میں کیا کمی تھی۔ لوگوں سے اس کی تعریفیں سنتا ہوں تو دل کی عجیب حالت ہوتی ہے۔ میں یہ نہیں مانتا کہ مجھے اس سے حسد ہے مگر کیا ہے یہ بھی معلوم نہیں...... **(سلیمان حیدر‘ کراچی)**

مشورہ: آپ کو بھائی سے حسد نہیں بلکہ اس پر رشک ہوسکتا ہے۔ آپ ترقی کرنا چاہتے تھے اور اب بھی چاہتے ہیں یہ خواہش اچھی ہے مگر بھائی آپ کی توقع سے زیادہ آگے بڑھ گیا آپ نے تعلیم حاصل کی اور اس نے پیشہ وارانہ تعلیم حاصل کی اور ملک سے باہر بھی چلا گیا۔ اس وجہ سے اس کی آمدنی آپ کے مقابلے میں زیادہ ہے۔ کیا یہ اچھی بات نہیں کہ آپ اپنے ملک میں ہیں اور ذمہ داری سے کام کررہے ہیں۔ ملازمت کے علاوہ بھی کوئی اور کام کریں۔ کچھ رقم جمع ہوجائے تو کاروبار کرلیجئے گا۔ محنت کی تو آپ بھی خوشحال ہوسکتے ہیں۔ اس دوران اہل خانہ کے مشورے سے کسی اچھی لڑکی سے شادی کرلیں۔

میرا کوئی قصور نہیں تھا

قسمت سے بہت اچھے لوگوں میں میری منگنی ہوگئی‘ ہم تین بہن بھائی ہیں۔ بڑی بہن ڈاکٹر ہیں۔ ابھی ان کی شادی نہیں ہوئی۔ میں سکول میں پڑھاتی ہوں۔ ایک بھائی ہے میٹرک کے بعد اس کی صحت خراب ہوگئی۔ ہمارے والدین نہیں ہیں۔ ہم تینوں چھوٹے تھے کہ ان کا انتقال ہوگیا۔ ہماری پرورش ماموں کے گھر ہوئی‘ اب ہم الگ گھر میں رہتے ہیں۔ بھائی نشے کا عادی ہوگیا ہے۔ پہلے تو ہمیں اندازہ نہیں ہوا پھر بڑی بہن نے بتایا کہ اب وہ کوئی شدید نشہ کررہا ہے‘ مثلاً ہیروئن وغیرہ کا...... غصے میں آکر انہوں نے بھائی کو گھر سے نکال دیا ہے کیونکہ ہمیں ڈر تھا کہ وہ گھر کی چیزیں نہ بیچ دے یا چوری وغیرہ نہ کرلے۔ افسوس ہوا جب لڑکے والوں کو معلوم ہوا کہ بھائی نشہ کرتا ہے تو انہوں نے رشتہ ختم کردیا۔ اب انہیں یہ کون بتائے کہ ہمارا کوئی قصور نہیں۔ ہر شخص اپنے عمل کا خود ذمے دار ہے۔ ہم کیسے معاشرے میں رہتے ہیں جہاں ایک کے جرم کی سزا دوسرے بے قصور کو سنائی جاتی ہے۔ ویسے یہ بتادوں کہ مجھے بھائی سے شدید محبت ہے اور میں چاہتی ہوں کہ وہ نشہ کرنا چھوڑ دے۔ **(علینہ حیات‘ پشاور)**

مشورہ: شراب‘ افیون‘ تمباکو‘ چرس‘ ہیروئن جیسے شدید نشوں کے عادی لوگ ذہنی طور پر مریض ہوجاتے ہیں‘ ایک وقت ایسا بھی آتا ہے کہ نشہ چھوڑنا ان کے اختیار میں نہیں ہوتا کیونکہ نشہ نہ کرنے پر انہیں جسمانی اور ذہنی تکلیف‘ درد اور اذیت ہوتی ہے۔ اس درد سے نجات کیلئے وہ دوبارہ نشے کی طرف بھاگتے ہیں اور ہر قیمت پر نشہ آور شے خریدنے پر مجبور ہوجاتے ہیں۔ یہ لوگ مجرم نہیں ہوتے مگر نشہ انہیں جرم کرنے پر مجبور کرتا ہے۔ ان مریضوں کو لوگ بری نگاہ سے دیکھتے ہیں۔ برا سمجھتے ہیں‘ ان کی وجہ سے اہل خانہ کو بھی شرمندگی اور ندامت کا سامنا ہوتا ہے۔ آپ بھائی سے محبت کرتی ہیں۔ بڑی بہن ڈاکٹر ہیں‘ انہیں ضرور معلوم ہوگا کہ بھائی کا علاج کروایا جاسکتا ہے وہ ذلت و رسوائی کے عذاب میں مبتلا رہے اور آپ لوگ بھی بے سکون رہیں‘ اس سے بہتر ہے کہ نشہ چھڑوایا جائے اور اس نازک وقت میں اس کی مدد کی جائے۔ یہ بہت مشکل کام ہے مگر ناممکن نہیں۔ اس سے بات کریں خاص طور پر اس وقت جب وہ نشے میں نہ ہو۔ یقیناً وہ اپنی زندگی سے تنگ آچکا ہوگا۔ اس میں خواہش پیدا کریں کہ وہ نشہ کرنا چھوڑ دے اس کا ماحول بدلیں اور خیال رکھیں کہ آئندہ وہ ان دوستوں میں نہ جانے پائے جن کے ساتھ نشہ کرتا رہا ہے۔ اس دوران اس کی تربیت بھی ضروری ہے۔

گردے اور پتھری کا روحانی آزمودہ علاج

مجھے اس کو دیکھ کر بہت مجھے رونا آیا کہ چڑھتی جوانی میں اتنا بیمار ہے اسی آدمی نے کہا یہ تقریباً سات ماہ بستر مرگ میں مبتلا ہے اور کافی حکیم' ڈاکٹروں کو دکھا چکے ہیں اور عاملوں کو بھی دکھا چکے ہیں' کوئی جادو کہتا ہے' کوئی کچھ کوئی کچھ......!

(عطاء الحق' کوٹ ادو)

محترم حکیم صاحب! میں قرآن پاک پڑھتا ہوں اور ساتھ ہی میرے والد ماجد نے دم پھونک کی اجازت بھی دی ہوئی ہے اور بہت سے لوگ ٹھیک ہوئے ہیں الحمدللہ پچھلے مارچ میں ایک آدمی مجھے اپنے گھر لے گیا اور اپنے چھوٹے بھائی کو دکھایا مجھے اس کو دیکھ کر بہت رونا آیا کہ چڑھتی جوانی میں اتنا بیمار ہے اسی آدمی نے کہا یہ تقریباً سات ماہ سے بستر مرگ میں مبتلا ہے اور کافی حکیم' ڈاکٹروں کو دکھا چکے ہیں اور عاملوں کو بھی دکھا چکے ہیں' کوئی جادو کہتا ہے' کوئی کچھ کوئی کچھ......! میں اول و آخر درود پاک 7 مرتبہ آیۃ الکرسی 7 بار' الحمد شریف 7 بار' آخری تین قل 3,3 بار پڑھ کر دم کیا اور یہ تعویذ بنا کر دیا۔ وہ تعویذ یہ ہے:۔

یاغفور	یاغفور	یاغفور
یاغفور	یاغفور	یاغفور
یاغفور	یاغفور	یاغفور

اللہ رب العزت نے اسے شفاء دی اب وہ خود چل کر میرے پاس آیا۔ آپ یقین کریں وہ لوگ تین بکریاں اور کچھ مرغیاں پہلے عاملوں کو دے چکے تھے اور بہت سی رقم بھی .... حالانکہ بہت ہی غریب لوگ ہیں۔ واللہ مجھے ایک روپیہ بھی کرائے کیلئے نہیں دیا مگر الحمدللہ میرے دل سے دعا ضرور نکلتی ہے کہ اللہ رب العزت نے میری لاج رکھ لی اگر میں پیسے لیتا اور اللہ شفاء نہ دیتا تو پھر میری بدنامی ضرور ہونی تھی۔

پیشاب میں رکاوٹ و پتھری کی تکلیف

پیشاب میں رکاوٹ و پتھری کیلئے روحانی عمل: ☆ پیشاب میں رکاوٹ اور پتھری کی تکلیف پر اصفہان کے رہنے والے شخص نے مندرجہ ذیل آیت طشتری پر لکھ کر پانی سے دھو کر پی لیا تو پیشاب ٹھیک آنے لگا اور پتھری نکل گئی۔ بسم اللہ الرحمن الرحیم وَّ بُسَّتِ الْجِبَالُ بَسًّا ۙ فَكَانَتْ هَبَآءً مُّنْۢبَثًّا (الواقعہ 6,5)۔ وَّ حُمِلَتِ الْاَرْضُ وَ الْجِبَالُ فَدُكَّتَا دَكَّةً وَّاحِدَةً (الحاقۃ 14)

☆ اسی طرح اس آیت شریف کو لکھ کر اس کا پانی پینا پیشاب اور پاخانہ کی تکالیف کو بھی دور کرتا ہے۔ کلام اللہ پر یقین رکھنا لازم ہے۔ وَ اِذِ اسْتَسْقٰى مُوْسٰى لِقَوْمِهٖ فَقُلْنَا اضْرِبْ سے لیکر فِي الْاَرْضِ مُفْسِدِيْنَ۔ (البقرۃ 60)

☆ اس مرض کیلئے سورۂ کوثر بھی اسی طرح نفع بخش ہے۔

☆ سلسل بول بیماری ہے' پیشاب بار بار چھوٹے وقفوں سے یا قطروں کی صورت میں آتا ہے اس کے دفعیہ کیلئے ان آیات کو لکھ کر بازو یا گلے میں باندھ لیا جائے تو بحکم ربی یہ مرض زائل ہوجائیگا۔ وَ قِيْلَ يٰۤاَرْضُ ابْلَعِيْ مَآءَكِ وَ يٰسَمَآءُ اَقْلِعِيْ وَ غِيْضَ الْمَآءُ وَ قُضِيَ الْاَمْرُ وَ اسْتَوَتْ عَلَى الْجُوْدِيِّ وَ قِيْلَ بُعْدًا لِّلْقَوْمِ الظّٰلِمِيْنَ ﴿هود ۴۴﴾

مصیبت کے وقت کیا پڑھیں؟؟؟

(ایم ایم قریشی)

جنگ خندق میں مسلمانوں پر سخت ترین وقت آ گیا تھا' حضور نبی کریم ﷺ بھی جنگ میں اتنے مصروف تھے کہ ایک مرتبہ آپ ﷺ کی نماز تک قضاء ہوگئی۔ صحابہ اکرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ ہمارے کلیجے منہ کو آ گئے ہیں' دشمن کی سختی اور ہیبت بے انداز ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا اس کلام کو بار بار پڑھو۔ اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِنَا وَاٰمِنْ رَوْعَاتِنَا ترجمہ: ''اے اللہ! ہماری عزت آبرو کی پردہ پوشی کرنا اور ہمیں سختی سے امن عطا کرنا'' اللہ نے اپنے حبیب ﷺ کی برکت سے کرم کیا اور فتح نے مسلمانوں کے قدم چوم لیے۔ آپ بھی سختی کے وقت درود شریف کی شرکت سے اس کلام کو پڑھا کریں۔

☆ ہر صبح کو تین بار اسے پڑھیں گے درود شریف کی معاونت کے ساتھ تو انشاء اللہ ہر مصیبت اور الم سے حفاظت ہوگی۔ بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِيْ لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَيْءٌ فِي الْاَرْضِ وَلَا فِي السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ۔

☆ فرمان نبوی ﷺ ہے کہ صبح و شام قرآن حکیم کی تین آخری سورتیں یعنی تینوں قل شریف پڑھا کریں تو دن رات امن میں گزرے گا تاہم چند شرائط کا لحاظ ضروری ہے۔ فرائض و واجبات باقاعدگی سے ادا کریں۔ ہمیں ہر طرح سے گناہ سے بچنا چاہیے۔ کسی آسمانی یا زمینی مصیبت کے وقت گھروں میں اذانیں دینا پریشانی کو دور کرتی ہے۔

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آرہی ہیں' ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہورہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

بچوں کا صفحہ

فیضان ہاشمی، لاہور

کوے کی حماقت اور نیولے کی عادت

کوے نے جب نیولے کی نرم گفتاری سنی تو اس کا دل مضبوط ہوگیا اور درخت کی نچلی ٹہنی پر بیٹھ کر کہنے لگا نہیں‘ نہیں! تم میرے لیے کسی رکاوٹ کا سبب نہیں ہولیکن مجھے آدم زاد اور دوسرے پرندوں سے آزار پہنچا ہے

کسی صحرا میں ایک کوا رہتا تھا جہاں ایک بڑے سے درخت پر اس کا گھونسلا تھا کوا کبھی کبھی صحرا میں گھومنے پھرنے کیلئے نکل جاتا اور جہاں دیکھتا کہ حیوانات نے ایک دوسرے کو شکار کیا ہے تو ان کی ہڈیاں درخت کے قریب لے آتا اور باقی ماندہ گوشت کھالیتا اور درخت پر بیٹھ کر صحرا کا نظارہ کرتا رہتا تھا وہ رات کو اپنے گھونسلے میں سوتا تھا اور خوشحال تھا کہ اس صحرا میں کوئی دوسرا درخت نہیں ہے نہ ہی دوسرے پرندوں کی آمدورفت ہے نہ ہی میرے کام میں کوئی مزاحم ہوتا ہے۔

اتفاق سے ایک دن ایک سفید اور موٹے تازے نیولے کا گزر اسی صحرا سے ہوا جب وہ درخت کے پاس آیا تو اسے ہڈیوں کی خوشبو سونگھائی دی۔ چونکہ رات ہوچکی تھی اس لیے گھاس کے نیچے ایک پناہ گاہ تلاش کرلی اور وہیں سوگیا۔

جب صبح ہوئی تو اس درخت کے نیچے آیا اور گھومنے پھرنے لگا کہ اس کی رہائش کے لیے کوئی مستقل ٹھکانہ موجود ہے یا نہیں۔کوا بھی اپنے گھونسلے میں ابھی ابھی واپس آیا تھا اور ایک ٹہنی پر بیٹھ کر صحرا کا نظارہ کررہا تھا کہ اچانک اسے درخت کے نیچے نیولہ دکھائی دیا اس لیے وحشت سے کانپنے لگا اور کہا آخر یہاں بھی ایک دشمن آگیا ہے؟ اگرچہ کوے کو معلوم تھا کہ نیولے کی رسائی درخت اور گھونسلے تک نہیں ہے لیکن پھر بھی کہنے لگا کہ ’’دشمن تو دشمن ہی ہوتا ہے اگر نیولے نے یہیں رہائش اختیار کرلی تو بہت برا ہوگا‘ اس طرح نہ تو میں درخت کے نیچے زمین پر بیٹھ سکوں گا اور نہ ہی مردہ پرندوں اور حیوانات کو یہاں لاسکوں گا اب تو یہی نیولہ میری خوراک میں شریک ہوکر میری جان کا دشمن بن جائے گا۔

کوے کا دھوکہ: کوے نے سوچا کہ کسی دوسری جگہ جاکر نیا گھونسلا بنالے لیکن پھر کہنے لگا گھونسلا بنانا بہت مشکل ہے اور سب جگہ نیولے رہتے ہیں۔بہتر یہی ہوگا کہ نیولے سے گفتگو کا آغاز کروں اور اس سے دوستی کا اظہار کروں اور اسے دھوکہ دوں تاکہ میری جان کا قصد نہ کرے۔یہ سوچتے ہی کوے نے درخت سے ایک سبز پتہ توڑا اور نیولے کے سامنے ڈال دیا اور اسے آواز دیتے ہوئے کہا کتنے تعجب کی بات ہے کہ ہمیں یاد کیا ہے اور تمہارا اس صحرا سے گزر ہوا ہے؟ کیا تم چاہتے ہو کہ یہیں رہو؟

نیولا اپنے دل میں سوچنے لگا کہ کوے کو کسی ہمراہی کی ضرورت ہے اس لیے کہ میں نے پہلے کبھی اسے نہیں دیکھا ہے لیکن اب چونکہ دوستی کا دم بھر رہا ہے تو بہتر ہوگا کہ آج ناشتہ یہیں کروں۔اس کے بعد کوے سے کہا میں تمہارے تعارف کا مشکور ہوں‘ ہاں! تم یہاں کیا کام کرتے ہو؟ میں نے ابھی یہاں رہنے کا فیصلہ نہیں کیا اگر میرا یہاں رہنا تمہارے کام میں رکاوٹ بنتا ہے تو یہاں سے چلا جاتا ہوں میں کسی کیلئے بوجھ نہیں بننا چاہتا۔

کوے نے جب نیولے کی نرم گفتاری سنی تو اس کا دل مضبوط ہوگیا اور درخت کی نچلی ٹہنی پر بیٹھ کر کہنے لگا نہیں‘ نہیں! تم میرے لیے کسی رکاوٹ کا سبب نہیں ہولیکن مجھے آدم زاد اور دوسرے پرندوں سے آزار پہنچا ہے اس لیے تنہائی میں رہنے کی عادت بنالی ہے اور کئی سالوں سے یہاں رہ رہا ہوں‘ ہاں تمہاری اگر کوئی رہائش ہے یا نہیں ہے اگر یہاں رہنا چاہتے ہو تو بڑی خوشی سے رہ سکتے ہو؟ اس کے بعد کوا اڑا اور نیولے کے سامنے زمین پر بیٹھ گیا اور اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہنے لگا‘ یہ درخت سائبان ہے۔

نیولے کی پریشانی: نیولا سوچنے لگا یہ کوا تو بڑا عجیب پرندہ ہے کہ اکیلے زندگی بسر کررہا ہے اور مجھ سے دوستی قائم کرنا چاہتا ہے حالانکہ میں تو نیولا ہوں۔ دیکھو! کیسی جرات سے میرے سامنے بیٹھ گیا ہے اور مجھے یہیں رہنے کی دعوت دے رہا ہے میں نے جب سے ہوش سنبھالا ہے ایسا بے پرواہ کوا کبھی نہیں دیکھا حالانکہ میں نے سن رکھا تھا کہ کوے تو نیولے سے ڈرتے ہیں لیکن یہ تو بے خوف وخطر مجھ سے باتیں کررہا ہے۔ معلوم نہیں اس نے اپنے دل میں کونسا نقشہ بنا رکھا ہے۔ ہاں! اس سے ایک بات پوچھوں گا اگر اس نے جھوٹ سے کام لیا تو ثابت ہوجائے گا کہ اس کی دوسری باتیں بھی جھوٹی تھیں اگر اس نے سچ کہا تو اس کا خلوص ثابت ہوجائے گا کہ مجھ سے نہیں ڈرتا اور یہ بھی ممکن ہے کہ اس کا کوئی ہمراہی اور مددگار بھی ہو اس لیے بہتر ہوگا کہ احتیاط سے کام لوں۔

یہ سوچتے ہی نیولے نے پوچھا کیا یہ درخت تم نے خود کاشت کیا ہے؟ کوے نے سوچا کہ معلوم ہوتا ہے نیولا بڑا احمق ہے بہتر ہوگا کہ اپنے آپ کو بزرگ ثابت کروں اور اس پر اپنا رعب قائم کروں اس لیے جواب دیا ہاں! یہ درخت میں نے خود ہی کاشت کیا ہے بلکہ اس صحرا کا سبزہ بھی میں نے لگایا ہے۔

نیولے نے کہا‘ آفرین! تم تو عمدہ سلیقہ کے مالک ہو‘ ہاں! یہ ڈھانچے اور ہڈیاں بھی انہی جانوروں کے ہوں گے جنہیں تم نے شکار کیا ہے؟ کوے نے جب دیکھا کہ نیولے نے اس کی باتوں پر یقین کرلیا ہے تو دلیر ہوگیا اور قدرے آگے بڑھ کر اس کے سامنے بیٹھ گیا اور کہا ہاں! میں کبھی کبھار شکار بھی کرلیتا ہوں۔ نیولے نے پوچھا‘ تم کس طرح شکار کرتے ہو؟ اس دوران نیولے نے کوے کو جواب دینے کا موقع نہ دیا اور اس کی طرف اچھل کر اسے پنجوں اور دانتوں سے پکڑ لیا اور کہا کیا اس طرح؟ کوا چلایا اور کہا‘ ہائے؟ مجھ ضعیف کو کیوں پکڑ لیا ہے کیا انصاف اور دوستی کی رسم اور عادت یہی ہے۔ نیولے نے کہا‘ نہیں‘ میں نے کب کہا ہے کہ دوستی اور انصاف کی رسم یہی ہے؟ البتہ تمہیں معلوم ہونا چاہیے کہ نیولے کی عادت اور رسم یہی ہے۔ میں نے تو تم سے دوستی کا دعویٰ نہیں کیا بلکہ یہ تم نے خود ہی کہہ رہے ہو؟ درخت کاری‘ سبزہ کاری اور شکار بھی تمہاری ہمت اور طاقت کی نشانیاں ہیں اگر تم ضعیف اور کمزور ہوتے تو اسی طرح درخت پر بیٹھے رہتے اور دوستی کا نہ بھرتے اور میں بھی یہاں سے چلا جاتا۔تو نے خود ہی سبز پتہ میری طرف پھینکا اور خود ہی مجھے یہاں رہنے کی دعوت دی‘ تمہارے بال اور پر موجود تھے لیکن تم نے پرواہ نہ کی حالانکہ تمہیں بخوبی علم ہے کہ نیولے تو کوے کے دشمن ہوتے ہیں! بلکہ میرے قریب آتے گئے اور اپنے آپ کو میرے پنجے میں ڈال دیا اب تمہارے کیے کا کوئی علاج نہیں ہے۔

گرتے بالوں کیلئے نایاب ترین ٹوٹکہ

گری خشک آدھ پاؤ کوٹ کر باریک کرکے تین کلو پانی میں ابالیں۔ جب ڈیڑھ کلو رہ جائے تو اتار کر چھان لیں۔نہانے کے آخر میں اسی پانی سے بالوں کو دھولیں اس کے بعد پھر سادے پانی سے بال نہیں دھونے‘ گرتے بال ختم ہوجائیں گے۔ بخار یا کمزوری کی وجہ سے جو بال گرتے ہیں بحال ہوجائیں گے‘ بال ملائم و چمکدار ہوجائیں گے۔ اپنی بھابی کو امریکہ میں استعمال کرایا وہ کہتی ہیں کہ ایسی لاجواب چیز ہے کہ اس کو بوتلوں میں بھر کر سٹور میں رکھنا چاہیے۔ **(ابولبیب)**

جنات کی چوریاں اور ان کا حل

حاجی مہتاب حسین دہلوی، نوشہرہ

میرا ایک جنرل اسٹور ہے اس میں پانچ چھ لاکھ کا سودا پڑا ہوا ہے۔ رات کو اسٹور بند کر کے آتے تو سارے دن کی آمدنی جو کہ کبھی ساٹھ ہزار ہوتی تو کبھی پچاس ہزار اب اس میں سے پانچ ہزار سے لے کر بیس ہزار تک چوری ہونے لگے آہستہ آہستہ جنرل اسٹور میں سامان کم ہونے لگا

میرا ایک بہت پرانا دوست مجھ سے عرصہ بیس سال کے بعد ملا۔ میں نے اسے گھر آنے کی دعوت دی تو اسی شام وہ میرے گھر تشریف لایا' وہ بہت زیادہ پریشان تھا میرے پوچھنے پر اس نے اپنے حالات کچھ اس طرح بیان کئے کہ میرا تیسرے نمبر والا بیٹا راج محمد عرف راجو نے گھر سے چوری کی چاندی کا کچھ زیور ہمارے پاس تھا اس سے تھوڑی سی چاندی جو کہ تقریباً 200 گرام تھی چوری کر کے بیچ دی راجو کے ایک دوست نے مجھے بتایا کہ راجو نے گھر سے زیور چوری کئے ہیں آپ اپنا زیور سنبھال لیں تاجو نے اپنی بیوی سے بات کی تمام زیور چیک کرنے کے بعد پتہ چلا کہ چاندی کے دو کڑے نہیں ہیں۔ اب ڈائریکٹ نشانہ راجو تھا۔ لہٰذا ہم نے اسے پکڑ لیا راجو تقریباً بائیس سال کا تھا جب خوب سختی کی تو وہ رونے لگا اور قرآن پر ہاتھ رکھ کر کہنے لگا کہ میں نے صرف دو کڑے لئے ہیں راجو کی اس حرکت سے بس ہمارے گھر میں چوری کا ایک سلسلہ شروع ہو گیا میرے پاس تقریباً سوا دو سیر چاندی تھی آہستہ آہستہ سب ختم ہو گئی تمام الزام راجو پر ہی لگتا رہا آخر راجو نے گھر ہی چھوڑ دیا اور وہ نواب شاہ چلا گیا لیکن چوری کا سلسلہ نہ رک سکا اور اب ظاہراً بھی چوری ہونے لگی یعنی گھر میں گھر کے خرچے سے بھی ہزار پندرہ سو روپے ہڑپ ہوتے تھے ان میں سے کبھی پانچ سو روپے کبھی سات سو روپے غائب ہونے شروع ہو گئے اب تو گھر کے تمام ہی فرد ایک دوسرے پر شک کرنے لگے۔

سٹور سے آمدنی ختم: میرا ایک جنرل اسٹور ہے اس میں پانچ چھ لاکھ کا سودا پڑا ہوا ہے۔ رات کو اسٹور بند کر کے آتے تو سارے دن کی آمدنی جو کہ کبھی ساٹھ ہزار ہوتی تو کبھی پچاس ہزار اب اس میں سے پانچ ہزار سے لے کر بیس ہزار تک چوری ہونے لگے آہستہ آہستہ جنرل اسٹور میں سامان کم ہونے لگا تو آمدنی میں بھی خاصی کمی ہو گئی اور اب یہ حالت ہے کہ دکان پر گاہک تو آتے ہیں لیکن سودا نہیں ہوتا جس کی وجہ سے گاہکوں کی بھی کمی ہونی شروع ہو گئی۔ **بیٹی کی رقم غائب:** میری بیٹی سسرال سے آئی ہوئی تھی۔ اس کے پاس کچھ انعامی بانڈز تھے وہ بھی چوری ہو گئے اب تو ہم بہت سٹ پٹائے میرا دل اپنے ہی گھر کے کبھی کسی فرد پر تو کبھی کسی فرد پر شک کرتا رہا آخر میری بیوی نے کہا کہ کیش اور دیگر قیمتی اشیاء ہم اپنے ہی کمرے میں رکھیں گے اور اس کمرے میں بسوائے آپ کے اور میرے تمام افراد خانہ کا ہم اپنے کمرے میں داخلہ بند کر دیتے ہیں سو ہم نے ایسا ہی کیا لیکن چوری کا سلسلہ نہ رکا بھائی اب تو یہ حالت ہے کہ بتاتے ہوئے بھی شرم آتی ہے اور آنکھوں سے ایک نہ بند ہونے والا آنسوؤں کا سلسلہ جاری تھا۔ میں نے کہا بھائی تاج محمد اللہ پر بھروسہ کرو انشاء اللہ سب ٹھیک ہو جائے گا۔ اسی دوران کھانا تیار ہو گیا اور ہم طعام پر بیٹھ گئے کھانے سے فارغ ہو کر واپس اپنی اپنی جگہ پر بیٹھ گئے اور ایک کاغذ پر اور ایک پنسل اسے دی کہ بطور یادداشت کچھ پوائنٹ تحریر کر لیں اور درج ذیل عملیات اسے بتائے میں نے اسے کہا کہ ہفتہ میں بطور منت اللہ تبارک تعالیٰ کے لئے دو روزے بروز سوموار اور جمعرات کے نفلی روزے رکھیں میری بات کو کاٹتے ہوئے تاج محمد نے کہا کہ بھائی آخر یہ کیا ہے میں نے اسے بتایا کہ آپ کے گھر میں ایک چور جن ہے جو یہ کام کر رہا ہے لہٰذا آپ جمعرات سے یا سوموار سے یہ عمل شروع کر دیں۔

وظیفہ نمبر 1: تہجد کی نماز ادا کرنے کے بعد فجر کی اذان کے وقت آپ اپنے تمام رہائشی کمروں میں اذان فجر با آواز بلند فجر کی اذان دیں اور اذان کے بعد کمرے کے درمیان میں کھڑے ہو کر اقامت پڑھیں پھر مسجد میں جا کر فجر کی نماز باجماعت تکبیر اولیٰ سے ادا کریں نیز چالیس دن کی نماز باجماعت تکبیر اولیٰ کی نیت کریں اشراق کے نوافل ادا کر کے گھر آئیں اور ناشتہ کر کے دکان پر جائیں۔ **وظیفہ نمبر 2:** دکان میں بیٹھ کر دکان اندر سے بند کر لیں اور قبلہ رو بیٹھ کر 313 مرتبہ یَابَاسِطُ یَااَللّٰہُ یَارَزَّاقُ پڑھیں اور دکان کے چاروں کونوں میں پھونک دیں اور دکان کھول لیں انشاء اللہ کافی حد تک ذرائع آمدنی میں اضافہ ہوتا چلا جائے گا۔ نماز چاشت کے لئے دکان پر بچے کو کھڑا کر کے آپ گھر جائیں۔ چاشت کے نوافل ادا کر کے چار رکعت نماز نفل اس طرح ادا کریں کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پہلی رکعت میں 79 مرتبہ سورۃ قریش پڑھیں پھر رکوع اور سجدہ کریں دوسری میں سورۃ فاتحہ کے بعد 78 مرتبہ سورۃ قریش پڑھیں اور اسی طرح تیسری اور چوتھی رکعت میں بھی 78,78 مرتبہ پڑھیں اس طرح چاروں رکعتوں میں 313 مرتبہ سورۃ قریش پوری ہو جائے گی اور نوافل پر تقریباً 30 منٹ (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

بکھرے موتی نکھرے لعل

محمد بشیر، واہ کینٹ

حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے منقول ہے کہ یہ سورۂ انعام جس مریض پر پڑھی جائے تو اللہ تعالیٰ اس کو شفاء دیتے ہیں

کسی دانا کا قول ہے کہ تاجر میں تین باتیں نہ ہوں تو دونوں جہانوں میں خسارہ پاتا ہے ایک ایسی زبان جو جھوٹ وفضول گوئی اور قسموں سے پاک صاف ہو' دوسرے ایسا دل جو کھوٹ و خیانت اور حسد سے پاک ہو' تیسرے ایسا نفس جو جمعہ اور جماعت کا خیال رکھتا ہو اور موقع ملے تو علم کی طلب میں لگتا ہو اور اللہ تعالیٰ کی رضا کو ماسوا پر ترجیح دیتا ہو۔☆

حیا اور بے حیائی: حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد نقل کرتے ہیں کہ حیاء ایمان کا ایک حصہ ہے اور ایمان جنت میں لے جاتا ہے اور بے حیائی بد خلقی کی بات ہے اور بد خلقی دوزخ میں لے جاتی ہے۔

مسلمان پر بہتان باندھنے کا عذاب

حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ جو کسی مومن مرد یا عورت کو اس کے فقر و فاقہ کی وجہ سے ذلیل وحقیر سمجھتا ہے اللہ تعالیٰ قیامت کے روز اس کو اولین و آخرین کے مجمع میں رسوا و ذلیل کریں گے اور جو شخص کسی مسلمان مرد یا عورت پر بہتان باندھتا ہے اور کوئی ایسا عیب اس کی طرف منسوب کرتا ہے جو اس میں نہیں ہے اللہ تعالیٰ قیامت کے روز اس کو آگ کے ایک اونچے ٹیلے پر کھڑا کریں گے جب تک کہ وہ اپنی تکذیب نہ کرے۔

کسی بھی تکلیف یا غم کیلئے

سَلٰمٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى الدَّارِ (رعد 24)

اگر کسی شخص کو کسی سے کوئی تکلیف پہنچی ہو یا غم یا کسی سے دکھ پہنچا ہو تو وہ اس دعا کو پڑھے انشاء اللہ اس کے لیے دین و دنیا میں فتوحات کے دروازے کھل جائیں گے۔

سورۃ الانعام کی ایک خاص فضیلت

بعض روایات میں حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے منقول ہے کہ یہ سورۂ انعام جس مریض پر پڑھی جائے تو اللہ تعالیٰ اس کو شفاء دیتے ہیں۔

مسوڑھوں سے خون نکلنے کا گھریلو ٹوٹکہ

اگر کسی کے مسوڑھوں سے خون نکلتا ہو تو وہ امرود کے چند پتے ایک گلاس پانی میں پکا کر غرارے کرے' انشاء اللہ کچھ دنوں میں افاقہ ہو جائے گا۔ (سحرش سہیل)

بڑھاپے میں خدا کی نافرمانی اور سزا

عزیز الرحمن عزیز پشاور

کاغذ قلم لیکر دونوں اپنی باتیں ایک دوسرے کو سمجھانے میں لگ گئے کہ اچانک ان صاحب کے بچوں میں سے بڑے نے بڑی عجیب سی بات کردی جو کہ ان دونوں غالباً اس سوال کیلئے بالکل بھی تیار نہ تھے

پشاور میں ایک مسجد میں جیسا کہ ہر مسجد میں بحث مباحثہ ہوتا رہتا ہے بدقسمتی سے مسلمانوں میں آپس میں ایک دوسرے کے خلاف غیبت اور بہتان طرازی ایک قسم کی عادت ثانیہ میں بن چکی ہے۔ بلاتحقیق ایک سنی سنائی بات آگے کسی دوسرے تک پہنچانا ہر کوئی اپنا فرض عین سمجھتا ہے۔ اسی قسم کا ایک واقعہ (غیبت) اس مذکورہ مسجد میں ہوا کہ ایک صاحب (موصوف کے والد مرحوم بھی اسی مسجد کے) جو کہ مسجد کے متولی ہیں ان کیلئے ان باپ بیٹوں کی خدمات علاقہ کے کسی بھی فرد سے پوشیدہ نہیں ہیں۔ مسجد کی خدمت ان حضرات کے فرائض میں شامل ہوچکا ہے۔ (راقم کا باوجود فروعی اختلاف ہونے کے باوجود کبھی بھی ان کے خلاف کوئی بھی بات اشارتاً یا کنایتاً نہیں کہی) بہرحال اس قبیل کے کسی صاحب نے حاجی صاحب کے بارے میں کوئی نازیبا بات کہی اس کے جواب میں ان حاجی صاحب کے غالباً حامی صاحب ہونگے نے جواباً ان س کہا کہ آپ کو غلط فہمی ہوئی ہے۔ حاجی صاحب تو بڑے ایماندار قسم کے صاحب ہیں بڑے متقی اور پرہیزگار شخص ہیں جنہوں نے اعتراض کیا تھا پوچھا کہ وہ کیونکر ایماندار کہہ رہے ہیں آپ انہیں جواب میں کہا گیا کہ سنیے بغیر تحقیق کسی پر کوئی الزام لگانا (مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھانا ہے (حدیث)) ہوا یوں کہ حاجی صاحب کے پاس ان کے ایک دوست ہمیشہ آیا کرتے تھے (فارغ وقت) ان دوست صاحب کا بلاناغہ آنا جانا رہتا تھا۔ بہت کم ہی ناغہ ہوتا تھا۔ حاجی صاحب کے بچوں کا کہنا تھا کہ ہمارے والد صاحب ان حاجی صاحب کے پاس روپے رکھتے ہیں مگر حاجی صاحب کو ان کے دوست نے منع کردیا تھا کہ میرے بچوں کے علم میں بھی نہ انا چاہیے کہ میں اپ کے پاس رقم جمع کراتا رہتا ہوں۔ ایک دفعہ مذکورہ دوست کے بچوں نے حاجی صاحب سے پوچھا بھی مگر وہ حاجی صاحب صاف انکاری ہوگئے بلکہ دوست کیلئے جھوٹ بھی بولنا پڑا کہ یہ فرد آپ کے والد میرے دوست ضرور ہیں لیکن اس کے علاوہ اور کوئی تعلق نہیں ہے (وہ میرے پاس کوئی رقم نہیں رکھتے) یہ حقیقتاً آپ لوگوں کا ہم دونوں پر خواہ مخواہ کا شک ہے حالانکہ ایسی کوئی بھی بات نہیں ہے وہ بیچارے (بچے) اپنا سا منہ لیکر چلے جاتے جب وہ صاحب تشریف لاتے تو حاجی صاحب سے آتے ہی پوچھتے کہ میرے بچے تو نہیں آئے تھے اور پھر پوری گپ شپ کا موضوع بچے اور روپے کی نظر ہوجاتے اور پھر مجلس برخاست ہوجاتی۔ اسی طرح وقت گزرتا رہا اور حسب سابق گپ شپ بھی پھر خدا کا کرنا کیا ہوا کہ اس کے بچے آئے اور گھبرائے ہوئے سے تھے پوچھنے پر انہوں نے بتایا کہ آپ کا دوست ہسپتال میں ہے میں نے وجہ پوچھی تو انہوں نے بتایا کہ ان پر فالج کا حملہ ہوا ہے لہٰذا ہمیں انہیں ہسپتال لیجانا پڑا۔ حاجی صاحب نے سب کام چھوڑ کر اپنے دوست کی عیادت کیلئے ہسپتال پہنچ گئے۔ جب حاجی صاحب نے دیکھا تو انہیں دیکھ کر بڑا دکھ ہوا' فالج ایک سائیڈ پر ہوا تھا اور زبان بھی بند ہوگئی تھی' اب حاجی اشاروں سے اپنی بات ان تک اور ان کی بات بھی اشاروں ہی کی زبان سے سمجھنے کی کوشش کرنے لگا۔ ان کے بچوں نے فوراً قلم کاپی سامنے رکھی اور کہا کہ جو کچھ آپ نے کہنا ہے وہ لکھ کر ایک دوسرے کو سمجھائیں۔ کاغذ قلم لیکر دونوں اپنی باتیں ایک دوسرے کو سمجھانے میں لگ گئے کہ اچانک ان صاحب کے بچوں میں سے بڑے نے بڑی عجیب سی بات کردی جو کہ ان دونوں غالباً اس سوال کیلئے بالکل بھی تیار نہ تھے (یعنی سوال کیا گیا کہ میرے والد صاحب کے آپ کے پاس کتنے روپے ہیں یا اور کوئی بات) مریض موصوف نے جو کہ غلطی سے سوالیہ کاغذ موصوف (مریض) کے ہاتھ میں تھا تو انہوں نے فوراً سے بیشتر لکھ دیا کہ میں نے پہلے بھی کئی دفعہ آپ حضرات کو سمجھایا ہے کہ یہ صاحب میرے دوست ہیں اس کے سوا کوئی اور تعلق نہیں ہے۔ جب ان کے دوست نے مریض کا جواب دیکھا تو انہوں نے بھی دوست کی خواہش کا احترام کرتے ہوئے کہہ دیا کہ آپ کے والد صاحب ٹھیک کہہ رہے ہیں اور ان کے بچوں کا پروگرام دھرے کا دھرا رہ گیا۔ خیر اسی طرح یہ عیادت اختتام پذیر اور دعائیں کرتے ہوئے انہوں نے اجازت چاہی اور رخصت ہوگئے۔ حقیقت میں ان صاحب کی بیماری سے پریشان رہنے لگا لیکن وہ اس بیماری سے صحت یاب نہ ہوسکا اور اللہ کو پیارا ہوگیا موصوف اب مرحوم ہوچکے تھے اللہ ان کی کوتاہیوں کو درگزر فرمائے۔

ان کے دوست کو ان کے بچوں نے فون پر اطلاع دی جس کا انہیں بڑا افسوس اور دکھ ہوا۔ فوت ہونے کے چہلم کے بعد حاجی صاحب نے مرحوم کے بچوں کو کہا کہ آپ کے والد مرحوم کے میرے پاس ایک لاکھ ستر ہزار روپے امانت ہیں جب بھی آپ چاہیں آ کر لے جائیں اب پسماندگان کو بڑی حیرانگی ہوئی کہ آپ نے ہسپتال میں انکار کردیا تھا اور اب۔۔۔؟ تو حاجی صاحب نے ان کی حیرانگی دور کرتے ہوئے کہا کہ جب رقم کے مالک نے انکار کردیا تھا تو میں کیسے اقرار کرتا' بہرحال بہن بھائیوں اور ان کی والدہ کی موجودگی میں رقم ادا کردی گئی۔ یہ تو تھی حاجی صاحب کی ایمانداری جو کہ واقعی قابل تعریف ہے۔

عبرت حاصل کریں: لیکن یہ واقعہ میں جب بھی یاد کرتا ہوں تو ایک چیز پر بڑا دکھ ہوتا ہے کہ مریض ہسپتال میں بیڈ پر پڑا ہوا ہے زبان بند ہے لیکن اپنے بچوں کے ناگہانی سوال پر حیرانگی سے ان کی طرف دیکھتے ہوئے اسے فوراً خیال آیا کہ اگر میں نے اس کاغذ پر لکھ دیا تو یہ بچے میرے سامنے ساری رقم لے جائیں گے اور میں منہ دیکھتا رہ جاؤنگا' میں تو بس دو چار دن کیلئے ہسپتال رہونگا اور صحت یاب ہوکر گھر چلا جاؤں گا۔ مگر افسوس کہ اسے موت کا خیال بالکل بھی نہیں آیا

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹونکہ‘ تجربہ‘ کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اگست کے جوابات

1۔محترمہ! آپ معجون فلاسفہ ایک چمچہ تین بار لیں۔ یہ دوائی کم از کم تین ماہ مسلسل استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپریشن کے بغیر ہی غدود ختم ہوجائیں گے۔ **(عطامحمد‘ ڈیرہ اسماعیل خان)**

2۔آپ کچھ مسلسل پھل‘ مکھن‘ بالائی زیادہ استعمال کریں‘ کوئی دوائی ہرگز نہ لیں۔ **(فرحت حسین‘ سرگودھا)**

ii۔صبح نماز فجر کے بعد کھلی فضا میں گہرے سانس کھینچیں اور حتی الواسع سانس اندر روکیں جب برداشت ختم ہوجائے تو منہ کے ذریعے خارج کردیں۔ کم از کم دس منٹ ایسا کریں۔ اس کے بعد چالیس مرتبہ **یاحفیظ یاسلام** پڑھیں۔ کم از کم دو سے تین ماہ ایسا کریں۔ واضح رزلٹ سامنے آئیگا۔ **(زلیخاں‘ راولپنڈی)**

3۔ دائمی اور ضدی بخار کیلئے جوہر شفاء مدینہ بہت اکسیر ہے۔ دن میں چار مرتبہ آدھا چمچ استعمال کریں اگر ممکن ہوتو دن میں ایک وقت اس کا قہوہ بنا کر پئیں۔ کم از کم پانچ ماہ پابندی سے استعمال کریں۔ گرم اور تلی ہوئی چیزوں سے پرہیز کریں۔ یہ میرا ذاتی آزمودہ تجربہ ہے امید ہے ضرور فائدہ ہوگا۔ والدہ سے میرے لیے دعا ضرور کروائیے گا۔ **(نوازش علی‘ لاہور)**

4۔بہن آپ پریشان نہ ہوں روایات میں آتا ہے کہ تین چیزوں میں شفاء زیتون‘ شہد اور زم زم۔ آپ زم زم کے پانی میں دو چمچ شہد ملا کر صبح و شام استعمال کروائیں اور صبح و شام زیتون کے تیل سے پھلبہری والی جگہ پر مساج کریں اور اس جگہ اچھی طرح تیل لگائیں اگر زم زم کا پانی کم ہوتو ایک گھونٹ زم زم اور باقی دوسرا ملالیں۔ کم از کم آدھا گلاس ضرور ہوا گر دن میں زیادہ بار ایسا کرسکیں تو نفع زیادہ ہوگا اور کوشش کریں کہ خالی پیٹ استعمال کریں۔ اللہ کرم کرے گا۔ **(محمد شریف‘ سرگودھا)**

ii۔بیٹی آپ **یَاقَہَّارُ** صبح و شام ایک ایک تسبیح اپنی بیماری کا تصور کرکے پڑھیں۔ انشاء اللہ ہٹیلی بیماریاں بھی پیچھے چھوڑ دیں گی۔ **(ثانیہ بیگم‘ کراچی)**

ستمبر کے سوالات

1۔قارئین! عرصہ 15-16 سال سے میری چھاتی کے دونوں حصوں پر گلٹیاں بنی ہوئی تھیں‘ دونوں حصے ابھرے ہوئے ہیں‘ ہاتھ لگانے سے درد ہوتا ہے۔ دوست مذاق کرتے ہیں۔ شرمندگی ہوتی ہے‘ ڈاکٹروں نے لاعلاج قرار دیا ہے‘ براہ مہربانی! اگر کسی بھائی کے پاس اس کا حل ہوتو ضرور بتائیں آپ کا احسان ہوگا۔ **(م۔س۔ پاکپتن شریف)**

2۔میری عمر 40 سال ہے اور میرے چار بچے ہیں‘ میرا پہلا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دونوں کندھوں میں شدید درد ہوتا ہے۔ یہ درد دن کو تو کم محسوس ہوتا ہے مگر رات کو بڑھ جاتا ہے‘ رات کو کروٹ بدلنی بھی دشوار ہوجاتی ہے‘ درد سردیوں میں بڑھ جاتا ہے‘ گرمیوں میں کم ہوتا ہے‘ پٹھوں کی طاقت کیلئے کچھ مشورہ دیں‘ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ دماغی کمزوری بہت زیادہ ہے سارے بال سفید ہوگئے ہیں‘ سر بہت چکراتا ہے‘ دماغ پر بوجھ رہتا ہے‘ نزلہ بلغم نہیں۔ قارئین! سے گزارش ہے کہ مجھے کوئی روحانی یا گھریلو نسخہ بتائیں۔ **(ام احسان‘ حضرو)**

3۔میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں 8 سال سے آدھے سر کے درد میں جسے درد شقیقہ بھی کہتے ہیں میں مبتلا ہوں‘ یہ میرے دائیں طرف ہوتی ہے اور آنکھ بھی درد کرتی ہے‘ کبھی کبھار بائیں طرف بھی ہوتی ہے اور پورے سر میں بھی ہوتی ہے‘ لیکن آرام آجاتا ہے لیکن جو دائیں طرف سے درد ہوتا ہے وہ تین دن رہتی ہے ان تین دنوں میں کوئی دوائی اثر نہیں کرتی نہ کوئی انجکشن‘ یہ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ برداشت نہیں ہوتا۔ دوائیاں کھا کھا کر میرا معدہ خراب ہوچکا ہے۔ مہربانی فرما کر مجھے اس بیماری سے نجات دلاتے ہوئے شکریہ کا موقع دیں۔ **(عالیہ ملک‘ گوجرانوالہ)**

4۔میری بہن کی عمر 24 سال ہے اور اس کو ماہواری کا مسئلہ ہے‘ بہت کم آتی ہے اور بے قاعدگی سے آتی ہے‘ کبھی کبھار تو 3,4 ماہ بعد آتی ہے‘ بہت ادویات استعمال کی ہیں ان سے چکر آنا شروع ہوجاتے ہیں‘ دیسی ادویات سے تھوڑا بہت فرق پڑا تھا‘ براہ مہربانی اپنے اکتوبر کے رسالے میں اس کا جواب شائع کردیں۔ شکریہ **(سحرش سہیل)**

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

انتخاب: کمی احمد پوری

حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ جب آیت مباہلہ نازل ہوئی: ”آپ فرمادیں آؤ ہم بلائیں اپنے بیٹے اور تمہارے بیٹے“ تو حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے حضرت علیؓ‘ حضرت فاطمہ‘ حضرت حسن اور حسین رضوان اللہ علیہم اجمعین کو بلایا‘ پھر فرمایا: یااللہ! یہ میرے اہل (بیت) ہیں۔“ **(مسلم‘ ترمذی)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے حضرت علیؓ‘ حضرت فاطمہ‘ حضرت حسن اور حضرت حسین رضوان اللہ علیہم اجمعین سے فرمایا: تم جس سے لڑو گے میں اس کے ساتھ حالت جنگ میں ہوں اور جس سے تم صلح کرنے والے ہو میں بھی اس سے صلح کرنے والا ہوں۔“ (ترمذی‘ ابن ماجہ) ☆حضرت زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا: میں تم میں ایسی دو چیزیں چھوڑے جارہا ہوں کہ اگر میرے بعد تم نے انہیں مضبوطی سے تھامے رکھا تو ہرگز گمراہ نہ ہوگے۔ ان میں سے ایک دوسری سے بڑی ہے۔ اللہ تعالیٰ کی کتاب آسمان سے زمین تک لٹکی ہوئی رسی ہے اور میری عترت یعنی اہل بیت اور یہ دونوں ہرگز جدا نہ ہوں گی یہاں تک کہ دونوں میرے پاس حوض کوثر پر آئیں گی پس دیکھو کہ تم میرے بعد ان سے کیا سلوک کرتے ہو؟“ (ترمذی‘ نسائی‘ احمد) ☆حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے پروردہ حضرت عمر بن ابی سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں جب ام المومنین ام سلمہ رضی اللہ عنہا کے گھر حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم پر یہ آیت ”اے اہل بیت! اللہ تو یہی چاہتا ہے کہ تم سے (ہر طرح) کی آلودگی دور کردے اور تمہیں خوب پاک وصاف کردے“ نازل ہوئی تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے سیدہ فاطمہ اور حسنین کریمین رضوان اللہ علیہم کو بلایا اور انہیں اپنی کملی میں ڈھانپ لیا۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے پیچھے تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے انہیں بھی اپنی کملی میں ڈھانپ لیا۔ پھر فرمایا: اے اللہ! یہ میرے اہل بیت ہیں‘ پس ان سے ہر قسم کی آلودگی دور فرما اور انہیں خوب پاک وصاف کردے۔ سیدہ ام سلمہ رضی اللہ عنہا نے عرض کیا: اے اللہ کے نبی! (صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم) میں (بھی) ان کے ساتھ ہوں‘ فرمایا: تم اپنی جگہ رہو اور تم تو بہتر مقام پر فائز ہو۔“ **(اسے امام ترمذی نے روایت کیا ہے اور فرمایا کہ یہ حدیث حسن صحیح ہے)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

خواہش پوری ہونے کی علامت

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں چھان بورا بیچنے کیلئے کہیں جارہی ہوں تو اس جگہ کرفیو لگا ہوا ہے یہ محرم کا مہینہ ہوتا ہے میں ایک گھر کے اندر چلی جاتی ہوں تو مجھے پتہ چلتا ہے کہ یہ ہمارے جاننے والے ایک قاری صاحب کا گھر ہے۔ میں ان کی چھت پر چلی جاتی ہوں' ان کی چھت بہت خوبصورت ہوتی ہے۔ میرے ساتھ میری دوست بھی ہوتی ہے۔ قاری صاحب کی بیوی اس سے کچھ پوچھتی ہیں تو ان کو ایک آیت سناتی ہے جس کا ترجمہ ہے کہ جس نے رسول ﷺ کی اطاعت کی اس نے اللہ کی اطاعت کی ہے۔ پھر وہ ایک اور آیت سناتی ہے کہ ''اللہ جسے چاہے عزت دے' جسے چاہے ذلت دے'' اس پر قاری صاحب کی بیوی خوش ہوکر اسے شاباش دیتی ہیں۔ وہ کہتی ہیں کہ تمہیں آیات کتنی یاد ہیں تو میری دوست کہتی ہے مجھے بیس یاد تھیں میں نے ساری یاد کرلیں۔ دوسری رات میں نے دیکھا کہ میری دوست کی بہن مجھے لیمن کلر کا بہت خوبصورت سا دوپٹہ دیتی ہے جس پر سلور کا کام ہوا تھا پھر میں قرآن پاک کی سورۂ نصر پڑھتی ہوں' تیسری رات میں نے دیکھا کہ جیسے میں اور میری دوست سکول میں ہیں وہاں ایک لڑکی کی شادی ہے میں اس کی طرف اشارہ کرکے کہتی ہوں یہ بہت اچھی آیۃ الکرسی پڑھتی ہے اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (مومنہ بتول' لاہور)

تعبیر: کسی معاملے میں تاخیر سے کامیابی ہوگی کوئی دیرینہ خواہش پوری ہونے کی علامت ہے۔ بکثرت درود شریف اور تلاوت قرآن کیا کریں اللہ تعالیٰ آپ کا مستقبل بہتر فرمائیگا۔ انشاءاللہ۔

آپ کے حق میں اچھا نہیں

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ پولیس اور کچھ غیر ملکی لوگ میرے پیچھے بھاگ رہے ہیں وہ ''پکڑو پکڑو'' کہہ رہے ہیں۔ میں ان سے بچنے کے لیے بہت تیز بھاگتی ہوں' بھاگتے بھاگتے میرے سامنے ایک دروازہ آتا ہے اور خودبخود کھل جاتا ہے۔ میں اس میں داخل ہوجاتی ہوں اور پھر تمام آوازیں آنا بند ہوجاتی ہیں میں بہت سکون محسوس کرتی ہوں۔ تھوڑی دیر بعد میرے سامنے وہی لوگ کھڑے ہوتے ہیں۔ میں جہاں بیٹھی ہوتی ہوں وہاں قریب ہی ٹوٹا پھوٹا فرنیچر پڑا ہوا تھا۔ میں رینگتی ہوئی اس سامان کے پیچھے چھپ جاتی ہوں۔ ایک پولیس والا مجھے دیکھ لیتا ہے لیکن کچھ نہیں کہتا اور چلا جاتا ہے۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (سدرہ علی' شیخوپورہ)

تعبیر: خواب آپ کے حق میں اچھا نہیں ہے۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی ناگہانی مصیبت آنے والی تھی جو کہ آپ کے اچھے اعمال کی وجہ سے ٹل گئی ہے۔ خدا کا شکرادا کریں۔ نماز پنجگانہ پابندی سے پڑھیں۔ ہر نماز کے بعد یَاحَفِیْظُ کا بکثرت ورد کریں۔

بیٹا تابوت سے نکل آیا

خواب: میں نے خواب میں اپنے بیٹے کو دیکھا کہ وہ تابوت میں پڑا ہوا ہے وہ تابوت سے نکل کر اچانک میرے پاس آجاتا ہے۔ جب وہ تابوت سے باہر آتا ہے تو اس کی عمر تقریباً چھ ماہ کی ہوتی ہے اور وہ سردی سے کانپ رہا ہوتا ہے۔ میں اس کی بیوی سے جو میرے ساتھ کھڑی تھی کو کپڑے لانے کا کہتی ہوں۔ تھوڑی دیر بعد جو قمیض وہ لے کر آتی ہے وہ پھٹی ہوتی ہے۔ یہ حالت دیکھ کر میں اپنے بیٹے کو اپنے سینے سے لگا لیتی ہوں اور اپنی چادر سے ڈھانپ لیتی ہوں۔ مجھے میرا بیٹا زندہ دکھائی دیتا ہے۔ میں لوگوں سے کہتی ہوں کہ میرا بیٹا تو زندہ ہے۔ آپ سب لوگ چلے جائیں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (میمونہ علی' ملتان)

تعبیر: اللہ تعالیٰ آپ کو صبر و استقامت دے۔ آپ اپنے بیٹے کیلئے ایصال ثواب حسب توفیق کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ خیرو عافیت عطا کرنے والا ہے۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔ صدقہ دیا کریں

آپ کے حق میں اچھا نہیں

خواب: میں نے خواب میں دیکھا ہے کہ میں ایک ندی کے کنارے کھڑا ہوں۔ اس ندی کا پانی بہت شفاف ہوتا ہے۔ ایک شخص اس ندی میں کھڑا نہا رہا تھا کہ مجھے دوسرے کنارے پر کچھ عورتیں دکھائی دیتی ہیں ان میں سے ایک نے سر پر ٹوکری اٹھا رکھی تھی۔ اس ٹوکری میں پھول تھے اور پھولوں کے اوپر مٹھائی اور اس کے اوپر قرآن پاک سبز رنگ کے غلاف میں لپٹا ہوتا ہے۔ وہ دونوں عورتیں ندی پار کرکے ہمارے پاس آجاتی ہیں۔ وہ ابھی کنارے سے تھوڑے فاصلے پر ہوتی ہیں کہ ٹوکری والی عورت کے سر سے ٹوکری گرنے لگتی ہے جسے وہ شخص پکڑ لیتا ہے جو نہا رہا تھا۔ میں چلا کر اس شخص سے کہتا ہوں کہ قرآن پاک گر رہا ہے پکڑلو۔ وہ شخص جلدی سے ٹوکری مجھے پکڑاتا ہے اور قرآن پاک کو گرنے سے پہلے ہی ہاتھوں پر اٹھا لیتا ہے۔ پھر منظر تبدیل ہوجاتا ہے ایک بڑا سا باغیچہ ہوتا ہے جس میں طرح طرح کے بہت خوبصورت پھول کھلے ہوتے ہیں ہر طرف سبزہ ہی سبزہ ہوتا ہے اس باغیچے کے درمیان میں ایک شخص بیٹھا ہوتا ہے وہ شخص آتے ہوئے مہمانوں سے کہتا ہے کہ کھانا میرے ہاں کھانا ہے۔ اتنے میں منظر تبدیل ہوجاتا ہے اور شادی کا سماں دیکھتا ہوں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (محمد عمران مانی' لودھراں)

تعبیر: صدقہ دیا کریں۔ اس سے ہر قسم کی بلاٹل جاتی ہے کوشش کریں کہ ہر روز خواہ ایک دو سکے ہی سہی صدقہ نکال دیا کریں۔ صرف اپنا ہی نہیں بچوں کا بھی صدقہ دیں۔ احکام دین کی بجاآوری نجات کی ضمانت ہے ہر قسم کے گناہ کبیرہ وصغیرہ سے بچنے کی کوشش کیا کریں۔ نماز کی پابندی فرمائیں۔ رنج ومصائب تو آتے جاتے رہتے ہیں بہت جلد اچھا وقت آنے والا ہے۔

رزق کی تنگی دور کرنے کے اعمال

تمام بہن بھائی ان باتوں پر عمل کریں انشاء اللہ گھر میں رزق کی برکت ہوگی' دنیا میں سکون ملے گا اور قبر اور آخرت بھی سنورے گی۔ 1۔ ہمیشہ نماز کی پابندی کریں اور حلال رزق استعمال کریں چاہے جتنا بھی تھوڑا ہو۔ 2۔ ہر نماز کے بعد تسبیحات فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا' ایک دفعہ آیۃ الکرسی اور ایک دفعہ سورۂ الم نشرح ضرور پڑھیں۔ 3۔ ہر رات سورۂ واقعہ پڑھیں' جھوٹ کبھی نہ بولیں' ہمیشہ سچ بولیں کیونکہ جھوٹ رزق کو کھا جاتا ہے۔ 4۔ جب بھی اور جہاں کہیں سے بھی گھر واپس آئیں تو گھر میں داخل ہونے سے پہلے آیۃ الکرسی پڑھ کر داخل ہوں گھر میں داخل ہوں تو سلام کریں چاہے گھر میں کوئی ہو یا نہ ہو' پھر ایک دفعہ کوئی سا بھی درود شریف پڑھیں اور ایک دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں۔ 5۔ حسب توفیق صدقہ کردیا کریں چاہے دس روپے ہی ہوں' ان اعمال پر عمل کرکے انشاء اللہ گھر میں برکت کے آثار آپ خود دیکھیں گے۔ (ایک بندہ خدا' واہ کینٹ)

غلام قادر ہراج' جھنگ

وضو کی برکت اور سچی طلب سے اللہ کی غیبی مدد

سامان لے کر ساحل سمندر کے ساتھ چلتا رہا' ایک جگہ تمام سامان اور زادراہ پھینک کر سمندر میں چھلانگ لگا دی کہ تیرتا جاؤں گا جب اعضاء جواب دیدیں گے تو اسی راستہ میں جان قربان کردوں گا' مگر واپس نہیں جاؤں گا

وضو کے پانی کی برکات

1988ء کی بات ہے جب میں گورنمنٹ مسلم ڈگری کالج چک 41 ج۔ب تحصیل وضلع فیصل آباد میں بطور لیکچرار اسلامیات کام کررہا تھا۔ کالج کے ساتھ سرکاری کوارٹر میں میری رہائش تھی صحن میں ایک مختصر سی جگہ پر میں نے ایک ریسرچ کی۔ ایک چھوٹی سی کیاری میں ٹماٹر کی پنیری لے کر پانچ پودے اس طرح لگائے کہ کیاری کے ایک حصہ میں چار پودے اور دوسرے حصہ میں ایک پودا لگایا۔ ایک پودے والی جگہ کے ساتھ اینٹیں رکھ کر اپنے وضو کیلئے جگہ بنائی تاکہ اس ایک پودے کو صرف وضو والا پانی دیا جائے اور دوسرے چار پودوں کو نلکے کا عام پانی دیا جائے۔ ایک پودے والی جگہ تجربے والی تھی اور چار پودوں والا گروپ ویسے ہی تھا۔ دونوں گروپوں کو کھاد نہیں دی' روشنی' دھوپ دونوں گروپوں میں یکساں تھی' پودے صحت کے لحاظ سے ایک جیسے تھے۔ بارش کا پانی دونوں گروپوں کو یکساں آیا۔ تجرباتی پودے کو پانچ وقت کے وضو والا پانی دیتا رہا۔ دونوں گروپوں کو پھول لگے اور ٹماٹر لگنے شروع ہوگئے میں برابر دونوں حصوں کی نگرانی کرتا رہا اور توڑے جانے والے ٹماٹروں کی گنتی نوٹ کرتا رہا' آخر میں نتیجہ یہ رہا۔

چار پودوں کو لگنے والے ٹماٹروں کی اوسط فی پودا: 42 ٹماٹر

تجرباتی اکیلے پودے کے ٹماٹروں کی تعداد: 123 ٹماٹر

میں اس تجربہ کے بعد وضو کے پانی کی برکات پر حیران رہ گیا۔

ایک طالب صادق کا سفر حج

یہ 1981ء کی بات ہے کہ ہمارے علاقے میں ایک چھوٹی سی مسجد تھی جس کی امامت میرے والد محترم کراتے تھے ان کی وفات کے بعد امام کی ضرورت محسوس ہوئی تو مجھے ایک دن خواب آیا کہ ہمارے اکابرین اسلام کا قافلہ ہمارے گاؤں کی طرف پیدل آرہا ہے ان میں ایک سادہ سے بزرگ آگے آگے ہیں اور ہمیں بتایا گیا کہ تمہاری مسجد کیلئے یہ امام لائے ہیں۔ دوسرے روز وہی خواب میں نظر آنے والے بزرگ امام ہمارے گاؤں آئے اور میرے بھائی جان سے ملے بھائی نے ان سے کہا کہ اگر آپ ہماری مسجد سنبھال لیں تو بڑی مہربانی ہوگی۔ تو انہوں نے فرمایا کہ میرے دل میں یہی خواہش تھی کہ آپ مجھے اس مسجد کیلئے قبول کرلیں۔ میں نے انہیں جب دیکھا تو وہ وہی بزرگ تھے جن کو خواب میں دیکھا تھا۔ ان کا نام حاجی احمد بخش تھا ان کی بیوی اور تمام اولاد اللہ کو پیاری ہوچکی تھی اور اب وہ اکیلے تھے۔ حاجی احمد بخش مرحوم فرماتے ہیں کہ جس زمانہ میں میں نے حج کا ارادہ کیا تھا ان دنوں حج کے تمام کاغذات قرعہ اندازی اور منظوری کراچی میں ہوتی تھی۔ وہ فرماتے ہیں کہ میں مختصر سامان لے کر حج کی نیت سے کراچی گیا' وہاں حج کیلئے میرا نام نہ نکلا' میں بہت پریشان ہوا کہ اب کیا کروں' دل میں حج کا پختہ ارادہ تھا' شوق اور ولولہ تھا' سامان لے کر ساحل سمندر کے ساتھ چلتا رہا' ایک جگہ تمام سامان اور زادراہ پھینک کر سمندر میں چھلانگ لگادی کہ تیرتا جاؤں گا جب اعضاء جواب دیدیں گے تو اسی راستہ میں جان قربان کردوں گا' مگر واپس نہیں جاؤں گا۔ اب تیرتے تیرتے ساحل تقریباً پچاس میل دور ہوچکا تھا' موت شہادت کا یقین ہوچلا تھا کہ کسی دوسرے ملک کی ایک کشتی قطر جارہی تھی انہوں نے دیکھا کہ ایک بندہ خدا یہاں سمندر میں پھنسا ہوا ہے۔ انہوں نے کشتی کا رخ ان کی طرف موڑ لیا اور انہیں پانی سے نکال کر کشتی میں بٹھا لیا۔ چند دنوں کے بعد کشتی منزل مقصود پر پہنچ گئی اور انہوں نے وہاں سے پیدل مکہ کی طرف چلنا شروع کردیا۔ ان دنوں ویزا کی پابندی نہیں ہوتی تھی۔ ایام حج سے ایک دن قبل مکہ پہنچ گئے اور اللہ کا شکر ادا کیا۔ وہاں حج بیت اللہ کی سعادت حاصل کی پھر مدینہ منورہ حاضری دی۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے غیب کے خزانوں سے ان کی واپسی کا بندوبست کردیا۔

ہر مشکل کے حل کیلئے

اول و آخر درود شریف تین بار' سورۂ اخلاص ایک ہزار بار بلاناغہ ہر مشکل کے حل کیلئے پڑھیں' جلد مشکل حل ہوگی۔ روزانہ ایک ہزار بار سورۂ اخلاص پڑھنے سے روحانی انقباض بھی ختم ہوتا ہے۔ نیز: کوئی ضرورت پیش ہو تو بعد نماز مغرب سورۂ فاتحہ چالیس بار پڑھیں اور سورۂ فاتحہ کے وسیلہ سے دعا مانگیں ابھی اپنی جگہ پر ہوں گے تو کام ہوجائیگا۔ **(اللہ دتہ چشتی' خانیوال)**

عبقری سے فیض پانے والے

یہ سب عبقری رسالے کا اثر ہے کہ میں پانچ وقت کی نماز پڑھتی ہوں۔ عبقری رسالہ نے میری زندگی ہی بدل ڈالی ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں عبقری کی بہت بڑی فین ہوں میں اب باقاعدگی سے نماز پڑھتی ہوں اور ہر فرض نماز کے ساتھ انمول خزانہ بھی پڑھتی ہوں اور خزانہ نمبر 2 ہر وقت کھلا پڑھتی ہوں یہ سب عبقری رسالے کا اثر ہے کہ میں پانچ وقت کی نماز پڑھتی ہوں۔ عبقری رسالہ نے میری زندگی ہی بدل ڈالی ہے' میں آپ کی بہت زیادہ شکرگزار ہوں کہ آپ نے عبقری جیسا رسالہ شروع کیا ہے۔ **(صداقت غفور' گجرات)**

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عرض ہے کہ مادیت کے اس دور میں ہر شخص مادی اسباب پر تکیہ کرتا ہے بندہ کا بھی یہی حال تھا لیکن جب سے عبقری سے تعلق جڑ گیا ہے الحمدللہ ذہن میں کافی تبدیلی آگئی ہے۔ اب جھوٹ' غیبت چغلی سے نفرت ہوگئی ہے خاص کر میں بدنظری کے گناہ میں بہت بری طرح مبتلا تھا لیکن اب یہ گناہ تو جیسے مجھے بھول ہی گیا ہے۔ اس عبقری رسالہ نے میری زندگی بدل کر رکھ دی ہے۔ **(محمد زمان ہنگو)**

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ 2006ء سے پڑھ رہے ہیں اور بہت ہی دلچسپی سے پڑھتے ہیں اور پڑھنے کے بعد سارا مہینہ اگلے رسالے کا بے چینی سے انتظار کرتے ہیں اور اس میں چھپی ہی بات کا دل سے یقین کرتے ہیں اور اللہ ہماری بہت سی پریشانیوں کو ٹال دیتا ہے۔ ہم آج تک عبقری سے بہتر رسالہ کوئی نہیں دیکھا۔ آپ نے جو وظیفہ ہمیں دیا تھا رَبِّ اِنِّیْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ ﴿القصص ۲۴﴾ جب ہم خود پر دم کرتے ہیں تو بہت فرق محسوس ہوتا ہے۔ (پوشیدہ)

اگر بچھو کاٹ لے تو۔۔۔۔!

بچھو اگر کاٹ لے تو فوراً املی کی ایک عدد گٹھلی لے کر ایک طرف اس کا منہ ہوتا ہے اس طرف سے ہلکا سا فرش پر رگڑ کر ڈنگ والی جگہ پر لگائیں وہ چمٹ جائے گی اور سارا زہر خود ہی نچوڑ لے گی جب آپ کو سکون محسوس ہو تو وہ گٹھلی اتار دیں۔ بہت آزمودہ اور مجرب ہے۔ **(حافظ غلام شبیر' راولپنڈی)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

پنڈلی اکڑ جاتی ہے

رات کو جب سوتی ہوں تو پنڈلی اکڑنے سے آنکھ کھل جاتی ہے' بڑی سخت تکلیف ہوتی ہے' پاؤں پھیلایا جائے تو انگلیاں مڑ جاتی ہیں بعض دفعہ چیخ نکل جاتی ہے' دبانے سے افاقہ ہوتا ہے۔ ہر دوسرے تیسرے روز ایسا ہوتا ہے۔ یہ تکلیف کیسے دور ہو سکتی ہے؟ **(ہاجرہ بی بی' سرگودھا)**

مشورہ: آپ ٹانگوں کی اینٹھن کہہ سکتی ہیں جس کی کئی وجوہ ہیں کہتے ہیں جسم میں معدنیات مثلاً پوٹاشیم' کیلشیم وغیرہ کم ہوں تو یہ تکلیف ہوتی ہے۔ آپ اپنی روزانہ غذا میں دودھ' سبزی اور کیلے شامل کیجئے۔ کم از کم دو کیلے روز کھایئے تاکہ پوٹاشیم کی کمی دور ہو۔ سونے سے پہلے پنڈلی پر زیتون کے تیل کی مالش کیجئے اور پانی زیادہ سے زیادہ پیجئے' کم از کم چھ گلاس۔ پانی کی کمی سے بھی پنڈلی اور پاؤں میں تکلیف ہوتی ہے۔ یہ تکلیف رفع کرنے کیلئے کچھ ورزشیں بھی ہیں جن سے پنڈلی کے عضلات مضبوط ہوتے ہیں۔ پیٹ کے بل سونے سے احتراز کیجئے۔ پنڈلی مڑنے سے جلدی اکڑ جاتی ہے۔ جب آپ کرسی یا پلنگ پر بیٹھیں تو پاؤں کی انگلیوں کو وقفے وقفے سے حرکت میں لایئے۔ پاؤں کو زمین پر ٹکایئے پھر انگلیوں کو ہلایئے اس سے بھی فرق پڑتا ہے۔ رات کو سونے سے پہلے مالش ضرور کیجئے۔ پاؤں اونچے رہیں' نیچے ہوں تو اینٹھن زیادہ ہوتی ہے۔ آپ موٹا کمبل بھی موڑ کر پاؤں کے نیچے رکھ سکتی ہیں۔ اپنا کولیسٹرول بھی چیک کرایئے۔ بعض دفعہ کولیسٹرول کے جمنے سے بھی پنڈلی اکڑ جاتی ہے اس سے بچنے کیلئے بہتر طریقہ پرہیز ہے' ایسی چیزیں نہ کھایئے جن میں کولیسٹرول زیادہ ہو اور پیدل چلنے کی عادت اپنایئے۔ گوشت کی ایک دو بوٹیاں کھایئے' اس سے زیادہ نہیں۔ انڈے اور بالائی والا دودھ نہ لیجئے۔ ثابت اناج' دالیں' سیب اور دوسرے پھل' جو کا دلیہ' اسپغول کی بھوسی' مٹر اور پھلیاں آپ لے سکتی ہیں۔ موسم کے لحاظ سے مچھلی' بند گوبھی' کینو' مالٹے وغیرہ بھی کھایئے۔ تھوڑی سی احتیاط اور پرہیز سے آپ کا مسئلہ حل ہو جائیگا۔

علامہ اقبال کو حکمت سے شفاء

مجھے پرانا نزلہ تھا' میری والدہ مجھے ایک بہت ہی اچھے حکیم کے پاس لے گئیں' اس حکیم صاحب نے ایک ہزار روپے کی دوا دی' لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا' آپ مجھے یہ بتایئے کہ حکیم اتنے سارے روپے کیوں لیتے ہیں اور علاج بھی نہیں کرتے؟ مجھے حکیم ذرا اچھے نہیں لگتے' کیا سارے حکیم دھوکے باز ہوتے ہیں.....؟؟؟ **(سائرہ' راولپنڈی)**

مشورہ: پہلے زمانے میں طبیب اور حکیم ہی ہوتے تھے جو ہر قسم کے امراض کا شافی علاج کرتے تھے۔ ایک بار حضرت علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ حکیم اجمل خان کے پاس بطور مہمان گئے۔ آدھی رات کو ان کی ڈاڑھ میں اتنا شدید درد ہوا کہ برداشت نہ کر سکے۔ سوتے نوکر کو اٹھا کر اندر بھیجا حکیم صاحب سو رہے تھے انہوں نے علامہ رحمۃ اللہ علیہ کا پیغام سن کر پیالی میں دوا بھجوائی کہ اس درد والی جگہ پر رکھ کر اوپر والی ڈاڑھ سے دبا لیں۔ علامہ رحمۃ اللہ علیہ نے ایسا ہی کیا۔ ان کے دانت کا درد فوراً ختم ہو گیا۔ صبح اٹھ کر انہوں نے حکیم اجمل خان سے پوچھا انہوں نے کونسی دوا بھجوائی تھی؟ پہلے تو انہوں نے مذاق میں ٹالا پھر کہنے لگے

''ادرک پر نمک لگا کر بھیج دیا تھا''

آپ نے دیکھا کہ معمولی سی ادرک نے ڈاڑھ کا درد دور کر دیا۔ اسی طرح ایک اور حکیم نابینا تھے جو آنکھیں نہ ہونے کے باوجود بہترین نباض تھے نبض پر ہاتھ رکھ کر مریض کو بتا دیتے کہ اسے کیا مرض ہے' ایک بار علامہ اقبال کے گردے میں پتھری ہو گئی' ڈاکٹروں نے آپریشن تجویز کیا اور کہا کہ آپریشن ویانا میں ہو تو اچھا ہے۔ علامہ محترم نے چند دوستوں کے مشورے سے حکیم نابینا کا علاج شروع کیا جنہوں نے مختلف دوائیاں دیں جن کے استعمال سے تکلیف دور ہو گئی۔ ایکسرے کرایا تو پتھری کا نام و نشان بھی باقی نہیں تھا۔ حکیموں کے حیرت انگیز مشاہدات اور علاج پڑھنے سے تعلق رکھتے ہیں۔ آپ کسی بااعتماد کوالیفائیڈ ادارہ کے طبیب کے پاس جایئے اور ان سے دوا لیجئے آپ کو آرام آ جائیگا۔ نزلہ جم جائے تو گرم پانی کی بھاپ لینے سے فوراً آرام آتا ہے۔ کسی بھی اچھے دواخانہ کا جوشاندہ رات کو پینے سے اور اس کی بھاپ لینے سے بھی فرق پڑتا ہے' دیسی دوا کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ وہ بے ضرر ہوتی ہے۔ دو چمچے آٹے سے نکلا چوکر یا بھوسی میں ڈیڑھ کپ پانی ملا کر چائے کی طرح پکایئے۔ جب ایک کپ پانی رہ جائے تو اس میں ایک چمچہ شہد ملا کر پی لیجئے۔ نزلہ ہو تو سیال چیزیں خوب پینی چاہئیں مثلاً چھوٹے گوشت کی یخنی جس میں ہڈیاں زیادہ ہوں۔ اس میں چار پانچ دس جوئے ادرک' دارچینی کے ٹکڑے پانچ لونگیں آدھی چمچی سفید زیرہ' ایک بڑی الائچی اور تھوڑا سا نمک ملا دیجئے' خوب پکایئے' دو تین کپ رہ جائیں تو پی لیجئے۔ یہ نزلے میں فائدہ مند چیز ہے۔ ماشاء اللہ آپ نوجوان ہیں' ذرا سے نزلے سے کیوں گھبرا گئیں؟ بہرحال پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔

کمزوری اور چہرے کا پیلا پن

میری بچی کی عمر تیرہ سال ہے اور وہ بہت کمزور ہے' اس کے کئی ٹیسٹ کرا چکی ہوں جن کے مطابق وہ طبعاً ٹھیک ہے لیکن اس کا چہرہ دیکھ کر سب گھر والے پریشان رہتے ہیں۔ اسے حیاتین کھلائے' طاقت کے شربت دیئے کسی طرح بچی کی صحت ٹھیک نہیں ہوتی کوئی ٹوٹکہ بتایئے' یاد رہے کہ بچی اب دوا کھانے کیلئے راضی نہیں ہوتی۔ **(ایم ناز' لاہور)**

مشورہ: کچھ بچے قدرتی طور پر نازک ہوتے ہیں اس کے باوجود پڑھائی میں ہوشیار اور کھیل میں چاق و چوبند نظر آتے ہیں' آپ پریشان نہ ہوں' عمر کے ساتھ ساتھ بچی کا جسم بھر جائیگا۔ آئندہ موسم میں دو تین گاجریں کاٹ کر تھوڑے سے پانی میں اتنا ابالیے کہ پانی گاجروں میں جذب ہو جائے اب ان پر تھوڑی سی چینی ڈالیے اور بچی سے کہیے کہ روزانہ ناشتے میں ابلی ہوئی تین گاجریں کھا کر ایک گلاس دودھ پی لیا کرے۔ ذائقہ کیلئے ان پر چاندی کا ورق بھی لگا سکتی ہیں یا کبھی چھوٹی الائچی پیس کر چھڑک سکتی ہیں' تین چار ہفتوں میں ہی فرق پڑ جائیگا۔ آپ گاجر کا مربہ بھی بنا سکتے ہیں۔ ایک خاتون بہت دبلی پتلی تھیں میں نے ان کو یہی نسخہ بتایا اور انہوں نے اس پر عمل بھی کیا۔ ایک مرتبہ میری ان سے ملاقات ہوئی تو میں ان کے تروتازہ اور شگفتہ چہرے کو دیکھ کر حیران رہ گئی' انہوں نے بتایا ''میں نے گاجر والے آپ کے ٹوٹکہ پر عمل کیا ہے اب میری صحت قابل رشک ہے' میرے شوہر بھی خوش ہیں۔ گاجروں نے میری کایا ہی پلٹ دی ہے' خوب بھوک لگتی ہے' پیٹ میں کوئی گڑبڑ نہیں' قبض ختم ہو گئی اور چہرے کا پیلا پن خود بخود غائب ہو گیا' یہی ٹوٹکہ آپ بھی آزمایئے۔

کلیجی کھائیں سرخ وسفید ہوجائیں

عروہ جمیل

سبزی یا گوشت پکاتے وقت ان کے کئی مفید وصحت بخش اجزا اور حیاتین ضائع ہوجاتے ہیں مگرخوش قسمتی سے کلیجی میں موجود سارے اجزا اور حیاتین جوں کے توں باقی رہتے ہیں۔ یہ بات بلاخوف تردید کہی جاسکتی ہے کہ کلیجی کھانا گویا صحت کی ضمانت حاصل کرنا ہے

گوشت انسان کی روزمرہ خوراک کا اہم جزو ہے اس میں جسم کو قوت اور صحت بخشنے والے مختلف حیاتین موجود ہیں یوں تو ہر قسم کا گوشت غذائیت اور حیاتین سے بھرپور ہوتا ہے لیکن کلیجی میں یہی چیزیں نسبتاً دگنی' بلکہ سہ گنی مقدار میں پائی جاتی ہیں۔ قدرت نے اس میں ہر قسم کے حیاتین اور صحت بخش اجزاء کوٹ کوٹ کر بھر دیئے ہیں۔ ماہرین غذائیات کا کہنا ہے انسان اگر باقاعدگی سے ہفتے میں ایک یا دوبار کلیجی کھالیا کرے تو وہ کئی امراض سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ ہمارے ہاں اکثر لوگ بہت کم کلیجی پکاتے اور کھاتے ہیں حالانکہ یہ عام گوشت سے سستی ہے۔ اس کی وجہ محض ان کی لاعلمی ہے' انہیں کلیجی میں موجود گوناگوں حیاتین اور صحت بخش اجزا کے متعلق علم نہیں ورنہ یہ ان کی دسترخوان کی زینت ہوتی۔ پرنسیسیں اینمیا ایک نہایت موذی مرض ہے اس میں خون کے سرخ ذرات رفتہ رفتہ ختم ہونے لگتے ہیں اور انسان آخرکار موت کے گھاٹ اتر جاتا ہے۔ ڈاکٹر کوشش کے باوجود ابھی تک اس کا کوئی مؤثر علاج دریافت نہیں کرسکے۔ پچاس سال پہلے بوسٹن میں ڈاکٹر ولیم مرنی کے پاس اس مرض میں مبتلا ایک شخص آیا تو اس نے اسے صرف کلیجی کھانے کی ہدایت کی' اس کے استعمال سے مریض چند ہفتوں میں صحت یاب ہوگیا۔ کلیجی میں موجود حیاتین آج کل مختلف کیمیاوی مرکبات کی شکل میں بھی دستیاب ہیں' **کلیجی کے فوائد:** کلیجی میں جو حیاتین پائے جاتے ہیں ان پر ایک نظر تو ڈالیے۔ آپ کو اس کے فائدہ بخش ہونے کا خودبخود احساس ہوجائے گا۔ انسانی صحت کے مختلف گوشواروں اور جائزوں سے پتہ چلتا ہے کہ لوگوں میں عام طور پر حیاتین الف کی کمی پائی جاتی ہے۔ یہ بنیادی حیاتین جسم کو مخصوص بیماریوں کے حملے سے بچانے کیلئے ضروری ہیں۔ تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ حیاتین الف مناسب مقدار میں استعمال کیے جائیں تو انسان کی عمر میں دس فیصد اضافہ ہوجاتا ہے اور شباب کی قوت توانائی نسبتاً طویل عرصے تک برقرار رہتی ہے۔ عام گوشت میں یہ حیاتین بہت کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ گاجر حیاتین الف رکھنے والی سبزیوں اور غذاؤں میں سرفہرست شمار کی جاتی ہے۔ اس کے ایک سوگرام حیاتین الف کی مقدار چارتا بارہ ہزار غذائی یونٹ ہے لیکن کلیجی میں یہ مقدار دس تا چالیس ہزار غذائی یونٹ ہوتی ہے۔ اسی طرح حیاتین ب کا جائزہ لیجئے۔ یہ حیاتین جسم کی نشوونما کیلئے بہت ضروری ہیں ان کی وجہ سے غذا کے جزوبدن بننے کے عمل میں تحریک اور کھانے کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔ انڈوں میں بہت زیادہ طاقت ہوتی ہے لیکن کلیجی میں انڈوں سے بھی زیادہ طاقت ہوتی ہے۔ یہی حال حیاتین ج کا ہے۔ ترش پھلوں میں ان حیاتین کا بڑا ذخیرہ ہوتا ہے' نارنگی ان میں سرفہرست ہے' عام گوشت میں یہ بالکل نہیں ہوتے مگر کلیجی ایسی شے ہے جس میں قدرت نے نارنگی کی نسبت بھی پانچ گنا زیادہ ودیعت کیے ہیں۔ حیاتین ب 2 لے لیجئے۔ ان کا استعمال جسمانی قوت مدافعت قائم رکھنے کیلئے ضروری ہے۔ انسانی جسم میں ان حیاتین کی کمی گوناگوں امراض کا سبب بنتی ہے۔ عام گوشت میں اگرچہ یہ حیاتین موجود ہوتے ہیں مگر کلیجی میں پندرہ گناہ زیادہ پائے جاتے ہیں۔

نیاسین بی کمپلیکس کا ایک ضروری جزو ہے۔ جس میں اس کی قلت ہوتو انسان لمباردی (PELLAGARA) کے مرض میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ یہ نہایت موذی مرض ہے اس میں جلد پھٹ جاتی ہے اور بالآخر مریض دیوانگی کا شکار ہوکر ہوش وحواس کھو بیٹھتا ہے۔ کلیجی' نیاسین کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔ مٹر کے سوا باقی تمام کی نسبت اس میں نیاسین وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ فاسفورس کی اہمیت کسی سے پوشیدہ نہیں' جسم کے ہر ریشے' اعصاب اور خلیے کی زندگی اور صحت کیلئے اس کا وجود ضروری ہے۔ کلیجی میں یہ صحت بخش اجزاء گائے کے عام گوشت کی نسبت دگنی مقدار میں موجود ہیں۔

لوہے' تانبے' مینگا نیز کوبالٹ جست اور دوسری دھاتیں جن کے نام سے اگرچہ بہت کم لوگ آشنا ہیں مگر ان کے بغیر نہ ٹھیک ٹھیک جسمانی نشوونما ہوسکتی ہے اور نہ آدمی صحت مند ہی رہ سکتا ہے۔ کلیجی ان تمام دھاتوں سے حیرت انگیز طور پر مالامال ہے۔ اس میں انڈے کی نسبت تین گنا اور کشمش سے دگنا لوہا ہوتا ہے۔ اسی طرح عام گوشت کے مقابلے میں کلیجی' آٹھ گنا جست' بیس گنا تانبا اور میگا نیز کی وافر مقدار رکھتی ہے۔ سبزی یا گوشت پکاتے وقت ان کے کئی مفید وصحت بخش اجزا اور حیاتین ضائع ہوجاتے ہیں مگر خوش قسمتی سے کلیجی میں موجود سارے اجزا اور حیاتین جوں کے توں باقی رہتے ہیں۔ یہ بات بلاخوف تردید کہی جاسکتی ہے کہ کلیجی کھانا گویا صحت کی ضمانت حاصل کرنا ہے۔ اس کیلئے چھوٹی یا بڑی کلیجی کی کوئی تخصیص نہیں۔ ہر قسم کی کلیجی میں قدرت نے یکساں طور پر حیاتین الف سے لے کر جست تک کے تمام ضروری اور صحت بخش اجزا ودیعت کر رکھتے ہیں۔ اس کے استعمال سے آپ متعدد امراض سے بخوبی محفوظ رہ سکتے ہیں۔

مؤلف کا تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں

(1) الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ (2) ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔ (ادارہ)

(3) حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

آزمودہ مجرب

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

دین سے دوری اور نماز سے غفلت کیوں؟

(مسز راحیلہ اظہر' لاہور)

یہ بات اس قدر مایوس کن ہے کہ لوگوں میں یہ تاثر پایا جاتا ہے کہ نماز و روزہ کی عدم ادائیگی سے بھی ان کے ایمان یا اسلام میں کوئی فرق نہیں پڑتا۔ اکثر لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ عبادت کیلئے بڑھاپے کا وقت مخصوص ہے چنانچہ بڑھاپا آئے گا تو دیکھ لیں گے۔ کچھ لوگ نماز کی ادائیگی سے محرومی پر بھی خوش ہیں اور کہتے ہیں کہ ہم نماز نہیں پڑھتے لیکن ہم کسی کو دھوکہ وفریب نہیں دیتے یا کسی کے حقوق غصب نہیں کرتے۔ اکثر لوگ دیکھنے میں آتے ہیں جو کہتے ہیں کہ ہم دکھاوے کی نماز نہیں پڑھنا چاہتے' وہ کون سے اسباب ہیں جن کی وجہ سے قوم کے 94 فیصد لوگ نماز روزہ کی پابندی سے روک دیئے گئے ہیں۔ مسلمان اپنے دین سے اس لیے دور ہوگیا ہے کہ اس کو مادی دنیا کی محبت میں الجھا دیا گیا ہے۔ اس بات کا یقین ہے اور تجربے سے ثابت ہوچکا ہے کہ اگر نماز' روزہ کے متعلق ضروری معلومات لوگوں کے سامنے بیان کردی جائیں تو کوئی وجہ نہیں کہ فاسق ترین مسلمان بھی ان عبادات کی طرف راغب اور عمل پیرا نہ ہوجائے۔

مسلمانوں کی دوری کا سبب: مسلمانوں کی دین سے دوری مخالفین اسلام کی طویل کوششوں کا نتیجہ ہے۔ ان کو کس آسانی سے دوسرے راستے پر ڈالا گیا ہے کہ ان کے دلوں سے اسلام کو سرد کردیا ہے اور وہ اپنے مقصد میں کامیاب ہوگئے اور ان کو دین سے بہت دور کردیا ہے۔ آج مسلمانوں کی اکثریت نے آخرت کو فراموش کردیا ہے صرف دنیا کا ہو کر رہنا کفار کا شیوہ ہے۔ قرآن میں ہے کہ کفار اس دنیا کے علاوہ دوسری زندگی پر یقین ہی نہیں رکھتے۔ مسلمانوں کی اکثریت بھی دنیاوی زندگی میں اس قدر مصروف ہوگئی ہے کہ آخرت کی زندگی سے قطعاً لاتعلق ہوچکی ہے مسلمانوں کی یہ روش ان کو تباہی کی طرف لے جارہی ہے۔

عریانی' عیش پرستی نے پوری قوم کو اپنی لپیٹ میں لے لیا ہے۔ اس کا نشہ اس قدر تیز ہے کہ مسلمان اسلام اور دین سے دور ہوگئے ہیں۔ اخلاق سوز فلمیں اور سامان عیش نے ان پر پنجے گاڑھ دیئے ہیں۔ اسلام کے دشمن نہیں چاہتے کہ مسلمان جدید علوم اور ٹیکنالوجی حاصل کریں بلکہ مادی وسائل میں ہی الجھے رہیں۔ یہ بات سب کو معلوم ہے کہ اسلام کے دشمن مسلمانوں کے دلوں سے جذبہ اسلام نکالنے میں کامیاب ہوگئے ہیں۔

آج مسلمان مسلمان کا دشمن ہے۔ فریقوں کو آپس میں لڑا رہے ہیں' ان مشکلات پر کس طرح قابو پایا جائے' اللہ تعالیٰ اپنے بندوں سے کیا چاہتا ہے کہ اس کا بندہ صراط مستقیم پر چلے' نماز پڑھے' اللہ کو یاد کرنے والوں کو اللہ تعالیٰ یاد رکھتا ہے۔ اس سے مدد مانگنے والوں کی مشکل ہمیشہ دور ہوئی ہے' اس قدر بے حسی کہ دن میں آدھ گھنٹہ پانچ نمازوں کیلئے نہیں نکال سکتے؟؟؟

دین سے دوری: ایک وجہ یہ بھی ہے کہ ہر چھوٹا بڑا اور امیر غریب اپنا معیار زندگی اپنی اوقات سے بلند کرنا چاہتا ہے۔ لباس' رہائش اور زندگی دوسرے شعبوں میں بڑھ چڑھ کر خرچ کرنا عام انسانوں کی خواہش ہے۔ مثلاً شادی' بیاہ' جہیز ایک غیرضروری رسم کو پورا کرنے کیلئے دن رات جائز وناجائز پیسہ کمانے میں مصروف رہتے ہیں اور اللہ اور اس کے حبیب صلی اللہ علیہ وسلم کو بھول ہی جاتے ہیں۔

ہمارے بزرگوں نے اپنی زندگی کو اس انداز سے بسر کیا کہ جس پر چل کر دونوں جہانوں کی فلاح ممکن ہے۔ مغرب زدہ مسلمان دنیا کی دوڑ میں اپنے دین کو بھول چکا ہے۔ ایسے لوگوں کو نہ تو دنیا ملتی ہے اور نہ خدا کو منہ دکھانے کے قابل رہتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ ہمیں صراط مستقیم کی ہدایت دے جو انعام یافتہ لوگوں کا راستہ ہے اور ان لوگوں کی راہ سے بچائے جو اللہ پاک کے غضب کا شکار ہوئے اور جو گمراہ ہیں نہ خود ہدایت کی راہ کے متعلق سوچتے ہیں اور نہ ہدایت کی بات سنتے ہیں اور نہ حالات اور واقعات کو دیکھ کر عبرت حاصل کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہی ہمارا حقیقی مشکل کشا اور حاجت روا ہے ہمیں صرف اس کے در سے مل سکتا ہے اور یہی ایک ایسا در ہے جہاں سے کبھی کسی کو دھتکارہ نہیں جاتا۔ اللہ کے گنہگار بندوں کی دعائیں بھی قبول ہوتی ہیں۔ اب بھی وقت ہے ہمیں توبہ کرکے اللہ پاک سے معافی مانگنی چاہیے وہ معاف کردیتا ہے اور دین کے راستے کو مضبوطی سے پکڑ لینا چاہیے اور نماز کو اپنی زندگی کا حصہ بنالینا چاہیے کیونکہ نماز دین کا ستون ہے اس سے ہی مومن اور کافر کی تمیز ہوتی ہے۔ نماز کی ہی غفلت نے ہمیں دین سے دور کردیا ہے۔ اللہ کے واسطے اپنی آخرت کا سامان پیدا کرو نماز پڑھو اللہ کے بنائے ہوئے اصولوں پر چلو شیطان کا راستہ چھوڑ' اللہ تعالیٰ سورۃ البقرہ کی آیت 268 میں فرماتا ہے کہ ''شیطان تمہیں مفلسی سے ڈراتا ہے اور شرمناک طرز عمل اختیار کرنے کی ترغیب دیتا ہے'' اللہ تم سے بخشش اور فضل وکرم کا وعدہ کرتا ہے اب بھی وقت ہے اپنے رب کے سامنے جھک جاؤ اور صراط مستقیم کو اپنا کر اپنے رب کو راضی کرلو' وہ تو معاف کرتا رہتا ہے اور کرتا رہے گا۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے پیار بھری گفتگو کرتے ہوئے فرماتے ہیں'' کیا میں تجھے وہ چیز بھی بتادوں جس پر گویا ان سب چیزوں کی نجات کا دارومدار ہے میں نے کہا ضرور ارشاد فرمادیجئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی زبان پکڑی اور فرمایا اس کی حفاظت کرو اور اس کو روک کر رکھو۔

عوامی نسخہ جات

(ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک)

میں پیشے کے لحاظ سے ایک ڈاکٹر ہوں' یہ وہ نسخہ جات ہیں جو لوگ میرے پاس آکر اپنے تجربات بتاتے ہیں اور ان نسخہ جات کے اچھے رزلٹ ملتے ہیں۔ یہ تمام نسخہ جات بارہا کے آزمائے ہوئے ہیں اور جس کسی نے بھی بنائے اور استعمال کیے اللہ نے ان کو شفاء دی ہے۔

لکنت کیلئے: ھوالشافی: عقرقرحا 6 گرام' مرچ سیاہ چھ گرام باریک پیس کر 24 گرام شہد (اصل) میں اچھی طرح ملا کر دن میں 3,4 بار زبان پر ملیں۔

ہچکی کیلئے: ھوالشافی: ریش ناریل (ناریل کے اوپر کے بال) لے کر توے پر جلالیں اچھی طرح جل جائیں تو دوائے ہچکی تیار

ہے بس چٹکی لے کر ہچکی والے کو چٹادیں مریض خود کہے گا کہ آگ پر پانی ہے۔(ایک ماشہ ہمراہ تازہ پانی کھلانا مفید ہے)۔

ہر قسم کی قے کیلئے: ھوالشافی: کالانمک' زیرہ سیاہ' مرچ سیاہ اور مصری 10,10 گرام پیس کر شہد میں ملالیں' مریض کو دن میں قے ہونے پر چٹاتے رہیں ہر قسم کی قے ختم کرنے کیلئے بہترین نسخہ ہے۔

آواز کی خرابی دور: ھوالشافی: جامن کی گھٹلیوں کا سفوف بنالیں پھر اس کو شہد میں ملالیں' کالے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ یہ گولیاں چوسنے سے آواز کی ہر قسم کی خرابی دور ہوجاتی ہے۔ زیادہ بولنے اور مقرر حضرات کیلئے اس کا استعمال ایک تحفہ خاص ہے۔

معدے کے درد کیلئے: ھوالشافی: کالانمک' کچور' سبز ہریڑ' ورچ بوٹی تمام 50 گرام' تمام کو گرائنڈ کرلیں' کھانے کے بعد ایک چٹکی۔(چونکہ مجھے جن صاحب سے یہ نسخہ ملا اب وہ اس دنیا میں نہیں ہیں فائدہ ہونے پر ان کیلئے دعائے مغفرت ضرور فرمادیں۔)

بسم اللہ اور الحمدللہ کے معارف

(عبدالغفور نقشبندی' بنوں)

بسم اللہ کو تسمیہ کہتے ہیں' ہر چھوٹے بڑے کو یاد ہے لیکن ہمیں اپنے ہر کام کرنے سے پہلے بسم اللہ پڑھنے کی عادت نہیں ہے۔ حدیث پاک میں آیا ہے کہ اگر کوئی انسان اپنے کپڑے تبدیل کرکے دوسرے پہننا چاہتا ہے تو وہ اگر بسم اللہ پڑھ لے تو خداوند کریم جنات ہوں یا فرشتے انسان کے درمیان آڑ بنادیتا ہے وہ انسان کو بے لباس نہیں دیکھ سکتے۔ یہاں یہ بات یاد رکھنا ضروری ہے کہ اگر ہم بسم اللہ کو اپنے کام میں معمول بنالیں تو یہ جہنم کے فرشتوں اور ہمارے درمیان آڑ بن جائیگی علاوہ ازیں مزید وضاحت کچھ یوں ہے:۔

☆ بسم اللہ الرحمن الرحیم کے کل چار الفاظ ہیں اور چار ہی طرح کے گناہ ہوتے ہیں۔ ہر انسان ظاہر یا چھپ کر گناہ کرتا ہے یا دن رات کو ہر لفظ گناہوں کا کفارہ بنے گا۔ ☆ بسم اللہ کے اندر اللہ رب العزت نے تین نام استعمال کیے ہیں۔ اللہ، رحمن اور رحیم تین ہی گناہوں کے درجات یا اقسام ہیں:۔ ☆ پہلی قسم کفروشرک سے بچنا اور ایمان قبول کرنا' دوسری قسم کبائر کو چھوڑ کر اللہ رب العزت کی فرمانبرداری کرنا' تیسری قسم وسوسوں سے نجات پاکر یکسوئی کے ساتھ اللہ رب العزت کی عبادت کرنا۔ بندہ اگر ہر کام شروع کرنے سے پہلے بسم اللہ پڑھے گا تو وہ ہر گناہ سے بچا رہے گا۔ جب انسان کسی کو کوئی تحریر لکھتا ہے تو ابتدا ہی سے معلوم ہوجاتا ہے کہ یہ راضی ہے یا ناراض۔ اسی طرح قرآن پاک کی ابتداء بھی بسم اللہ سے ہوتی ہے جس سے معلوم ہوتا ہے کہ خداوند کریم ہم سے راضی ہے ورنہ وہ یوں بھی فرماسکتے تھے بِسْمِ اللهِ الْوَاحِدِ الْقَهَّارِ۔ وہ (اللہ) اس قہار اور جبار ہونے کا لفظ بھی استعمال کرسکتے تھے مگر نہیں۔ اللہ پاک نے اگر استعمال کیے تو وہ دو نام جو رحمت کی دلیل ہیں۔ (رحمن' الرحیم) قرآن پاک کی ابتدا بتارہی ہے کہ رب العزت کا ارادہ ہمارے ساتھ جزا کا ہے وہ اپنے بندہ کو عذاب نہیں دینا چاہتا۔

الحمدللہ: الحمدللہ مختصر سے الفاظ ہیں انہیں روزمرہ کی گفتگو میں کہنے کی عادت ڈالیے جس انسان نے خداوند کریم کی نعمت کھانے یا حاصل کرنے کے بعد الحمدللہ کہا تو گویا اس نے رب العزت کا شکریہ ادا کیا۔ ایک بات عرض خدمت ہے کہ نعمتوں کی قدر کرنے کیلئے نعمتوں کے چھن جانے کا انتظار نہ کریں۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ گھر میں میاں بیوی آپس میں لڑتے ہیں اور ایک دوسرے کو کوستے ہیں کہ میں نے تمہارے گھر میں سکھ نہیں پایا وغیرہ وغیرہ.....مگر جب مرد جدا ہوتا ہے تو عورت کہتی ہے کہ میرا خاوند بہت اچھا تھا اور اگر بیوی مرجاتی ہے تو خاوند کہتا ہے کہ میری بیوی بہت اچھی تھی۔ تو میرے بھائی اگر آپ زندگی میں ہی ایک دوسرے کو اچھے الفاظ سے یاد کرتے تو اس طرح بچھڑنے کا کبھی افسوس نہ ہوتا۔ اللہ تعالیٰ نے ان مختصر الفاظ یعنی الحمدللہ کثرت سے ادا کرنے پر دو انعامات عطا فرمائے ہیں پہلا انعام یہ خداوند کریم الحمدللہ کہنے والے کی زندگی سے سختی کو نکال کر آسانیاں عطا فرماتا ہے۔ دوسری محتاجی کو تونگری میں تبدیل کرتا ہے۔ الحمدللہ کے آٹھ حروف ہیں اور جنت کے آٹھ دروازے ہیں ہر حرف کے بدلے جنت کا دروازہ کھلتا چلا جائے گا۔ لہٰذا ہر کام کو بسم اللہ الرحمن الرحیم سے شروع کریں اور اختتام الحمدللہ سے کریں اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس کو اپنا معمول بنانے کی توفیق عطا فرمائے آمین ثم آمین۔

صرف 30 روپے میں ایڈز کا علاج

(سعداللہ' خیبر مارکیٹ ٹانک ڈیرہ اسماعیل خان)

تین چار سال پہلے (ڈیرہ اسماعیل خان) کے ایک نوجوان کو ہر وقت بخار رہتا تھا' اس نے ٹانک کے مشنری ہسپتال میں ٹیسٹ کرایا تو انہوں نے ایڈز کی تشخیص کی' اس کو یقین نہ آیا تو ڈیرہ اسماعیل خان شہر کی ایک مشہور لیبارٹری سے ٹیسٹ کرایا یہاں پر بھی وہی موذی مرض بتایا گیا۔ اس نے مزید تسلی کیلئے اسلام آباد جاکر ٹیسٹ کرایا' وہاں پر بھی رزلٹ وہی تھا۔ اب تو یہ نوجوان بہت پریشان ہوا' اس بیماری کا نام سن کر ہی آدمی ادھ موا ہوجاتا ہے ادھر گھر والوں کا شادی پر اصرار یہ بیچارا گھر والوں کو حقیقت بھی نہیں بتا سکتا تھا' تنگ آکر خودکشی کی نیت سے بھائی کی الماری سے پسٹل نکالنے لگا تو ایک کتاب پر نظر پڑی جس میں کلونجی کے خواص لکھے تھے۔ حدیث مبارک کا حوالہ تھا کہ ''سوائے موت کے کلونجی ہر مرض کا علاج ہے۔ اس نے آپ ﷺ کے فرمان مبارک پر یقین کرتے ہوئے دس روپے کی کلونجی لی اور کھانا شروع کی۔ جب کلونجی ختم ہوئی تو دوبارہ مشن ہسپتال ٹانک ٹیسٹ کرائے تو برائے نام ایڈز کی علامات تھیں۔ عیسائی ہسپتال والے حیران رہ گئے کہ آپ نے ایسا کون سا علاج کرایا جس سے حیران کن حد تک مرض میں افاقہ ہوا اس نوجوان نے ان کو بتایا جب تک میں دوسری جگہوں سے چیک اپ نہ کرالوں آپ کو علاج کے بارے میں نہیں بتا سکتا۔ حسب سابق اس نے ڈیرہ اسماعیل خان اور اسلام آباد کی لیبارٹریوں سے چیک کرایا تو رزلٹ پہلے سے بہت بہتر تھا۔ مریض نے 20 روپے کی مزید کلونجی لی اور اس کلونجی کو کھانے کے بعد دوبارہ تینوں لیبارٹریوں سے ٹیسٹ کرائے تو ایڈز کا مکمل خاتمہ ہوچکا تھا۔ مشن ہسپتال والوں کے بیحد اصرار پر ان کو بتایا کہ ہمارے پیارے نبی ﷺ نے کلونجی کے فوائد بیان فرمائے ہیں جس پر میں نے عمل کیا۔ آپ ﷺ کا فرمایا سچ ثابت ہوا اور ثبوت آپ کے سامنے ہے۔ الحمدللہ اس نوجوان نے بعد والدین کے کہنے پر شادی بھی کی اور اب دو بچوں کا باپ ہے۔

طب اور عملیات سیکھنے کی کلاسیں

پہلی روحانی کلاس سے عوام الناس کو بے انتہا فوائد اور کمالات ملے اور والہانہ پذیرائی پسندیدگی اور مقبولیت کا اظہار کیا گیا۔ شائقین کے بے پناہ اصرار پر حضرت حکیم صاحب اپنے مصروف ترین شیڈول میں سے وقت نکال کر عنقریب طب اور عملیات سیکھنے والوں کیلئے تربیتی کلاسوں کے اوقات کار کا اعلان کرنے والے ہیں' طلب رکھنے والے فوری رابطہ کریں اور دفتر ماہنامہ عبقری میں اپنا نام لکھوائیں۔ **نوٹ:** لاہور کے علاوہ باہر سے آنے والوں کیلئے قیام وطعام کا انتظام فری ہوگا۔ کلاسیں شروع ہونے سے پہلے ان کا اعلان ضرور ہوگا۔ **(صرف مردوں کیلئے)**

(نہ فیس' نہ نذرانہ) (ادارہ عبقری)

حکیم نور احمد

جلن اور خارش کا سستی جڑی بوٹی سے علاج

جب پیشاب جلن سے آنے لگے۔اس میں تیزابیت بڑھ جائے تو تخم ریحان تین ماشے سے ایک تولہ تک دو تین چھٹانک پانی میں ایک آدھ گھنٹہ بھگو کر شربت بزوری چار پانچ تولے ملا کر چار پانچ دفعہ چھینٹ کر پورا ایک گلاس پینے والا بنا کر چند یوم استعمال کرنے سے صحت ہوجاتی ہے

قدرت نے نیاز بو کی پیداوار میں بڑی فراخدلی سے کام ہے کیسی ہی اچھی بری زمین ہو اس کا پودا نشوونما پاجاتا ہے۔ پرانے حکیموں کی سائنسدان نگاہوں نے اس کی جراثیم کش خوشبو سے فائدہ حاصل کرنے کیلئے انفلوئنزہ (انف غزہ) معادی بخار خسرہ اور لاکڑہ کاکڑہ کے دنوں میں اس کا پودا پھول اور پتے مریض کے کمرے میں رکھنے کا رواج دے کر ان امراض کی چھوت روکنے کا ان مٹ کارنامہ انجام دیا ہوا ہے۔ آج کل کے معاشی دور میں جہاں ہر آدمی ہر وقت روپیہ کمانے کی فکر میں اپنا خون پسینہ ایک کر رہا ہے دل فیل ہونے کی خبریں روزانہ ہمارے کانوں میں سنائی دیتی ہیں تو یونانی حکیموں کی قابل قدر ریسرچ ہمارے سامنے آجاتی ہے۔ انہوں نے صدیوں پہلے دل کی بیماریاں دور کرنے اور دل کو مضبوط بنانے کیلئے نیاز بو کے پتے کی چٹنی بنا کر استعمال کرنے کا مریضوں کو مشورہ دیا تھا۔

خسرہ لاکڑہ کاکڑہ اور ٹائیفائیڈ (معیادی بخار) میں ہمارے خاندان میں اس کے پانچ سے گیارہ پتے آدھے سے ایک تولہ تک خاکشی (خوب کلاں) اور پانچ سے سات دانوں تک عناب اور منقیٰ پانی میں جوش دے کر اس کا جوشاندہ گھونٹ گھونٹ کھانڈ ملا کر پلانے اور اس کے ساتھ کشتہ صدف مروارید ایک دورتی یا جواہر مہرہ ایک چاول یا سالم سچے موتی (مروارید سفتہ) تین سے پانچ دانے تک چند دن کھلانے کا رواج ہے۔ ان بیماریوں کے مریض اس چند روزہ علاج سے اللہ کے فضل سے جلد صحت یاب ہوجاتے ہیں۔ اس گھریلو علاج کی یہ بھی خوبی ہے کہ ان چھوت والے امراض کو جلد صحت ہونے کے علاوہ بعد میں دل اور اعصابی بیماریوں سے مریض محفوظ رہتا ہے۔ جب دل میں گرمی آجائے' غصہ زیادہ ہو' طبیعت نڈھال اور تھوڑے کام کاج سے تکان محسوس ہونے لگے۔ بلاوجہ خوف' ڈر اور گھبراہٹ ستانے لگے تو کشتہ مرجان ایک رتی کھا کر نیاز بو کے سات سے پندرہ پتے ایک دو امرود یا سیب' تین سے چھ ماشے تک ہرا دھنیا ایک دو مالٹا یا کینو کاٹ کر ان کا سلاد بنا کر لیموں اگر پسند ہو تو ملا لینے میں کوئی حرج نہیں۔ شام کے وقت تین سے پانچ بجے تک چند روز استعمال کر کے دل مضبوط اور غم کو دور کریں۔ اس کے تخم جوان لڑکے اور لڑکیوں کی گرمی دور کرنے کے بھی کام آتے ہیں۔ جب گرم غذائیں کھانے اور غلط ماحول میں رہنے سے نوجوان لڑکے لڑکیوں کو رنگ برنگی رطوبتیں خارج ہونے لگیں اور روز بروز جسم کھوکھلا ہونے لگے تو اس کے تخم ۲ ماشے سے چھ ماشے تک روزانہ دودھ دہی کی لسی یا اکیلے دودھ دہی کے ساتھ چند روز صبح یا زیادتی مرض میں دونوں وقت پھانک لینے سے بفضل خدا صحت ہوجاتی ہے۔ اس کے بیج بازار سے تخم ریحان کے نام سے مل جاتے ہیں۔ بواسیر کے خون کی زیادتی کو بھی روک دیتے ہیں۔ تین سے چھ ماشے تک تخم ریحان سالم پھانک لیں یا گرم دودھ میں ملا کر دودھ مع تخم استعمال کرنے سے ایک دو دن میں ہی خون بند ہوجاتا ہے۔ جب پیشاب جلن سے آنے لگے۔ اس میں تیزابیت بڑھ جائے تو تخم ریحان تین ماشے سے ایک تولہ تک دو تین چھٹانک پانی میں ایک آدھ گھنٹہ بھگو کر شربت بزوری چار پانچ تولے ملا کر چار پانچ دفعہ چھینٹ کر پورا ایک گلاس پینے والا بنا کر چند یوم استعمال کرنے سے صحت ہوجاتی ہے۔

انتڑیوں کی خارش کا نسخہ: جب انتڑیوں میں خارش ہو کر بار بار پتلے پتلے دست آنے لگیں اور پاخانے کے مقام پر جلن محسوس ہو تو اس کے بیج انار کے شربت کے ساتھ تین یا چھ ماشے دو چار دفعہ پھانکنے سے فضل خدا ہوجاتا ہے۔ جب گرمی کے دنوں میں بدن کے مختلف حصوں میں پھنسیاں یا ایگزیما ہوجائے تو اس کے پتے پیس کر لیپ کرنے سے خارش اور جلن ختم ہو کر پھنسیاں دور ہوجاتی ہیں۔ خزائن الادویہ میں لکھا ہے کہ تخم ریحان مدر بول ہے' بلغم اور باد کو دور کرتی ہے' قوت ہاضمہ کو بڑھاتی اور بھوک لگاتی ہے' صفرا کے علاوہ ذات الجنب دردزہ اور یرقان کو بھی نافع ہے وید تلسی کے پتوں کا شیرہ قے اور تپ میں استعمال کراتے رہے ہیں۔ اس کے پتوں کا رس پلانے سے زکام رفع ہوجاتے ہیں' کھانسی کے علاج کیلئے پرانے اطباء تلسی اور اڑوسہ کے پتوں کا رس مریض کو دیتے رہے ہیں۔ بخار میں جو گھبراہٹ ہوتی ہے وہ اس کے پتوں کا شربت پلانے سے جاتی رہتی ہے۔ اس کے پتے اور کالی مرچ کی گولی بنا کر دانتوں کے نیچے دبائے رکھنے سے دانتوں کا درد رفع ہوجاتا ہے۔ اس کے پتوں کے رس میں کالی مرچوں کا سفوف ملا کر کھلانے سے تپ اور بخار جاتا رہتا ہے۔ اس کے سوکھے پتوں کو پیس کر ملنے سے چہرے کی رونق بڑھتی ہے۔

حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ

جو عیدالاضحیٰ کے دن نماز عید تک روزہ دار رہا اس نے گویا ساٹھ ہزار برس عبادت کی

دعا قبول ہوتی ہے: حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ حضور اکرم ﷺ سے نقل کرتے ہیں کہ ملتزم ایسی جگہ ہے جہاں دعا قبول ہوتی ہے کسی بندہ نے وہاں ایسی دعا نہیں کی جو قبول نہ ہوئی ہو۔'' **جنت واجب:** حضور سرور کائنات ﷺ نے فرمایا کہ ''شب ترویہ کو تمام رات عبادت کرنے والے کیلئے جنت واجب ہوجاتی ہے۔ **24 ہزار برس کی عبادت کا ثواب:** حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ آنحضور ﷺ نے فرمایا کہ جس شخص نے یوم ترویہ کا روزہ رکھا اس نے گویا بارہ برس اللہ کی عبادت کی اور جس نے عرفہ کے دن روزہ رکھا اس نے گویا چوبیس ہزار برس عبادت کی اور جو عیدالاضحیٰ کے دن نماز عید تک روزہ دار رہا اس نے گویا ساٹھ ہزار برس عبادت کی اور اس کو اللہ تعالیٰ ہزار شہیدوں کا ثواب اور ہزار حاجیوں کا ثواب عطا فرمائے گا۔

ایک لاکھ بیس ہزار نیکیاں: حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ آنحضور ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص ماہ ذی الحجہ کے شروع کے دس دن میں ہر روز سو بار پڑھ لیا کرے **اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ اِلٰهًا وَّاحِدًا صَمَدًا وِّتْرًا لَّمْ يَتَّخِذْ صَاحِبَةً وَّلَا وَلَدًا** تو اس کے نامہ اعمال میں ایک لاکھ بیس ہزار نیکیاں لکھی جائینگی اور اسی قدر برائیاں اس کی مٹائی جائینگی اور اسی قدر درجے اس کے بڑھائے جائینگے اور قربانی کے دن ایک فرشتہ اس کو آواز دے گا اے ولی اللہ اب اعمال نیک میں مشغول ہو گویا تجھ کو رب تعالیٰ نے بخش دیا اور جب وہ شخص عید کی نماز پڑھے گا تو جس قدر اس کے جسم پر بال ہیں اسی قدر اس کو ثواب عطا ہوگا۔

ایک نماز کا ثواب پچاس ہزار کے برابر: حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا مسجد بیت المقدس میں ایک نماز کا ثواب پچاس ہزار کے برابر ہے اور میری مسجد میں بھی نماز کا ثواب پچاس ہزار کے برابر ہے سوائے مسجد حرام کے۔

ایک لاکھ نمازوں کا ثواب: حضر ابودرداء رضی اللہ عنہٗ کی روایت میں ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا مسجد حرام کی نماز دوسری مسجد کے مقابلہ میں ایک لاکھ درجہ ہے۔

اس طرح کے **مزید وظائف** پڑھنے کیلئے حکیم صاحب کی شہرہ آفاق کتاب **''حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ''** کا مطالعہ کریں۔

پوشیدہ وظائف میں اپنی مرضی کرنیوالے کا انجام

قارئین ! بعض لوگوں اور خصوصاً خواتین کا مزاج ہوتا ہے کہ ہر وقت نت نئے وظائف کرتے رہتے ہیں اور کسی ایک عمل میں مستقل مزاجی اختیار نہیں کرتے' پھر بجائے فائدے کے نقصان ہوتا ہے کیسے؟ آپ بھی پڑھیے!

محترم حکیم صاحب! میرا مسئلہ کچھ عجیب سا ہے اس لیے کہ میں کبھی دوسروں کیلئے کچھ بھی سوچوں یا کرنے کی کوشش کروں تو وہ معاملات حل ہوجاتے ہیں مگر جب اپنے لیے یا اپنے بیوی بچوں کیلئے کچھ سوچوں یا کرنے کی کوشش کروں تو ناکام ہوتا ہوں' آپ کے رسالہ اور درس سے تقویت پا کر اپنے مسائل کے حل کیلئے آپ سے درخواست گزار ہوں۔ میں اپنی ابتدائی عمر سے ہی عملیات کی طرف راغب رہا ہوں' اس سلسلے میں میں نے بغیر رہنمائی اور رہنمائی کے ساتھ مختلف اعمال کیے ہیں مگر ایک خاص وقت کے بعد میرے اندر ایک اکتاہٹ یا ضد کی کیفیت پیدا ہوئی ہے اور وہ عمل مجھ سے ترک ہوجاتا ہے۔ میں اپنے روزگار کے سلسلے میں انتہائی پریشان ہوں' اس حوالے سے جو عمل بھی کیا ناکام ہوگیا میں ایک سرکاری دفتر میں عرصہ پندرہ سال سے ملازم ہوں' یہاں ترقی کے امکانات نہ ہونے کے برابر ہیں۔ تنخواہ میں اضافہ معقول نہیں ہوتا جبکہ مہنگائی نے رفتار تیز رکھی ہوئی ہے۔ میں نے انگلش میں ایم اے کیا اور اس جاب میں رہتے ہوئے شادی کی اور اب میرے 5 بچے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ اب میری ملازمت سے جان چھوٹ جائے اور میں اپنا کاروبار کرسکوں اور اپنے گھر والوں کیلئے کچھ بہتر لوازمات زندگی حاصل کرسکوں' ایک الگ مکان بنانا اب لازمی ہوتا جارہا ہے مگر کوئی راستہ یا امید نظر نہیں آتی۔ دوسرا مجھے جو مسئلہ درپیش ہے وہ ازدواجی زندگی کا ہے میری بیوی کی مجھ سے ہم آہنگی نہ ہوسکی' بس جب اس کا موڈ ٹھیک ہوتو وہ دن ٹھیک گزرجاتا ہے ورنہ صبح یا شام لڑائی ضرور ہوتی ہے جس کی وجہ سے میرے بچے اب متاثر ہورہے ہیں۔ تمام تر مسائل آپ کے آگے پیش ہیں امید ہے آپ میرے ان مسائل کا کوئی جامع حل تجویز کریں گے۔ میرے اعمال جو میں کرتا رہا یا اب تک کررہا ہوں وقفوں کے ساتھ درج ذیل ہیں:۔

اللہ الصمد (لاتعداد کئی برس سے)

اللہ الصمد باموکل (2 سال سے)

سورۃ الکوثر 41 دن 351 دفعہ روزانہ پھر لاتعداد

سورۃ النصر 101 بار روزانہ 41 دن صاحب مزار کے پاس جا کر پھر 33 اور 21 دفعہ وقفوں کے ساتھ۔

☆ کلمہ طیبہ اول لاتعداد کئی برس تک صاحب مزار کے حضور۔

☆ سورۃ النور دو دفعہ روزانہ 41 دن صاحب مزار کے پاس

☆ سورۃ یٰسین 5 دفعہ روزانہ صاحب مزار کے پاس

☆ سورۃ اخلاص 200 دفعہ روزانہ کافی عرصہ تک

☆ سورۃ الفاتحہ 41 دفعہ روزانہ کافی عرصہ تک۔

یہ وہ گنتی کے چند اعمال ہیں۔ یہ سارے وظیفے کرنے کے باوجود میری زندگی دن بدن بدتر سے بدتر ہوتی جارہی ہے۔

ڈھیٹ قسم کی خارش کیلئے بارہا کا آزمایا نسخہ

ھوالشافی: خشک پودینہ 8 گرام' کلونجی 20 گرام' سرچھوکا 40 گرام' ناگسیر 100 گرام۔ ان سب چیزوں کو اچھی طرح پیس لیں اور اس سفوف کا آدھا چمچ کھانے سے قبل پانی کے ساتھ بیس دن استعمال کریں۔ خارش سے متاثرہ حصے پر کلونجی کا تیل لگائیں۔

ماہنامہ عبقری فائل نمبر 2 رسالہ نمبر 17 صفحہ نمبر 22،17۔

نسخہ ھوالشافی: زنک آکسائیڈ 20' بورک ایسڈ 20' گندھک آملہ سار 10 گرام' سیلی سلک ایسڈ 20 گرام' کاربالک ایسڈ 5 گرام' ویزلین سادہ 200 گرام۔ آپس میں ملا کر خوب اچھی طرح حل کرلیں' حل کرنے سے قبل مذکورہ ادویات باریک پیس لیں اور کسی ڈبہ میں محفوظ رکھیں۔ تھوڑی سی مرہم لیکر جسم پر اچھی طرح ملیں اگر صبح ملیں تو شام کو اگر شام کو ملیں تو صبح غسل کرسکتے ہیں' اگر غسل نہ بھی کریں تو کوئی مضائقہ نہیں۔ مذکورہ نسخہ میں نے ڈھیٹ قسم کی خارش کے مریضوں کو استعمال کرایا بفضل اللہ ٹھیک ہوگئے۔ ایک ایسے مریض جو خارش سے انتہائی پریشان تشریف لائے جو ہر طرح کا علاج کرا کے تھک چکے تھے مگر کسی طرح آرام نہ آتا تھا ساری رات کھجاتے گزرتی تھی ایک پل چین نہ آتا تھا۔ مذکورہ نسخہ توجہ اور دھیان سے استعمال کرایا ایسے تندرست ہوئے جیسے خارش کبھی تھی ہی نہیں' ایک بچی کی ٹانگوں پر سوائنیز تھے مذکورہ نسخہ استعمال کرایا تندرست ہوگئی۔ اکثر نوجوانوں کو دیکھتا ہوں کہ سارا چہرہ دانوں سے بھرا ہوا ہے' ان کو مذکورہ نسخہ استعمال کرایا تندرست ہوگئے۔ (حکیم ریاض حسین' کھڑوال میانوالی)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

بات یقین اور بے یقینی کی یعنی شک کی چل رہی تھی میں اس کو اور آسان انداز میں آپ کو سمجھاتا ہوں جب بندہ شک پر آتا ہے تو ایسا بندہ غیب کے وعدوں اور غیبی برکتوں' نعمتوں سے محروم ہوجاتا ہے۔ ہمارا حقیقت کا سفر یقین کی بنیادوں پر چلتا ہے۔ شیطان سب سے زیادہ جو اللہ اور اس کے رسول ﷺ یا اللہ والوں سے دور کرتا ہے اس کی بنیاد شک ہے جس طرح جسم کا معالج کڑوی گولی دے تو ہم اس پر اعتماد کرتے ہیں' وہ اگر پانی سے بھرا انجکشن لگائے تو ہمیں شفاء ہوجاتی ہے اگر وہ مٹی اٹھا کر ہمیں چٹکی دے دے تو اس پر بھی اعتماد کرتے ہیں جسم کے علاج پر اتنا اعتماد کہ اپنے آپ کو مکمل معالج کے حوالے کردیا جو وہ کھانے کو دے کھالیا جس سے اس نے روکا رک گئے اور اس کے برخلاف جب روحانی معالج سے روح کا علاج شروع کریں تو ان پر بے یقینی اور تذبذب ہوتا ہے' تھوڑی سی بات ایسی جو عام انسانی عقل سے اوپر کی ہو جو سمجھ' عقل اور شعور سے ماورا ہو اور سمجھ نہ آئے تو اس پر بے یقینی کرکے اسے چھوڑ دیا۔ ایک بات یاد رکھیں! روح کی بنیادیں ان دیکھی ہیں' کیا کبھی کسی نے روح کو نکلتے دیکھا کہ وہ کس پرندے کی' چڑیا یا باز کی شکل میں ہو یا کوئی دوسری صورت ہو جو جسم کو الوداع کرتے وقت لوگوں کو نظر آئے۔ روح ایک غیب کا نظام ہے اس ان دیکھی چیز پر بغیر دیکھے ایمان ہے اور دیکھنے کی ضرورت نہیں جسم کے معالج نے انسان کی نبض دیکھی' دل کی دھڑکن اور دیگر حالات دیکھ کر کہا کہ اس شخص کا تو انتقال ہوچکا ہے ہم اس ڈاکٹر کے ساتھ کتنے یقین سے چلتے ہیں۔ ماں کے پیٹ میں ایک خاص مدت میں اللہ پاک روح ڈالتے ہیں اب یہ نظام کسی کو نظر نہیں آتا' ان تمام باتوں سے یہ ثابت ہوا کہ روح کا ایک نظام ہے' روح ایک حقیقت ہے اور آج کی سائنس بھی پھر سے حقیقتوں کی طرف لوٹ رہی ہے۔ بڑے بڑے ماہرین اس روح کی دنیا کو تلاش کرنے کی کوشش کررہے ہیں' روح اور روحانیت کو تلاش کررہے ہیں کیونکہ دونوں چیزوں کو چھوڑ کر ہمارا معاشرہ پریشان ہوگیا ہے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 36

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں' قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

عبقری جنات بھی پڑھتے ہیں

نامعلوم کیوں مجھے یاقہار کے وظیفے سے اتنی زیادہ محبت ہے دراصل یہ محبت اس کے فائدے کی وجہ سے ہے۔ اس کا فائدہ اتنا زیادہ ہے کہ میں تو میں جنات بھی حیران ہیں' اللہ پاک کے اس نام میں جہاں تقویٰ' طہارت' گناہوں سے بچنے کا اکسیر عمل ہے وہاں جادو' اثرات اور خود شریر جنات سے بچنے کیلئے ایک ناقابل یقین ہتھیار کا کام دیتا ہے۔ جب سے یاقہار کے فوائد میں نے بتانے شروع کیے اس دن سے جہاں نیک اور صالح جنات میں ایک خوشی کی لہر دوڑی وہاں شریر اور شیطان جنات بہت پریشان ہیں...... چونکہ میری تحریر عبقری میں چھپتی ہے اور پھر یہ عبقری انسانوں کے علاوہ جنات بھی بہت زیادہ پڑھتے ہیں اور جنات ان تحریروں کو بہت توجہ سے لیتے ہیں۔

انسانوں کی موتی مسجد آمد اور بونے جنات کا استقبال

ابھی پچھلے دنوں ایک جن سے ملاقات ہوئی کہنے لگے کہ میں ایک بات سے بہت پریشان ہوں۔۔۔۔ میں نے پوچھا وہ کیا؟ کہا بات یہ ہے کہ آپ نے جب سے یاقہار کے فوائد بتائے ہیں اور شاہی قلعے کی موتی مسجد کا عمل بتایا ہے اس سے جہاں شاہی قلعے کے بونے جنات کو خوشی پہنچی ہے وہاں شاہی قلعے کے اس کونے میں جو کونا شاہی محلہ یعنی ہیرا منڈی کی طرف لگتا ہے وہاں کالے اور خبیث جنات کا بہت قیام ہے اور وہ خبیث موتی مسجد میں آنے والوں کو ناپسند کرتے ہیں' وہ ان کا راستہ نہیں روک سکتے کیونکہ موتی مسجد میں آنے والے نیک جنات ہر موتی مسجد میں آنے والے فرد کا استقبال کرتے ہیں اور ان کی حفاظت کرتے ہیں حتیٰ کہ بعض لوگوں کے واقعات سامنے آئے ہیں کہ موتی مسجد میں آنے والے لوگوں کو جنات نے گھر پہنچایا یا انہیں کھانے مہیا کیے' انہیں سواری مہیا کی' حتیٰ کہ ان کے مسائل اور مشکلات کے حل میں ان کا ساتھ دیا۔

شریر جنات کی پریشانی

وہ جن کہنے لگا ان کالی اور شیطانی چیزوں کو بہت پریشانی ہے' تو میں نے ان سے پوچھا کہ آخر انہیں کیا پریشانی ہے؟ کہنے لگے کہ ایک تو وہ موتی مسجد کے نوافل سے بہت خائف ہیں کیونکہ وہ نوافل خبیث جنات کے سامنے دیوار بن جاتے ہیں اور وہ کسی قسم کی جادو' بندش کے عمل کو نہیں کر سکتے اور ہر بندش اور جادو میں ان کا کوئی عمل دخل نہیں ہوسکتا حتیٰ کہ جادو ٹوٹ جاتا ہے دوسرا وہ شریر جنات ہر آنے والے فرد جو ہیرا منڈی کا رخ کرتا تھا اس کو گناہوں کی راہوں پر چلاتے تھے بلکہ ہیرا منڈی میں سارے کالے اور شریر جنات ہر وقت دندناتے پھرتے ہیں اور ان کا عمل دخل صدیوں سے ہے۔ انہوں نے شاہی قلعے کے اس کونے کو جس طرف اب شاہی قلعے کے بیت الخلا بنے ہوئے ہیں اس کونے کی طرف انہوں نے اپنا اڈا قائم کیا ہوا ہے اور وہ وہاں سے پورے شاہی محلہ یعنی ہیرا منڈی کو کنٹرول کرتے ہیں' وہاں آنے والے ہر فرد کے اندر فسق و فجور اور گناہوں کی طرف آمادہ کرتے ہیں اور اسے وہاں کی گندگی کو سجا کر دکھاتے ہیں۔

فوڈ سٹریٹ اور خبیث جنات کی خوشیاں

مجھے اس جن نے بتایا کہ جب سے وہاں فوڈ سٹریٹ بنی ہے اس دن سے شاہی محلے کے خبیث جنات کی خوشیاں اور زیادہ ہوگئی ہیں کہ انہیں کھانے پینے کو ملے گا اور جو بھی وہاں کھانے کو آئے گا اسے گناہوں کا زہر' ظلمت کا زہر اور معصیت کا زہر بھی ساتھ دیں گے' اس جن نے ایک انوکھا انکشاف کیا کہ کالے اور خبیث جنات کے پاس ایک گر ہوتا ہے کہ جب انسان کھانے بیٹھتا ہے اور وہ کھانے سے پہلے بسم اللہ الرحمن الرحیم نہ پڑھے یا بسم اللہ وعلی برکات اللہ نہ پڑھے تو وہ اس کھانے میں اپنے جسم کے پسینے کی نحوست ڈال دیتا ہے یا جسم کی اوپر کی میل ڈال دیتا ہے' انسان وہ کھانا کھا رہا ہوتا ہے لیکن اس کو کوئی فرق نظر نہیں آ رہا ہوتا لیکن وہ کھانا ایک انوکھا زہر بن چکا ہوتا ہے' انوکھی بربادی بن چکی ہوتی ہے اور وہ انوکھا زہر اس بندے کے اندر جہاں انوکھی بیماریاں پیدا کرتا ہے اور لاعلاج بیماریوں کا ذریعہ بنتا ہے وہاں وہ کھانا اس بندے کا ذہن گناہوں اور عیاشیوں کی طرف لاتا ہے۔ نماز' تسبیح' روزہ' درود شریف' قرآن پاک کی تلاوت حتیٰ کہ اللہ اور اللہ والوں سے اس کے دل میں نفرت پیدا کرتا ہے۔ یہ ان جنات کا خاص کمال ہے۔

بونے جنات کی انوکھی محبت

میں حیران ہو کر اس جن کی باتیں سن رہا تھا کہ اسی دوران شاہی قلعے کے بونے جنات میرے پاس آئے' کچھ تحائف لائے اور کہنے لگے آپ نے عبقری رسالے میں کیا لکھ دیا؟ میں نے پوچھا کیا؟ کہا کہ ہمارا انکشاف اور ہماری ملاقاتیں آپ نے بیان کر دیں' کہنے لگے اس سے ہمیں آپ سے کوئی ناراضگی نہیں بلکہ ہم آپ کا شکریہ ادا کرنے آئے ہیں کہ صدیوں پرانی ویران موتی مسجد ایسے آباد ہوئی کہ ہم بہت خوش ہیں کیونکہ ہم اس مسجد کو پانچ وقت آباد کیے ہوئے ہیں' ایک مضبوط جماعت مستقل اس میں ذکر و مراقبہ و اعتکاف میں بیٹھتی ہے اور ہر وقت موتی مسجد میں ہم بونے جنات کی جماعت تین عمل کرتی رہتی ہے۔ رات کے پہلے پہر میں ایک جماعت مسلسل مراقبہ کرتی ہے' وہ جماعت مراقبہ اور دعا کے بعد چلی جاتی ہے جو کہ لاکھوں بونوں کی شکل میں مشتمل ہوتی ہے' دوسری جماعت جو کہ لاکھوں بونوں کی تعداد پر مشتمل ہوتی ہے' آ کر نفل اور ذکر کرتے ہیں' پھر نماز فجر پڑھتے ہیں اور نماز فجر سے لیکر اشراق تک وہ مسلسل ذکر کرتے ہیں اور درود شریف کا ذکر بہت زیادہ کرتے ہیں۔ پھر وہ جماعت چلی جاتی ہے پھر ایک جماعت اشراق کے بعد آتی ہے جو کہ لاکھوں جنات پر مشتمل ہوتی ہے وہ جماعت آ کر وہاں مسلسل قرآن پاک کی تلاوت کرتی ہے اور ہزاروں قرآن روزانہ ختم کرتی ہیں' ظہر تک یہ جماعت رہتی ہے' ظہر کے بعد ایک اور جماعت آتی ہے جو کہ وہاں آ کر قصیدہ بردہ شریف پڑھتی ہے اور حضور اقدس ﷺ پر درود پاک بھیجتی ہے اور یہ جماعت مغرب تک رہتی ہے اور پھر اسی طرح دوسری جماعت کی ڈیوٹی شروع ہوجاتی ہے' صدیوں سے یہ روایت جاری ہے۔

موتی مسجد کب سے قائم ہے؟

جب سے یہ موتی مسجد بنی ہے' ایک بونے جن مجھے عجیب بات بتائی کہ شاہی قلعے سے پہلے بھی ہم یہاں آباد تھے شاہی قلعہ تو ابھی کل کی بات ہے کہ بنا ہے' میں حیران ہوا۔۔۔۔ کل کی بات ہے؟؟؟ کہا ہاں! چند صدیوں کی ہی تو بات ہے'

یہاں ٹیلے ہوتے تھے اور ان ٹیلوں سے پہلے یہاں دریائے راوی بہتا تھا پھر دریائے راوی نے اپنا راستہ بدلا اور دور چلا گیا۔ دریا نے اپنا رخ بدلا تو ہم یہاں آباد ہو گئے ہماری ہماری نسلیں یہیں آباد ہوئیں اور اب بھی آباد ہیں' صدیوں زندگیاں گزار کر یہیں فوت ہو گئیں۔

بونے جنات کا اصول

ہمارے ہاں ایک اصول ہے جو بھی ہمارے پاس آتا ہے ہم اس کی مہمان نوازی ضرور کرتے ہیں' اس کی مختلف شکلیں ہوتی ہیں' یا تو ہم اس کی کسی مشکل میں اس کا ساتھ دیتے ہیں یا اگر اس پر کوئی جادو اثرات بندش ہوتے ہیں تو اس کیلئے ہمارے پاس موتی مسجد میں بہت بوڑھے بابے ہیں وہ اس پر دم کر دیتے ہیں' اس کا مسئلہ حل ہو جاتا ہے اور انسان کو اس کا احساس ہی نہیں ہوتا یا پھر اگر اس کی کوئی الجھن' گھریلو مشکل کسی بھی قسم کی ہو اس کی دعا بھی کرتے ہیں اور اس کے ساتھ چل پڑتے ہیں۔

واقعی قارئین! موتی مسجد ہزاروں لاکھوں لوگ گئے اور ان میں سے بے شمار لوگوں کی اطلاعات مجھے جنات کے ذریعہ ملیں کہ ان کے ساتھ ایسا ہوا ہے اور وہ نیک بونے جنات نے ان کے ساتھ ایسی مدد اور محبت کی ہے۔ وہی بوڑھا بونا جن مجھے کہنے لگا کہ موتی مسجد سے پہلے بھی یہاں مسجد ہوتی تھی یہاں ایک ٹیلہ تھا جسے ہم نے مسجد بنایا جس وقت قلعہ بننے لگا تو نقشے کے مطابق یہ جگہ بادشاہ کے دیوان عام کیلئے مقرر ہوئی تو خواب میں ہم نے بادشاہ کو بتایا کہ یہ جگہ دیوان عام کیلئے مقرر نہ کرے ورنہ نقصان اٹھائے گا اور یہ مسجد ہے اور مسجد قیامت تک مسجد ہی رہتی ہے ہم مسجد ہی میں رہتے ہیں اور مسجد کو ہی پسند کرتے ہیں' بادشاہ نے ہمارے اشارے سے یہاں مسجد کی تعمیر کا حکم دیا' پہلے کچھ تعمیر ہوئی تھی اس کو توڑ دیا گیا اور یہاں خوبصورت مسجد بنائی گئی وہ دن اور آج کا دن ہے' ہم نے اس مسجد کو اپنی مسجد سمجھا ہے اس مسجد کو ہم خوشبوؤں کی دھونیاں دیتے ہیں' جو شاید انسانوں کو سمجھ نہ آئے جیسے انسان ہمیں نہیں دیکھ سکتے اسی طرح انسان ہماری خدمت کو بھی نہیں دیکھ سکتے' ہم مسلسل اس مسجد کی خدمت کرتے رہتے ہیں۔

موتی مسجد میں ختم القرآن

رمضان میں اس مسجد میں مصلّہ ہوتا ہے لاکھوں جنات موجود ہوتے ہیں۔ قارئین! میں ان کی بات سن رہا تھا تو مجھے یاد آیا کہ چند سال پہلے میں رمضان میں ختم القرآن کی دعا کیلئے گیا تھا' ختم القرآن 23 کی رات کو ہوا تو مجھے بونے جنات نے بلایا تھا اور میں ان کی دعا کیلئے گیا تھا اور ماشاء اللہ بہت نیک جنات' بہت زیادہ قرآن پڑھنے والے' ان میں جو حافظ تھے ان کا نام شمس تھا۔ ترکی طرز پر قرآن پڑھتے تھے۔ دراصل وہ ترکی کے ایک بہت بڑے جامعہ میں پڑھتے رہے ہیں' وہیں اسی طرز پر قرآن پڑھا اور اسی طرز پر قرآن کو سیکھا اور ترجمہ اور تفسیر کے ساتھ پڑھا۔ میں ان کی آخری سورتیں سن رہا تھا چونکہ میں اپنی تراویح پڑھ کے گیا تھا اس لیے میں ان کی تراویح میں بھی شامل ہو گیا' ختم القرآن کے بعد میں نے مختصر سی تقریباً آدھ پونا گھنٹہ کی تقریر کی اس مختصر سی تقریر میں جن معارف کو میں نے کھولا ان میں ایک چیز خاص طور پر یہ تھی کہ اللہ پاک نے زندگی ایک دی ہے پھر نہیں ملے گی' جوانی ایک دی ہے پھر نہیں ملے گی' سانس گنے ہوئے ہیں لہٰذا انہیں قرآن کی محبت کے ساتھ گزار دو' ہر وہ شخص جو قرآن کی محبت اور قرآن سے الفت رکھے گا اللہ پاک اسے خیر و عافیت سے نواز دے گا۔ بہرحال میں نے قرآن کے کمالات کے بارے میں ان سے گفتگو کی۔

سب کو حیران کر دینے والی آیت

وہ سب یہ بات سن کر حیران رہ گئے کہ جب میں نے ایک بات کہی کہ جب انسان اِذَا الشَّمۡسُ کُوِّرَتۡ٥ وَ اِذَا النُّجُوۡمُ انۡکَدَرَتۡ٥ وَ اِذَا الۡجِبَالُ سُیِّرَتۡ٥ وَ اِذَا الۡعِشَارُ عُطِّلَتۡ٥ (التکویر 1 تا 4) جب یہ آیتیں پڑھتا ہے تو اللہ کی رحمتیں اتنی متوجہ ہوتی ہیں اتنی متوجہ ہوتی ہیں کہ اللہ کی رحمت اس بندے کو گھیر لیتی ہیں اور صالح فرشتے اس بندے پر رحمت کے پھول نچھاور کرتے ہیں کیونکہ اس میں اللہ پاک نے مسلسل قسم اٹھائی ہے۔ میں نے ان جنات کو بتایا کہ جن آیات میں اللہ نے قسم اٹھائی ہو وہ آیات تکالیف' پریشانیوں کو دور کرنے کیلئے' گھریلو الجھنوں کو حل کرنے کیلئے اگر پڑھی جائیں تو وہ قسم والی آیات بہت کارگر اور بہت مفید ہیں' طاق اعداد میں پڑھ سکتے ہیں تین دفعہ' سات دفعہ' گیارہ دفعہ.........

مذکورہ آیت اور قبر سے آواز

جب میں نے یہ آیات بتائیں تو ایک جن نے زور سے چیخ ماری اور بے ہوش ہو گیا۔ بہت دیر کے بعد اس کو ہوش آیا' اس دوران میں نے اپنی تقریر جاری رکھی' ہوش میں آنے کے بعد میرے قدموں میں گر گیا اور لوٹنے پوٹنے لگا میں نے اس کو تھپکی دی اس کے بعد وہ میرے ہاتھ چومنے لگا اور زور زور سے رونے لگا اور کہنے لگا کہ آپ نے میری ایک مشکل حل کر دی' میں نے کہا کیسے؟ کہا کہ میں اہرام مصر میں صحرا گردی کر رہا تھا' وہاں میں نے غیب سے ایک قبر سے آواز سنی تھی کہ وہ آیات جن میں اللہ نے قسم اٹھائی ہے وہ آیات حل المشکلات کیلئے آخری اور پرتاثیر ہیں' اس دن سے لے کر آج تک میں اس بات کا متلاشی تھا کہ مجھے اس کا وجود اور ثبوت کیسے ملے گا؟؟؟ تو آج مجھے آپ سے یہ بات ملی۔ یہ بات سنے ہوئے مجھے ستاسی سال ہو گئے ہیں ستاسی سال کے بعد علامہ صاحب میں نے آپ کے منہ سے یہ بات سنی ہے اور میں حیران ہوں کہ واقعی یہ بات بہت عجیب ہے۔

انسانی شکل میں جن عامل

پھر وہ جن کہنے لگا کہ میں نے وہ آیات جس میں اللہ نے قسم اٹھائی ہو' وہ قرآن پاک سے اکٹھی کیں اور اکٹھی کرنے کے بعد ان کو طاق عدد میں صبح و شام پڑھنا شروع کر دیا' کہا کہ میرے اتنے مسئلے حل ہوئے کہ میں آپ کو بیان کرنا چاہوں تو صبح سے شام اور پھر شام سے صبح اور صبح سے پھر شام دنوں کے دن گزر جائیں یہ واقعات میں آپ کو بتا نہیں سکتے۔ پھر اس جن نے ایک بتائی کہا کہ میں بہت عرصہ مصر کے ایک دور افتادہ دیہات میں انسانی شکل میں پیر اور عامل بن کے مخلوق کی خدمت کرتا رہا' میں کسی سے کچھ نہیں لیتا تھا بس جو بھی آتا ان آیات کو دم کر کے انہیں دے دیتا اور مخلوق خدا کو فیض اور نفع پہنچتا اور مخلوق خدا کو اتنا فیض اور نفع پہنچا کہ لوگ دور دور سے میرے پاس آنے لگے حتیٰ کہ ہجوم اور مصروفیت سے میں اکتا گیا آخر تنگ آ کر میں نے واپس اپنے وطن کی راہ لی اور واپس آ گیا۔ (جاری ہے)

حلال لقمہ کھاتے رہو' اللہ دعا قبول کرے گا

اے لوگو! زمین میں جتنی حلال اور پاکیزہ چیزیں ہیں انہیں کھاؤ اور شیطانی راہ نہ چلو وہ تمہارا کھلا دشمن ہے۔ (بقرہ 168)

حضور اکرم ﷺ کے سامنے جس وقت اس آیت کی تلاوت ہوئی تو حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ نے کھڑے ہو کر کہا ''یارسول اللہ! ﷺ میرے لیے دعا کیجئے کہ اللہ تعالیٰ میری دعا کو قبول فرمایا کرے' آپ ﷺ نے فرمایا اے سعد! پاک چیزیں اور حلال لقمہ کھاتے رہو' اللہ تعالیٰ تمہاری دعاؤں کو قبول کرے گا' قسم ہے اس خدا کی جس کے ہاتھ میں محمد (ﷺ) کی جان ہے! حرام لقمہ جو انسان اپنے پیٹ میں ڈالتا ہے اس کی نحوست کی وجہ سے چالیس دن اس کی عبادت قبول نہیں ہوتی جو گوشت پوست حرام سے پلا وہ جہنمی ہے۔ **(ایک بندہ خدا' واہ کینٹ)**

ثاقب حسین

اونٹ کے پیٹ میں سیاہ پتھر! وہ کیسے؟

اب سیاہ اونٹ کا آپریشن کرنے کے سوا چارہ نہ تھا' ہم نے ایک ہموار جگہ منتخب کی' ڈاکٹر ٹیلر نے حفاظتی لبادہ اوڑھا اور جانور کی گردن میں ٹیکہ لگایا۔ چند منٹ وہ بلبلاتا رہا اور پھر آہستہ آہستہ گھٹنوں کے بل بیٹھ گیا۔ ٹیکے نے اثر دکھانا شروع کر دیا تھا۔

قبض ایک ایسا موذی عارضہ ہے جسے ام الامراض یعنی بیماریوں کی ماں کہا جاتا ہے۔ انسان تو اس میں مبتلا ہوتے ہی ہیں لیکن دلچسپ بات یہ ہے کہ جانور بھی اس آزار سے نہیں بچتے۔ ہم آپ کو ایک ایسے اونٹ کی سرگزشت سناتے ہیں جس کو شدید قبض ہوگئی تھی اور اس کا آپریشن کیا گیا تو حیوانی تاریخ کا ایک اعجوبہ سامنے آیا۔ میں ان دنوں دوحہ میں چیف آف ویٹرنری سروسز تھا' شاہی خاندان کے بعض بیمار عقاب زیر علاج تھے۔ ڈاکٹر ڈیوڈ ٹیلر میرے معاون تھے۔ ایک صبح شاہی شترگاہ سے محمد کا پیغام وصول ہوا کہ سیاہ اونٹ بیمار ہے' ہم نے سنا تو ہم فوراً پہنچے کیونکہ اگر علاج میں دیر ہوگئی اور امیر کا سب سے پیارا اونٹ چل بسا تو شاہی نزلہ ہم دونوں پر گریگا۔ جب ہم پہنچے تو دوپہر کی جھلسا دینے والی گرمی میں سیاہ اونٹ بے حس وحرکت کھڑا تھا۔ ہم نے مرض کے بارے میں تفصیل معلوم کی تو اونٹ نے سات دن سے کچھ نہیں کھایا تھا نہ پیا اور نہ لید کی تھی' اس نے تازہ پیاز اور الفافا گھاس کھانے سے بھی انکار کر دیا تھا۔ ہم نے پودینے کا جوشاندہ' بینگن کے خمیر زدہ پتے' بھنی ہوئی شترمکڑیاں اور اسی طرح کی دیگر چیزیں آزمائیں مگر اونٹ کی تکلیف رفع ہونا تھی نہ ہوئی۔ ہم نے جب اس کا مکمل معائنہ کیا تو اندازہ ہوا کہ ایک ہفتے سے کچھ نہ کھانے کے باوجود اس کا معدہ ہضم شدہ باسی فضلے سے بھرا ہوا ہے۔ جگالی کرنے والی جانوروں میں شکمیہ یا معدہ اول کا باقاعدگی سے بار بار سکڑنا امر لازم ہے مگر سیاہ اونٹ کا پیٹ بالکل خاموش تھا۔ اس میں خوراک آگے منتقل ہونے کی آہٹ سنائی دیتی تھی نہ گڑگڑ کی آواز۔ اس کی نبض درست اور باقاعدہ تھی اور مسوڑھے صحت منداور گلابی تھے۔ ڈاکٹر ٹیلر بولے: ہمیں اس کا معدہ کھولنا پڑیگا لیکن اس سے پہلے کیوں نہ اسے ہلکا سا ملین میگنیشیا نمک دے کر دیکھیں؟ مجھے اس سے اتفاق تھا' چنانچہ ایک پونڈ ایپسم سالٹ اور بہت سا پانی اونٹ کے منہ انڈیل دیا ساتھ آنتوں کو تحریک دینے والے کارباکول کا ایک ٹیکہ بھی لگا دیا ہمارا خیال تھا کہ یہ دونوں چیزیں کام کریں گی اور بیمار جانور کا معدہ صاف ہوجائے گا لیکن اگلے روز جب اس کا معائنہ کیا گیا تو وہ بدستور بیمار اور مضمحل تھا۔

سیاہ اونٹ کا آپریشن: اب سیاہ اونٹ کا آپریشن کرنے کے سوا چارہ نہ تھا' ہم نے ایک ہموار جگہ منتخب کی' ڈاکٹر ٹیلر نے حفاظتی لبادہ اوڑھا اور جانور کی گردن میں ٹیکہ لگایا۔ چند منٹ وہ بلبلاتا رہا اور پھر آہستہ آہستہ گھٹنوں کے بل بیٹھ گیا۔ ٹیکے نے اثر دکھانا شروع کر دیا تھا۔ ڈاکٹر ٹیلر نے اونٹ کے بائیں پہلو میں چیرا دیا۔ اس کے ساتھ ہی اونٹ کے معدے سے بدبودار گرم گیسوں کا بھپکا برآمد ہوا مگر حیرت میں ڈوبے تماشائی بدستور اپنی اپنی جگہ جمے رہے۔ ڈاکٹر ٹیلر نے احتیاط سے اپنا دایاں ہاتھ سوراخ میں داخل کیا تو محسوس ہوا کہ اندر کوئی سخت اور گول سی چیز موجود ہے جیسے چکوترے کے حجم کا پتھر ہو۔ انہوں نے اس کے گرد انگلیاں گھمائیں پھرائیں تو پتہ چلا کہ جوف معدہ اس طرح کے بلکہ اس سے بھی بڑے پتھروں سے بھرا پڑا ہے۔ ڈاکٹر ٹیلر نے شگاف مزید چوڑا کیا دونوں ہاتھ اس میں ڈالے اور قریب ترین پتھر آہستگی سے کھینچ کر باہر نکالا۔ وہ بھورا' گول اور ہموار تھا مگر اس کے ساتھ ایک اور مضبوط پتھر رسی سے جڑا ہوا پایا۔ اسے کھینچ کر نکالا تو پیچھے ایک اور چلا آیا۔ غرض 54 پتھر ایک دوسرے کے ساتھ جڑے ہوئے باہر نکلے۔ وہ عجیب وغریب پتھروں کی مالا سب کے سامنے پڑی تھی۔ اس کا وزن ستر پونڈ سے کم نہ تھا۔ ڈاکٹر ٹیلر نے ایک پتھر پر ہتھوڑی ماری مگر وہ نہ چٹخا۔ دراصل یہ پتھر نہیں بلکہ اونٹ کے بالوں سے بنے ہوئے گولے تھے جو دب کر ٹھوس شکل اختیار کر گئے تھے اور ان سے الجھی ہوئی رسی پلاسٹک کی تھی جو گھاس کے گٹھے باندھنے میں استعمال ہوتی تھی۔ گھاس کھاتے ہوئے اونٹ رسی کا وہ ٹکڑا بھی کہیں نگل گیا تھا۔ غور کیا تو معلوم ہوا کہ سیاہ اونٹ اپنی یا دوسرے اونٹوں کی جلد چاٹنے کا عادی تھا۔ اس طرح اس کے معدے میں بال جمع ہوتے رہے برسوں کے عمل سے یہ بال معدے میں سخت گولے بنتے چلے گئے۔ پلاسٹک کی رسی ان سے الجھتی اور جڑتی رہی۔ اس طرح وہ عجیب وغریب مالا وجود میں آئی جس نے معدے کا منہ یکسر بند کر دیا۔ کچھ دیر بعد ہم اونٹ کو دیکھنے گئے۔ اس کے پہلو میں ہلکی سی ٹھوکر لگائی گئی تو اس نے اپنے پاؤں پر کھڑے ہونے کی ناکام سعی کی۔ اس کی بلبلاہٹ میں اب اظہار اطاعت اور اطمینان کا رنگ نمایاں تھا۔ میں نے ایک رکھوالے بدو سے کہا کہ پانی لے آئے۔ پانی اونٹ کے سامنے رکھا گیا تو وہ غٹاغٹ پی گیا۔ بارہ گھنٹے بعد وہ حسب معمول چارہ کھانے لگا اور دو ہفتے گزرے تو اس کی توانائی ورعنائی پہلے کی طرح بحال ہوچکی تھی۔

محمد شعیب' سکھر

دوستی کی ضرورت

ہم کسی پر اعتماد نہیں کرتے۔ اتنی بڑی دنیا میں کوئی آدمی اکیلے رہنے پر فخر کرتا ہے' یہ بات فضول نہیں ہوسکتی

اگر کوئی شخص سچے دوستوں کی کمی سے مایوس ہوگیا ہو تو سب سے پہلے اس سے یہ پوچھا جانا چاہیے کہ آپ کی مایوسی کی وجہ یہ تو نہیں کہ آپ کے کسی نام نہاد دوست نے آپ کو مایوس کر دیا ہو؟

اگر کوئی آدمی بڑے فخر کے ساتھ یہ کہتا ہے ''میرا کوئی دوست نہیں'' اس سے اس کے کہنے کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ میرا کوئی قابل اعتماد ساتھی نہیں' ہم دنیا میں اکیلے رہ کر ہی جیت حاصل کرنے کی خواہش کرتے رہے ہیں' ہم کسی پر اعتماد نہیں کرتے۔ اتنی بڑی دنیا میں کوئی آدمی اکیلے رہنے پر فخر کرتا ہے' یہ بات فضول نہیں ہوسکتی' ایسے آدمی کے دل میں اگر جھانکا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ یہ وہی آدمی ہے جو دوست بنانے کا خواہشمند تو ہے مگر دوستی کی ذمہ داری سے بری رہنا چاہتا ہے۔ اس طرح کے لوگوں کی چھان بین کرنے سے جو نتائج برآمد ہوئے ہیں وہ مندرجہ ذیل ہیں: ''اس طرح کے لوگوں میں دوسروں سے تعاون کرنے کی عادت کا شروع ہی سے ارتقا نہیں ہوتا' اس لیے وہ بچپن ہی سے شرمیلے ہوتے ہیں' اس وجہ سے انجان لوگوں سے گھبراتے رہتے ہیں۔ بالغ ہونے پر بھی کسی نئے آدمی کو برداشت نہیں کر سکتے۔ دوستی کا ہاتھ بھی وہ اسی وجہ سے نہیں بڑھاتے کہ کہیں جھٹک نہ دیا جائے۔ مگر جب دوسرے لوگوں کو محفلوں میں قہقہے لگاتے دیکھتے ہیں تو یہ جھینپ مٹانے کے واسطے کہہ اٹھتے ہیں کہ دوست خود غرض ہوتے ہیں۔ ان میں سے کچھ لوگ بہت زیادہ مصروف رہنا شروع کر دیتے ہیں اس کے بعد مصروفیت میں ان کو مزہ آنے لگتا ہے کہ وہ دوستوں کیلئے وقت ہی نہیں نکال سکتے۔ اس وقت مصروف رہنا' ان کیلئے دوست نہ بنا سکنے کی وجہ بن جاتا ہے۔ وہ کہنے لگتے ہیں: ''دوست وقت برباد کرنے والے ہوتے ہیں''

یہ وہی آدمی ہیں جو دوستوں سے بدظن ہوکر دوستوں کیلئے جمع شدہ پیار کو کسی بھی نزدیک آدمی پر لٹانے کیلئے تیار ہوجاتے ہیں اگر کوئی نہ ملے تو کتے' بلیاں پال کر ان کی خدمت میں پیار میں مست ہوجاتے ہیں۔ دوستی کی اہمیت سے کوئی کتنا بھی انکار کرے مگر دوستوں کی ضرورت ہر ایک کو پڑتی ہے۔

پیٹ کم کرنے کا سستا اور آسان طریقہ

شمائلہ، لاہور

عموماً خواتین کو بڑھے ہوئے پیٹ کے بہت سے مسائل درپیش ہوتے ہیں اور وہ اس سے نجات کیلئے طرح طرح کے ٹوٹکے استعمال کرتی رہتی ہیں۔ایسی خواتین کو چاہیے کہ زمین پر بائیں طرف کی کروٹ پر لیٹ جائیں اور اپنا تمام وزن بائیں کہنی پر ڈال لیں۔

ورزش وہ کچھ تو نہیں کرتی جو آپ چاہتے ہیں اور نہ ہی کوئی معجزہ دکھا سکتی ہے۔لیکن مسلسل پانی پڑنے سے تو پتھر میں بھی سوراخ ہوجاتا ہے۔ بالکل اسی طرح ورزش آپ کے جسم کو ٹھوس، تندرست اور توانا رکھتی ہے۔

وزن گھٹانے کیلئے جو ورزش اختیار کی جاتی ہے اس کے ساتھ ڈائٹنگ بہت ضروری ہے۔خواتین اپنی بڑھتی ہوئی عمر سے متعلق اکثر متفکر رہتی ہیں لہٰذا اپنی بڑھتی ہوئی عمر کے عمل کو سست کرنا باقاعدہ ورزش کے اختیار میں ہی ہے۔ اگرچہ ورزش کے فوائد تو بے شمار ہیں مگر ان میں سے چند ایک یہ ہیں کہ ورزش جسم کو ٹھوس بناتی ہے۔عمر بڑھنے کے عمل کو قدرے گھٹا دیتی ہے نظام ہضم درست رہنے لگتا ہے۔جسم خوبصورت ہوجاتا ہے اور دل کے عارضے سے نجات میں مدد ملتی ہے۔ دوران خون بڑھ جاتا ہے، جوڑوں کی تکالیف کو یکسر ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ گردوں کو بہتر کام کرنے کے قابل بناتی ہے۔ورزش کی بدولت آپ خود کو تندرست و توانا محسوس کرنے لگتے ہیں۔آپ کے اعصاب پر اچھا اثر پڑتا ہے۔ اگر آپ نے تیس اور چالیس سال کی عمر کے دوران ورزش شروع کی ہے تو ایسے میں آپ کو روزانہ آدھا گھنٹہ ورزش کرنے کی ضرورت ہے۔آپ کو یہ جان کر حیرت ہوگی کہ بہت عرصہ تک یعنی ساٹھ پینسٹھ سال کی عمر تک آپ خود کو ویسا ہی محسوس کریں گی جیسا آپ خود کو تیس سال کی عمر میں محسوس کرتی ہیں۔

بچوں سے سبق سیکھیں: آپ نے کبھی غور کیا ہے کہ بچے ہر وقت کھیلتے کودتے رہتے ہیں اور کبھی چین سے نہیں بیٹھتے۔ یہی وجہ ہے کہ وہ نہ صرف توانا دکھائی دیتے ہیں بلکہ تندرست بھی رہتے ہیں۔ بڑے ہوکر یہی بچے سست پڑ جاتے ہیں کھیلنے کودنے کی عادت جاتی رہتی ہے۔اور اس بنا پر اپنی فرحت اور تازگی کھو دیتے ہیں۔اس کی بڑی وجہ یہ ہے ان کے اوقات کار میں نمایاں فرق آجاتا ہے۔لیکن اگر وہ اس عمر میں سمجھتے ہیں کہ کھیل کود نہیں سکتے تو کم از کم ورزش تو کرسکتے ہیں۔انسان اپنے اوپر بڑھاپا خود طاری کرتا ہے۔ جس طرح کسی مشین کو استعمال کرتے ہیں تو وہ چلتی رہتی ہے لیکن جب بند کردیں تو اس میں زنگ لگ جاتا ہے۔ اسی طرح جب تک انسان چلتا پھرتا رہتا ہے تندرست رہتا ہے اور جیسے ہی اپنے آپ کو ڈھیلا چھوڑتا ہے تو بوڑھا ہوجاتا ہے۔کبھی بھی انسان کو ٹھوس قوت ارادی اور نظم و نسق کی ضرورت ہوتی ہے جس کے بعد وہ آہستہ آہستہ اپنی مشق کا دورانیہ بڑھاتا جاتا ہے۔مشق کیلئے کسی بھی ورزش کو فوراً نہیں شروع کرنا چاہیے بلکہ بڑھاتا جائے۔ ایک دم سے زیادہ ورزش آپ کیلئے نقصان دہ بھی ہوسکتی ہے۔ہوسکتا ہے آپ کی کمر میں درد شدید ہوجائے اور پٹھے کھنچ جائیں۔

ورزش کا اصول: لہٰذا ورزش کرنے کیلئے مندرجہ ذیل طریقے اپنائیں۔اس سے نہ صرف آپ تندرست و توانا رہیں گے بلکہ کسی قسم کے جسمانی نقصان کا احتمال بھی نہیں رہے گا۔

پاؤں کی جانب جھکیں اور اپنے دونوں ہاتھ زمین پر لگائیں۔ پھر سیدھی کھڑی ہوں اور بائیں طرف یہ عمل دہرائیں۔خیال رہے کہ دونوں گھٹنے نہ مڑیں اور کہنیاں بھی نہ مڑنے پائیں۔ ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو زمین پر لگانے کی کوشش کریں۔

پیٹ کیلئے یہ ورزش بہت اچھی ہے۔عموماً خواتین کو بڑھے ہوئے پیٹ کے بہت سے مسائل درپیش ہوتے ہیں اور وہ اس سے نجات کیلئے طرح طرح کے ٹوٹکے استعمال کرتی رہتی ہیں۔ ایسی خواتین کو چاہیے کہ زمین پر بائیں طرف کی کروٹ پر لیٹ جائیں اور اپنا تمام وزن بائیں کہنی پر ڈال لیں۔ اپنا دایاں گھٹنا پیٹ کے ساتھ لگائیں اور اب بائیں ٹانگ کو اٹھا کر سیدھا کریں۔ جہاں تک ہوسکے اپنا دایاں ہاتھ بھی دائیں ٹانگ کی طرف کھینچیں یہ عمل ایک سائیڈ پر تین دفعہ دہرائیں پھر دوسری طرف بھی یہی عمل کریں۔

بائیں طرف لیٹ کر اپنا وزن بائیں کہنی پر ڈالیں اور دائیں ٹانگ اور دایاں ہاتھ دونوں اوپر کی طرف اٹھائیں اور کھنچاؤ محسوس کریں پھر دائیں طرف کی کروٹ پر لیٹ کر بائیں ٹانگ اور ہاتھ اوپر اٹھائیں۔

زمین پر بالکل سیدھا لیٹیں۔ پھر کمر کو اٹھا کر دونوں ہاتھوں پر رکھیں اور ٹانگوں کو اندر کی طرف کھینچ کر انگوٹھوں پر توازن قائم کریں۔ زمین سے صرف کہنیوں تک بازو اور پاؤں کی انگلیاں چھونی چاہئیں یہ ورزش رانوں اور پیٹ کیلئے نہایت مفید ہے۔زمین پر سیدھی لیٹیں، کمر کو ہاتھوں پر رکھیں اور اپنا سارا جسم اوپر کو اٹھالیں۔صرف کندھے زمین کو چھوئیں۔ بائیں ٹانگ کو سیدھا رکھیں اور دائیں ٹانگ کو موڑ کر پیٹ تک لائیں اور پاؤں کا رخ بائیں ٹانگ کے گھٹنے کی طرف رکھیں۔ اسی طرح دوسری ٹانگ کے ساتھ بھی یہی عمل دہرائیں۔ یہ ورزش کمر، بازو اور رانوں تینوں کیلئے نہایت مفید ہے۔اگرچہ ذرا سی مشکل ہے لیکن کرتے رہنے سے آپ اس میں طاق ہوجائیں گی۔ دونوں ٹانگیں کھول کر زمین پر بیٹھیں۔بایاں بازو سر کے اوپر لے جاکر دائیں طرف کو مڑ جائیں کہ کمر میں کھنچاؤ محسوس ہو۔ پھر دوسرا بازو اوپر لاکر بائیں طرف مڑ جائیں۔

پٹھوں کیلئے نہایت مفید ورزش: یہ ورزش پیٹ کے پٹھوں کیلئے نہایت مفید ہے۔اس کے لیے پہلے لیٹ جائیں پھر ہاتھ اور پاؤں دونوں کو کھینچتے ہوئے بیٹھنے کی کوشش کریں۔ پاؤں کے انگوٹھے اور ہاتھوں کی انگلیوں کو ایک ہی رخ کی طرف کھینچیں۔ایک سیکنڈ تک رکیں پھر لیٹ جائیں اب دوبارہ کریں۔پہلے بائیں طرف کوشش کریں پھر دائیں طرف......!

اپنی بائیں طرف پر لیٹیں، سر اور کندھوں کو سیدھا رکھیں۔ اپنے جسم کا وزن بائیں ہاتھ پر رکھیں اور ہاتھ کو منہ کے سامنے رکھیں۔اب اپنی سیدھی ٹانگ کو جہاں تک جاسکے اوپر لے جائیں اسی طرح سے بارہ دفعہ کریں۔ یہی عمل دوسری طرف بھی دہرائیں۔

زمین پر الٹا لیٹیں، سر کو اٹھائیں اور دونوں بازوؤں کو آگے کی طرف باندھ لیں۔ اب کندھے سیدھے رکھیں۔ دونوں ٹانگیں اوپر کی طرف اٹھائیں۔اس کے ساتھ اپنا اگلا جسم بھی تھوڑا سا اوپر اٹھائیں۔ ٹانگوں کو اوپر اٹھا کر اوپر نیچے ہلائیں۔ یہاں تک کہ آپ کچھ دنوں بعد دو دفعہ بغیر ٹانگیں لگائے ان کو ہلاسکیں۔ یہ ورزش کولہوں کیلئے بہت مفید ہے۔ اگرچہ اسے کرنے کیلئے شروع میں آپ کو تھوڑی مشکل کا سامنا کرنا پڑے گا۔

مشکل میں آسانی کیلئے

جو شخص چاہے کہ اللہ تعالیٰ اسے مخلوق کے شر سے کفایت کرے اس پر رزق آسان کردے۔مخلوق کے دلوں میں اس کیلئے محبت ڈال دے۔ ہر تنگی ختم ہوجائے تو اسے چاہیے کہ مندرجہ ذیل آیت مبارکہ کو ہر روز 450 مرتبہ پڑھے اس کے مشکل کام آسان ہوجائیں گے۔ حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ اول و آخر 11 دفعہ درود شریف پڑھیں۔ (آمنہ فاروق راجہ ڈلوال)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَاعَلِیْمُ یَاخَبِیْرُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کافی عرصہ سے عبقری کی قاری ہوں اور عبقری میں سے چند مضمون میں بڑے غور سے پڑھتی ہوں انہی میں سے ایک مراقبہ بھی ہے' میں نے مراقبہ کیا تو شروع شروع میں تو دقت ہوئی لیکن میں نے یہ مشق کرنا نہ چھوڑی بلکہ لازمی کرتی رہی الحمدللہ اب جو کیفیات ہیں وہ درج ذیل ہیں:۔ ایک دفعہ میں مراقبہ کر رہی تھی کہ مجھے یوں لگا جیسے ہلکے پیلے رنگ کی روشنی آسمان سے نیچے اتر رہی ہے اور سیدھے میرے سر پر پڑ رہی ہے اور اس روشنی سے میرا وجود سارے کا سارا بھر گیا جسم کا رواں رواں اس روشنی سے بھر گیا ہے اور میرا دل اللہ اللہ کر رہا ہے اور وہ روشنی مجھے اپنے ساتھ اوپر آسمان کی طرف لے کر جا رہی ہے اور آہستہ آہستہ میں آسمانوں کی حدود تک پہنچ گئی ہوں اور آسمان سے ایک دروازہ کھلتا ہے اور وہاں سے مزید اور روشنی بلکہ بہت زیادہ روشنی وہاں سے نکل رہی ہے اور میں اندر داخل ہوتی ہوں اور داخل ہوتے ہوئے میرا یہ دنیاوی لباس ختم ہوتا گیا اور نئے ملبوسات میں میں نے خود کو پایا۔ دیکھتی ہوں کہ میرے بائیں جانب سے چند لڑکیاں آ رہی ہیں اور ان کے ہاتھ میں بڑے بڑے تھال ہیں ان پر کچھ سامان سا پڑا ہوا ہے کپڑے اور زیورات ہیں جو میرے قریب لائیں ہیں ایسا احساس تھا جیسے میرے لیے ہی ہوں اور وہ پہنائے گئے اس کے بعد دیکھا کہ دائیں جانب سے ایک تخت لایا گیا ہے وہ بہت ہی عمدہ اور حسین وجمیل قسم کا ہے اس پر مجھے بیٹھنے کو کہا گیا بیٹھنے کے بعد اس تخت کو اٹھا کر آگے لے گئیں ہیں میں نے انہیں روکنا چاہا ہے تو وہ رک گئیں ہیں اور میں نے نیچے پاؤں لگائے اور کھڑی ہو گئی اور خود کو دیکھ رہی ہوں اور دیکھ کر حیران ہوں کہ یہ کونسی (ا) ہے' میرا چہرہ ہی اور ہو گیا' سرخ وسفید رنگ' گلابی سا چہرہ لمبی سی لگ رہی ہوں بال اس قدر لمبے ہیں کہ میرے پاؤں کے پاس گرے جا رہے ہیں ہاتھ پاؤں اتنے خوبصورت کے بیان کرنا مشکل ہے میں خود کو دیکھتی ہوئی نیچے فرش کو دیکھتی ہوں کہ اگلے راستے پر چل کر جانا چاہ رہی ہوں کہ آگے سیڑھیاں آ گئیں ہیں وہ سیڑھیاں سفید سفید بڑے بڑے موتیوں سے بنی ہوئی ہیں میں نیچے اترتی ہوں اور آگے ہی ایک کھڑی نظر آتی ہے کھڑکی کافی بڑی ہے دروازے نما اس کو کھولنا چاہتی ہوں تو وہ خود ہی کھل جاتی ہے اور سامنے دیکھتی ہوں کہ سامنے بیت المعمور ہے وہ بہت زیادہ بڑے رقبے پر ہے جس کے رقبے کا اندازہ ناممکن ہے دیکھا کہ وہاں طواف ہو رہا ہے فرشتے اونچے اونچے قد کے ہیں اور خوبصورت بھی ہیں خاکی سے رنگ کے لباس معلوم ہوتے ہیں اور وہ سارے اپنی ہی دھن میں طواف کر رہے ہیں ابھی میں یہ سارا منظر دیکھ رہی ہوں کہ وہی لڑکیاں خوبصورت سا پیالہ لے کر آئیں اس میں دودھ بھرا ہوا تھا وہ مجھے دیا گیا اور کہا گیا کہ اس کو پی لیں یہ تمہارے لیے بھیجا گیا ہے تو میں وہ پینا شروع کر دیتی ہوں وہ دودھ ٹھنڈا اور میٹھا پیا...... میں اس کا ذائقہ بیان نہیں کر سکتی۔ مجھے آج بھی اس دودھ کا ذائقہ یاد ہے اس جیسا دودھ میں نے زندگی میں دوبارہ نہیں۔ ابھی میں دودھ پی ہی رہی تھی کہ میری آنکھ لگ گئی اور مجھے پتا ہی نہ چلا کہ میں کب سوگئی۔ اس مراقبے کے بعد مجھے مراقبے کا ایسا چسکا لگ گیا ہے کہ میں بیان نہیں کر سکتی' وہاں کا ماحول' وہاں کی نورانیت وہاں کے احساسات ایسے کہ بس دل ودماغ میں گھوم رہے ہیں۔

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

گلے کی خراش کیلئے لیموں کے غرارے

ایک پیالی گرم پانی میں ایک چوتھائی لیموں نچوڑ کر غرارے کریں۔ اس سے گلے کی خراش کم ہو جائے گی۔ اس پانی میں گلے کا ورم دور کرنے کی صلاحیت بھی ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ سادہ چائے کے غرغرے بھی کرنے چاہئیں۔ مناسب یہ ہے کہ ایک ایک گھنٹے کے وقفے سے لیموں کے پانی اور چائے کے پانی سے غرغرے کرتے رہیں۔

کھانسی کے لئے ملیٹھی

ملیٹھی کھانسی کی ایک نہایت موثر اور مفید دوا ہے۔ تھوڑی ملیٹھی منہ میں ڈال کر چوسیں یا سادہ پانی میں ڈال کر چبائیں اور لعاب آہستہ آہستہ نگلیں۔ ملیٹھی کو گرم پانی میں بھگو کر چھان کر پینے سے بھی بہت فائدہ ہوتا ہے۔

یوکلپٹس آئیل

اسی درخت کا تیل ہے جو ان دنوں پاکستان میں ہر جگہ نظر آ رہا ہے۔ یہ سفیدہ کہلاتا ہے۔ اس کے پتوں میں بڑی خوش گوار مہک ہوتی ہے۔ یہ تیل کھانسی کے شربتوں اور دیگر دواؤں کے علاوہ غرغرے اور مالش کی دواؤں میں بھی بکثرت استعمال ہوتا ہے۔ گلے کی تکلیف کے لئے تیار ہونے والی گولیوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ سینے کی جکڑن، کھانسی وغیرہ کیلئے اس تیل کی سینے، پیٹھ اور گلے پر مالش سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ ناک کی سوجن دور ہو جاتی ہے اور سانس لینے میں آسانی ہو جاتی ہے۔ اس کے قطرے گرم پانی میں ڈال کر بھاپ میں سانس لینے سے بھی بہت آرام ہو جاتا ہے۔ سر میں درد ہو تو پیشانی اور کنپٹیوں پر ایک دو قطروں کی مالش کرنی چاہئے۔ رومال پر ایک دو قطرے ڈال کر سونگھتے رہنا بھی ایک مؤثر تدبیر ہے۔ یہ سانس کی نالیوں کو کھول کر بلغم کے اخراج میں مدد دیتا ہے۔ سادہ چینی ایک چمچہ میں ایک دو بوندیں ملا کر کھانا بھی مفید ہوتا ہے۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

سید طاہر جلیل، بہاولپور

روحوں سے ملاقات کا آسان عمل

یہ عمل نمازی، پرہیزگار لوگ اور سادہ مزاج خواتین وحضرات ضرور کریں۔ البتہ جو لوگ سودی کاروبار کرتے ہیں رشوت، انشورنس، شراب، سگریٹ یا نشہ کے عادی یا جن کے مزاج میں ترش روئی اور غصہ ہو اور وہ جو گھروں میں اسلحہ رکھتے ہیں یہ عمل نہ کریں

یہ بہت بڑا راز ہے اور حقیقت ہے کہ یہ مادی زندگی جس میں ہم موجود ہیں اس میں روح ہر وقت ساتھ رہتی ہے۔ روح جہاں جسم مادی کو لمحہ لمحہ کی تحریکات عطا کرتی ہے وہاں روح ''ضمیر'' کی تشکیل کرتی ہے۔ یہ ضمیر ایک آئینہ ہوتا ہے جو انسان کے شعور اور یادداشت کی شکل میں ہر وقت ساتھ رہتا ہے۔ مشہور ہے کہ دلوں کا بھید اللہ تعالیٰ جانتے ہیں بے شک اللہ مالک ہے، خالق ہے لیکن ایک انسان اپنے دل کے بھید سے بھی بخوبی واقف ہوتا ہے۔ اس کی ''یادداشت'' اسے اس کے اعمال کی یاددلاتی رہتی ہے۔ یہ یادداشت قیامت تک اس کا پیچھا نہیں چھوڑ سکتی۔ **انسان کی ریکارڈنگ:** انسان اس زندگی میں جو کچھ کرتا ہے روح اس کا باقاعدہ ریکارڈ مرتب کرتی ہے۔ اسے اس طرح سمجھ لیجئے کہ اللہ تعالیٰ نے روح کے ذریعے ہر انسان کے ساتھ کیمرہ نصب کر رکھا ہے وہ انسان کے اندر تمام تر خیالات اور خیالات کے نتیجے میں بننے والے اعمال وافعال کو معمولی سے معمولی حرکت کے ساتھ ریکارڈ کرتا ہے جس وقت موت کا فرشتہ ''حضرت ملک الموت'' روح قبض کرتے ہیں تو موت سے محض چند سیکنڈ پہلے یہ پورا ریکارڈ مرتے انسان کو دکھا دیا جاتا ہے۔ حالت نزع میں بھی یہی ریکارڈ چلتا ہے۔ اس ریکارڈ کو دیکھ کر مرنے والا انسان خود اپنا فیصلہ کرلیتا ہے کہ میں حقیقت میں کس مقام سے تعلق رکھتا ہوں۔ علیین کا ہوں یا سجیین کا......اور یوں مرنے کے بعد انسان کو وہی مقام حاصل ہوتا ہے جہاں وہ قیامت تک رہے گا۔ اس وقت ہمارا موضوع کشف القبور ہے اس لیے روح اور جسم کے بارے میں مختصراً عرض کرنا ضروری تھا۔ کشف کا مطلب ہے کھولنا، ظاہر کرنا، پردہ اٹھانا، انکشاف ہونا اور قبور لفظ قبر کی جمع ہے کشف القبور کا مطلب ہے قبور کے حجاب سے پردہ اٹھانا، قبر کے رازوں کو کھولنا۔

مرنے کے بعد انسان کو قبرستان میں دفن کردیا جاتا ہے یہ قبر دراصل اعراف کا دروازہ ہوتا ہے کشف القبور، طالب روحانیت کی منزل ہوتی ہے۔ یہ منزل پاکر وہ اولیاء اکرام اور انبیاء عظام کی روحوں سے رابطہ کرتے ہیں اور روحانی تعلیمات حاصل کرتے ہیں۔ کشف القبور کے بارے میں رسول کریم ﷺ کی حدیث مبارکہ ہے ''مرجاؤ مرنے سے پہلے'' کشف القبور کیلئے اولیاء کرام نے مختلف اعمال وضع فرمائے ہیں کون سے اعمال صحیح ہیں ہم یہی کہیں گے کہ تمام اعمال صحیح ہیں کشف القبور کیلئے اہم ترین سبق **''مراقبہ موت''** ہوتا ہے اس کی مخصوص مشقیں اور اوراد ہوتے ہیں، مراقبہ موت کیلئے کسی کامل بزرگ کی رہنمائی بہت ضروری ہوتی ہے۔ آج کی نشست میں کشف القبور کا آسان عمل پیش ہے۔ یہ عمل مرد حضرات کے علاوہ خواتین بھی کرسکتی ہیں۔ آپ دعا دیجئے حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کو جو بلاغرض وطمع کے بخل کا قلع قمع کرتے ہوئے نادر ونایاب اعمال اور طبی نسخے عبقری میں شائع فرمادیتے ہیں۔ کشف القبور کا یہ عمل میں نے 1980ء میں کیا تھا اور مجھے یہ عمل شورکوٹ کے **علامہ شاد گیلانی رحمۃ اللہ علیہ مرحوم** نے عطا فرمایا تھا۔ یہ عمل بالکل صحیح اور سوفیصد درست ہے۔ جو خواتین وحضرات یہ عمل کریں ان سے گزارش ہے کہ کسی قسم کی شیخی یا کبر نہ برتیں بلکہ عجز، خاموشی اور رازداری کو مقدم رکھیں ایسے راز ظاہر کرنا ہر ایک کا حوصلہ نہیں ہوتا۔

کشف القبور کا عمل اور طریقہ: سب سے پہلے عمل کی زکوٰۃ ادا کریں اور یہ زکوٰۃ دوبارہ ادا کریں، یہ عمل کسی بھی ماہ کے نئے چاند سے شروع کریں۔ خیال رہے کہ نئے چاند پر قمر درعقرب نہ ہو۔ پرہیز: عمل شروع کرنے سے تین دن پہلے (یعنی نئے چاند کی پہلی تاریخ سے تین یوم پہلے (72 گھنٹے) پہلے ترک حیوانات جلالی جمالی کا پرہیز کریں۔ گوشت، انڈا، مچھلی، پیاز، لہسن، مولی، مکھن، گھی، گلے ہوئے پھل، امرود، کشتہ جات، ہومیو ادویات، انگریزی ادویات اور بازاری خوراک اور ازدواجی تعلقات سے مکمل پرہیز......یہ بھی خیال رکھیں کہ آپ زخمی حالت میں نہ ہوں۔ خوراک میں بادام، ناریل، جو، مکئی کی روٹی، گندم، ابلی سبزیاں، دالیں ابلی ہوئی کھاسکتے ہیں۔ دن میں بدستور کام کاج، تعلیم وغیرہ سرانجام دیں۔ پانچ وقت نماز کی پابندی، کسی سے غصہ نہ کریں، انتقام نہ لیں، برا بھلا نہ کہیں، غیبت اور الزام تراشی سے پرہیز لازم ہے۔ اگر روزہ رکھیں تو بہت اچھا ہے لیکن ہر بدھ کو روزہ ضرور رکھیں۔

عمل: یاصمد اللہ الصمد۔ عمل کیلئے جگہ تنہا، اگربتی جلالیں، چاند کی پہلی تاریخ کی رات ٹھیک 12 بجے (پاکستان سٹینڈرڈ ٹائم) پانچ ہزار بار شمال رخ پڑھیں، پھر بغیر بات کیے سوجائیں۔ پھر اگلے دن چار ہزار بار، تیسرے دن تین ہزار بار، چوتھے دن دو ہزار بار، پانچویں دن ایک ہزار بار، چھٹے دن 9 سو بار، ساتویں دن آٹھ سو بار، آٹھویں دن سات سو بار، نویں دن چھ سو بار، دسویں دن پانچ سو بار، گیارہویں دن چار سو بار، بارہویں دن تین سو بار، تیرہویں دن دو سو بار، چودھویں دن ایک سو بار۔ اب مکمل ہوا۔ روزانہ عشاء کے بعد سو بار مسلسل پڑھیں۔ اب اسی طرح اگلے ماہ کی یکم تاریخ کی رات (نئے چاند) سے اس عمل کو دوبارہ کریں۔ 14 یوم مکمل کرکے روزانہ صرف 100 بار پڑھنا معمول بنالیں۔ پہلے ماہ کے چودہ یوم مکمل ہونے پر ترک حیوانات کا پرہیز ختم کرسکتے ہیں البتہ دوسرے ماہ میں پھر ترک حیوانات ہوگا۔ جس جگہ عمل کریں وہاں اندھیرا ہو اور کمرے میں تصویریں وغیرہ نہ ہوں۔ جس دن آپ نے روح سے ملاقات کرنی ہے تازہ غسل کرکے رات کو بارہ بجے کسی دوست، عزیز کی قبر پر چلے جائیں۔ قبر کے پاؤں کی طرف بیٹھ کر ایک ہزار بار یاصمد اللہ الصمد کا ورد کریں۔ کسی قسم کی گھبراہٹ کی ضرورت نہیں۔ یہ عمل نہایت سادہ ہے کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

مردے سے گفتگو کریں: جونہی یہ ورد مکمل ہوگا آپ کو قبر میں سے دھویں کی لاٹ اٹھتی نظر آئے گی اور پھر وہ مکمل شکل بن جائے گی۔ آپ بلاخوف السلام علیکم کہیں ادھر سے جواب آئے گا۔ تو مزید گفتگو کریں۔ کوئی ایسی بات ہرگز نہ پوچھیں کہ اس کی دلآزاری ہو۔ جب مزید گفتگو نہ کرنی ہو تو آپ اسے کہہ دیجئے کہ جب آئندہ یہ عمل پڑھوں تو آپ فوراً آجائیے گا۔ ابھی آپ تشریف لے جائیں۔ سال دو سال کی مسلسل پریکٹس کے بعد اس عمل سے روحیں گھر پر تشریف لانا شروع کرتی ہیں۔

احتیاط وانتباہ: یہ عمل نمازی، پرہیزگار لوگ اور سادہ مزاج خواتین وحضرات ضرور کریں۔ البتہ جو لوگ سودی کاروبار کرتے ہیں رشوت، انشورنس، شراب، سگریٹ یا نشہ کے عادی یا جن کے مزاج میں ترش روئی اور غصہ ہو اور وہ جو گھروں میں اسلحہ رکھتے ہیں یہ عمل نہ کریں۔

قیامت کے دن نجات کا سبب

جب بھی فارغ وقت ملے تو اپنی ماں کے ساتھ جاکر بیٹھ جایا کرو کیونکہ ماں کے ساتھ گزرا ہوا وقت قیامت کے دن نجات کا سبب بنے گا۔ (بنت جمشید چغتائی)

جان محمد، اوکاڑہ

جوڑوں کا درد، علاج اور احتیاطی تدابیر

باقاعدہ واک اور ہلکی پھلکی ورزشوں سے گھٹنوں کے درد کو ابتدائی مرحلے میں ہی ختم کیا جاسکتا ہے۔ وزن بڑھنا بھی گھٹنوں کیلئے خطرناک ہے۔ مشاہدے سے یہ ثابت ہوا ہے کہ بے تکے وزن کے باعث بھی گھٹنوں پر زور بڑھتا ہے اور انسان چلنے پھرنے سے قاصر ہوجاتا ہے۔

یوں تو جوڑوں کے درد کا عموماً خواتین ہی زیادہ تر نشانہ بنتی ہیں مگر مرد حضرات بھی اس تکلیف دہ بیماری سے بچ نہیں پاتے۔ خاص طور پر وہ خواتین و حضرات جنہیں اپنے روزمرہ کے امور کی انجام دہی کرسی پر بیٹھ کر کرنا ہوتی ہے۔ ایسی صورتحال میں پٹھے بتدریج اکڑنے لگتے ہیں۔ یہ عمل عمر کے مختلف مراحل پر مختلف اور ان افراد کے ساتھ زیادہ ہوتا ہے جو عمر کا ایک طویل حصہ باقاعدگی سے کسی ایسے کام پر صرف کردیتے ہیں جس سے ان کے بیٹھنے کے انداز میں غیر فطری تبدیلی مستقل ہے۔

طبی ماہرین کیا کہتے ہیں؟

ماہرانہ رائے کے مطابق کسی بھی ایسے کام کے دوران اپنے گھٹنوں پر حد درجہ دباؤ ڈالنے سے گریز کریں جب موقع ملے کھڑے ہوکر ٹانگوں کو ہلکے ہلکے جھٹکا دیں۔ بیٹھ کر ٹانگیں سیدھی کریں کچھ دیر کیلئے پاؤں کو جوتوں سے آزاد کردیں اور واک کریں۔ فزیوتھراپسٹ اس ضمن میں متعدد ورزشیں اور علاج بتاتے ہیں دواؤں کے ساتھ مساج سے دوران خون تیز کیا جاتا ہے تاکہ پٹھوں کا کھنچاؤ قدرتی طور پر ختم کیا جاسکے۔ اس کے علاوہ اگر گھٹنوں میں درد کا مرض شدت اختیار کرجائے تو جوڑوں کی سرجری کی جاتی ہے۔ آرتھوروسکوپی طریقہ علاج بھی گھٹنوں کے پرانے درد میں مبتلا افراد کو تجویز کیا جاتا ہے مگر اس سے ہونے والا آرام بہت کم عرصے کیلئے ہوتا ہے اور یہ کوئی مکمل علاج بھی نہیں ہے۔

ایک اور طریقہ علاج میں ایسے انجکشن لگائے جاتے ہیں جو جوڑوں میں چکنائی کی سطح کو متوازن کرنے کی کوشش کرتے ہیں کیونکہ اس درد کی بنیادی وجہ ہڈیوں میں چکنائی کا کم یا ختم ہونا ہے۔ ایکوپنکچر (چینی طریقہ علاج) اور مساج کے خاص طریقوں سے بھی درد پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ مگر بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ مندرجہ بالا علاج بھی خاطر خواہ فائدہ نہیں دیتا اور مریض کیلئے آخری حل کے طور پر سرجری ہی باقی رہ جاتی ہے۔

ماہرین کی ایک بڑی تعداد اس نتیجے پر متفق ہے کہ باقاعدہ واک اور ہلکی پھلکی ورزشوں سے گھٹنوں کے درد کو ابتدائی مرحلے میں ہی ختم کیا جاسکتا ہے۔ وزن بڑھنا بھی گھٹنوں کیلئے خطرناک ہے۔ مشاہدے سے یہ ثابت ہوا ہے کہ بے تکے وزن کے باعث بھی گھٹنوں پر زور بڑھتا ہے اور انسان چلنے پھرنے سے قاصر ہوجاتا ہے۔ مغربی ممالک میں واٹر ورک آؤٹس نامی پروگرام کے ذریعے بھی جوڑوں کے درد میں مبتلا افراد کو سکون پہنچایا جاتا ہے۔ سوئمنگ کے علاوہ پانی کی مخصوص مقررہ سطح میں کچھ ورزشیں کروائی جاتی ہیں جس میں جسم کا وزن گھٹنوں کولہوں سے کم کیا جاسکتا ہے اس طرح گھٹنے اور کولہے کے جوڑوں کو کچھ آرام ملتا ہے اور جسم کا اضافی وزن پانی میں ہونے کی وجہ سے براہ راست جسم پر نہیں پڑتا۔ پانی جسم کے پٹھوں کی قوت مدافعت بڑھاتا ہے پاکستان میں بھی اس قسم کی فزیوتھراپی متعارف کروائی جاچکی ہے۔

احتیاطی تدابیر: گھٹنوں یا جوڑوں کے درد سے بچنے کیلئے مناسب ترین طریقہ یہی ہے کہ روزانہ باقاعدگی سے دس سے پندرہ منٹ ورزش کی جائے یاد رکھنا چاہیے کہ ایسی ورزش سے اجتناب برتا جائے جس میں گھٹنوں پر بہت زیادہ وزن ڈالا جائے یا انہیں بار بار موڑنا پڑے۔ واک ٹانگوں کے پٹھوں اور جوڑوں کیلئے مناسب ترین ورزش مانی جاتی ہے مگر گھٹنوں میں تکلیف کی صورت میں معالج کے مشورے کے بغیر کسی قسم کی بھی ورزش نہیں کرنی چاہیے۔

جاگنگ سے پہلے کی ہدایات: جاگنگ یا تیز رفتار چلنے سے پہلے جسم کو کچھ دیر گرم کیا جاتا ہے مثال کے طور پر صبح سویرے اٹھتے ہی جاگنگ پر جانے کے بجائے معمولات سے فارغ ہوکر ہلکی پھلکی ورزش کے بعد ہی جاگنگ کا قصد کریں۔ اس طرح جسم اپنا مخصوص درجہ حرارت حاصل کرلیتا ہے اور براہ راست جوڑوں پر اثر سے محفوظ رہتا ہے۔ کسی بھی سخت ورزش کے پروگرام پر آغاز سے پہلے ایک لائحہ عمل تیار کرلیں۔ اگر آپ رانوں کیلئے مخصوص ورزش کررہے ہیں تو ہر بار اس عمل کو دہرانے سے پہلے درمیان میں مناسب وقفہ ضروری ہے۔

مریض کیلئے احتیاط: ایسی ورزشیں جن میں حراروں کے جلنے کا عمل تیز ہو جیسے دوڑنا یا سیڑھیاں چڑھنا اترنا، یہ ورزشیں براہ راست گھٹنوں کو متاثر کرتی ہیں لہٰذا جوڑوں کے درد کا شکار افراد ان سے گریز کریں یا احتیاط کے ساتھ یہ عمل کریں۔ یہ بھی ضروری ہے کہ ورزش کی نوعیت کے مطابق جوتوں کا انتخاب کیا جائے واک جاگنگ اور رننگ کیلئے جوگرز پہنے جاتے ہیں۔ کسی بھی قسم کا بھاری وزن اٹھانے سے گھٹنے مڑنے چاہئیں یہ ہمیشہ یاد رکھیے اس طرح وزن دیگر جوڑوں پر مساوی تقسیم ہوجاتا ہے۔ وزن میں زیادتی کی وجہ سے گھٹنوں کے جوڑ شدید متاثر ہوسکتے ہیں لہٰذا اگر آپ میں وزن بڑھنے کی فطری صلاحیت زیادہ ہے تو اپنے وزن کو کنٹرول میں رکھیے۔

کون کہتا ہے یرقان کا علاج نہیں

محترم حکیم صاحب! میرا ایک مریض جسے کئی دفعہ یرقان کیلئے دوائی دی لیکن جب بھی لیبارٹری میں ٹیسٹ کرواتا تھا تو یرقان پازیٹو ہی آتا تھا حالانکہ میرے بہت سے مریضوں کو اللہ نے مکمل شفاء دی تھی۔ عبقری میں سورۃ البینۃ (پارہ 30) کا وظیفہ پڑھا کہ سورۃ البینۃ روزانہ 41 دفعہ، اول آخر گیارہ گیارہ دفعہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کرکے پینا ہے۔ اس مریض کا انتظار کرنے لگا۔ دو تین دن کے بعد مریض آ گیا اور اسے سورۃ البینۃ کا وظیفہ بتا دیا اور وہ چلا گیا کچھ دنوں بعد اچانک راستہ میں آمنا سامنا ہوگیا میں تو اس سے نظریں چرا رہا تھا کہ پھر وہی رونا دھونا ہوگا کہ مجھے شفاء نہیں ہوئی اس نے دور سے ہی آواز لگائی۔ ڈاکٹر صاحب میں تو آج کل میں آپ کے پاس آنے والا تھا۔ میرا H.C.V نیگیٹو ہوگیا ہے۔ اس نے کہا کہ لیبارٹری میں میرا بہنوئی ہوتا ہے۔ بقول اس کی زبان کہ تمہارے اندر بالکل گرمائش نہیں اور عام آدمی سے بھی گرمائش کم ہوگئی ہے اور اس نے کہا کہ میرے بہنوئی نے مجھ سے پوچھا کہ تم نے کون سی دوائی استعمال کی ہے تو میں نے سورۃ البینۃ والا وظیفہ بتایا اور بہت سی لیبارٹریوں میں بھی یہی وظیفہ بتایا ہے اور بہت خوش تھا اور کہا کہ یہ وظیفہ صرف 21-22 دن کیا اور پھر ٹیسٹ کروایا تھا اور یہ وظیفہ میں ابھی تک پڑھ رہا ہوں اور کہا کہ جس کسی کو بھی یرقان کا مسئلہ ہوتا ہے میں یہی وظیفہ بتاتا ہوں۔ (ڈاکٹر محمد شعیب ملک، ایبٹ آباد)

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

خراب ہوتی تھی، جس کی وجہ سے میں بہت پریشان رہتا تھا، میں نے موٹر سائیکل کا سوچ کر روحانی محفل کرنا شروع کردی، جب سے میں روحانی محفل کررہا ہوں اس دن سے لیکر آج تک میری موٹر سائیکل کبھی خراب نہیں ہوئی۔ (محمد شعیب، ساہیوال)

اونٹ کا عشق مصطفیٰ ﷺ میں درود پڑھنا

ع،م۔ چوہدری

ایک رات حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا اس اونٹ کے نزدیک سے گزریں وہ اونٹ آپ رضی اللہ عنہا کو دیکھ کر یوں گویا ہوا "اے رسول اللہ ﷺ کی صاحبزادی! جب سے میرے آقا ومولا ﷺ کا وصال ہوا ہے میں نے گھاس کھانا اور پانی پینا چھوڑ دیا ہے۔ خدا کرے مجھے جلد موت آجائے

سب سے بہتر درود شریف

ایک عاشق رسول ﷺ کو مدینہ منورہ میں سرکار دو عالم ﷺ اور سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کی زیارت کا شرف حاصل ہوا۔ اس نے حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے سوال کیا کہ سب سے بہتر درود کونسا ہے جو آپ ﷺ پر پڑھا جائے جس پر سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا نے جواب دیا کہ درود شریف یہ ہے ان کو بخاری اور مسلم نے روایت کیا ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِكَ وَرَسُوْلِكَ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ اَزْوَاجِهٖ وَ ذُرِّیَّتِهٖ كَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَبَارِكْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ اَزْوَاجِهٖ وَذُرِّیَّتِهٖ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰی سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ فِی الْعَالَمِیْنَ اِنَّكَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ۔ اور اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَبَارِكْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰی سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا اِبْرَاهِیْمَ فِی الْعَالَمِیْنَ اِنَّكَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ۔

(خزانہ درود وسلام صفحہ 42،43)

اس کو درود ابراہیمی کہتے ہیں کیونکہ اس میں حضرت ابراہیم علیہ السلام کا اسم گرامی آتا ہے۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اکثر مقامات پر امت مسلمہ کیلئے خاص دعائیں مانگی ہیں۔ خانہ کعبہ کی تعمیر کے وقت جو مؤثر دعا کی ہے وہ اس بات کی دلیل ہے کہ آپ علیہ السلام کو نبی آخر الزمان حضرت محمد مصطفی ﷺ سے بے پناہ عقیدت و محبت تھی۔ اسی عقیدت و محبت کے بدلے میں امت محمدی ﷺ کو یہ حکم دیا گیا ہے کہ خاندان ابراہیمی کی شکل میں بیان فرمایا ہے اس درود شریف سے خاندان ابراہیم علیہ السلام کے حق میں پانچوں نمازوں میں دعا کیا کرو۔ لہٰذا اس دعا کو حضور اقدس ﷺ نے درود ابراہیمی علیہ السلام کی شکل میں بیان فرمایا اور اس درود شریف سے خاندان ابراہیم علیہ السلام سے محبت کا اظہار ہوتا ہے اور اسی محبت کی بناء پر حضور اکرم ﷺ نے اپنے بیٹے کا نام ابراہیم رکھا تھا۔ شب معراج میں حضرت ابراہیم علیہ السلام نے حضور نبی کریم ﷺ سے عرض کیا تھا کہ یارسول اللہ ﷺ اپنی امت کو میرا سلام کہنا۔ اس سلام کے جواب میں حضور ﷺ نے درود ابراہیمی میں ان پر سلام پیش کیا ہے۔ یہ درود تمام درودوں سے افضل ہے کیونکہ اس کے الفاظ حضور انور ﷺ کے ارشاد فرمودہ ہیں۔ اس کا کثرت سے ورد کرنا رزق کی تنگی کو دور کرتا ہے اور مال و اسباب میں برکت پیدا ہوجاتی ہے۔ اللہ کی رحمت وخوشنودی حاصل ہوتی ہے۔ حضور اکرم ﷺ کی شفاعت واجب ہوجاتی ہے۔

اس درود شریف کی ایک مختصر شکل یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ اِبْرَاهِیْمَ اِنَّكَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ۔ اَللّٰھُمَّ بَارِكْ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰی اِبْرَاهِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ اِبْرَاهِیْمَ اِنَّكَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ۔

اونٹ اور درود شریف

ایک بار حضور نبی اکرم ﷺ مومنین کو صدقہ کی تلقین فرمارہے تھے کہ ایک اعرابی آپہنچا جس کے پاس بڑا خوبصورت اونٹ تھا۔ بڑا خوش رفتار اور خوش خرام۔ اس نے اسے ایک جگہ کھڑا کردیا۔ سحری کے وقت جب حضور اکرم ﷺ گھر سے نکلے تو یہ اونٹ فصیح وبلیغ انداز میں پڑھ رہا تھا۔

اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَازَیْنَ الْقِیَامَةِ، اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَاخَیْرَ الْبَشَرِ، اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَافَاتِحَ الْجِنَانِ، اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَاشَافِعَ الْاُمَمِ، اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَاقَائِدَ الْمُؤْمِنِیْنَ فِی الْقِیَامَةِ اِلَی الْجَنَّةِ، اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ یَارَسُوْلَ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ۔

حضور ﷺ نے یہ کلمات سنتے ہی اونٹ کی طرف توجہ فرمائی اور اس کا حال پوچھا تو وہ کہنے لگا۔ یارسول اللہ ﷺ میں اس اعرابی کے پاس تھا وہ مجھے ایک سنسان جنگل میں باندھ دیا کرتا۔ رات کے وقت جنگل کے جانور میرے اردگرد جمع ہوجاتے اور کہتے "اسے نہ چھیڑنا یہ حضور ﷺ کی سواری ہے" میں اس دن سے آپ ﷺ کے ہجر وفراق میں تھا۔ آج اللہ نے احسان فرمایا ہے کہ آپ ﷺ تک پہنچا ہوں۔ آپ ﷺ اونٹ کی یہ باتیں سن کر بہت خوش ہوئے اور اس کی طرف زیادہ التفات فرمانے لگے اور اس کا نام "غضبا" رکھا۔

اونٹ اور عشق رسول ﷺ

ایک روز غضبا نے کہا یارسول اللہ ﷺ مجھے آپ ﷺ سے ایک درخواست کرنی ہے۔ آپ ﷺ نے پوچھا وہ کیا۔ عرض کی! آپ اللہ سے یہ بات منظور کرادیجئے کہ جنت میں آپ ﷺ کی سواری بنایا جائے۔ دوسری بات یہ کہ مجھے آپ ﷺ کے وصال سے پہلے موت آجائے تاکہ میری پشت پر کوئی دوسرا سواری نہ کرسکے۔ آپ ﷺ نے اسے یقین دلایا کہ تمہاری پشت پر کوئی سواری نہ کرے گا میرے سوا۔

جب حضور نبی کریم ﷺ کے وصال کا وقت قریب آیا تو آپ ﷺ نے حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا کو بلا کر وصیت کی کہ غضبا پر میرے بعد کوئی سواری نہ کرے کیونکہ میں نے اس سے عہد کیا ہوا ہے۔ بیٹی! تم خود اس کی دیکھ بھال کرنا۔ آنحضرت ﷺ کے وصال کے بعد اونٹ نے کھانا پینا چھوڑ دیا اور آپ ﷺ کے فراق میں گم سم رہنے لگا۔

ایک رات حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا اس اونٹ کے نزدیک سے گزریں وہ اونٹ آپ رضی اللہ عنہا کو دیکھ کر یوں گویا ہوا "اے رسول اللہ ﷺ کی صاحبزادی! جب سے میرے آقا ومولا ﷺ کا وصال ہوا ہے میں نے گھاس کھانا اور پانی پینا چھوڑ دیا ہے۔ خدا کرے مجھے جلد موت آجائے کیونکہ مجھے اس زندگی سے حضور ﷺ کی غلامی زیادہ پسند ہے۔ میں حضور ﷺ کی خدمت میں جارہا ہوں اگر آپ کا کوئی پیغام ہو تو میں حضور ﷺ کی خدمت میں پہنچادوں۔ حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا اونٹ کی باتیں سن کر بہت مغموم ہوئیں اور رونے لگیں اور پیار سے اپنے ہاتھ اونٹ کے چہرے پر ملنے لگیں۔ کہتے ہیں کہ اسی حالت میں اونٹ نے جان دے دی۔ علی الصبح حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے اس کیلئے کفن تیار کرایا اور ایک گہرا سا گڑھا کھدوا کر اسے دفن کردیا۔ سیدہ فاطمۃ الزہراء رضی اللہ عنہا اونٹ کے مرنے کے تین دن بعد اس گڑھے پر تشریف لائیں اور قبر اکھاڑنے کا حکم دیا مگر اس گڑھے میں اونٹ کا نام ونشان نہ تھا۔ گوشت پوست اور ہڈیاں سب کچھ غائب تھا۔ **(معارج النبوت حصہ سوم صفحہ 201)**

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

قرآنی تعارف کا خدائی کرشمہ

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

ویدوں پر وہ ملک بھر میں سند سمجھے جاتے ہیں' ویدوں کی تفسیر میں جہاں ہندو علماء میں اختلاف ہوتا ہے ان کی رائے فیصل ہوتی ہے' وید درشن کے نام سے ان کی ویدوں تفسیر چھپی بھی ہے' انہوں نے بڑے مجاہدے کیے' اپنے مذہب کے مطابق انہوں نے بہت محتاط اور تقویٰ کی زندگی گزاری' بہت کم کھانے کی عادت' سونا بھی بقدر ضرورت' ناجائز مال کمانے والے کے یہاں وہ کھانا نہیں کھاتے تھے' پھلت وہ ونے کٹیار کے عزیز ڈاکٹر گجیندر پنڈا کے ساتھ آئے' حدر درجہ مجاہدہ کرنے سے ان کی حس بہت بڑھی ہوئی تھی بزرگوں کی سرزمین میں آکر وہ مبہوت سے ہوگئے' پنڈا جی سے بولے یہ بستی کیسے سچے لوگوں کی بستی ہے' میرا دل اس زمین کی طرف کھنچا جارہا ہے گویا میں یہاں ہی رہ پڑوں۔

راقم سطور سے انہوں نے کہا کہ یہ بات تو بالکل سچ ہے کہ قرآن مجید دھرم (مذہب) کو مکمل کرنے والا ہے' اس لیے ایک انسان کو دھرم پر عمل کرنے کیلئے قرآن کا سمجھنا ضروری ہے اور انواد (ترجمہ) سے بات پوری طرح نہیں سمجھی جاسکتی' میرا خیال ہے کہ عربی جانے بغیر قرآن کا سمجھنا مشکل ہے' میرے مالک مجھ سے کیا کہہ رہے ہیں اس لیے عربی جان کر قرآن کریم کو پڑھنا ضروری ہے' پھر خود ہی بولے کہ اگر میں آپ کے یہاں مدرسہ میں داخلہ لے لوں تو کیا دو سال میں ایسی عربی سیکھ سکتا ہوں کہ قرآن حکیم سمجھ میں آنے لگے' میں نے کہا انشاء اللہ ضرور دو سال میں سمجھ آجائے گا۔ داخلہ کے ضابطے معلوم کیے میں نے عرض کیا کہ عید کے بعد داخلے ہوتے ہیں انہوں نے کہا مجھے ایک فارم چاہیے۔ میں نے دفتر سے فارم لانے کو کہا' بولے نہیں میری اپنی ضرورت ہے' ادب کے بغیر کچھ نہیں آتا' میں خود دفتر حاضر ہوکر فارم لاؤں گا۔

راقم سطور نے ان سے سوال کیا: پنڈت جی آپ کو قرآن حکیم سے یہ تعلق کس طرح پیدا ہوا۔ پنڈت راجیندر پرشاد مشرا جی بولے اصل میں' میں ادے پور ایک راستہ سے گزر رہا تھا ایک جگہ ریڈیو سے قرآن پڑھنے کی آواز آرہی تھی میرا دل اس آواز کی طرف جھک رہا تھا' میں نے اپنے ایک شاگرد سے کہا کہ جاؤ معلوم کرو یہ کون سا گائن گایا جارہا ہے؟ شاگرد نے واپس آکر جواب دیا: یہ عرب کے امام قرآن پڑھ رہے ہیں' میں نے اپنے شاگرد سے کہا اگر یہ قرآن ہے تو قرآن سچی ایشوری واڑی (وحی الٰہی) ہے' اس نے کہا یہ کیوں؟ میں نے کہا کہ ویدوں کے پڑھنے اور سننے جس طرح دل سے پاپ اور سیاہی کے بادل چھٹتے ہیں قرآن کی صرف آواز سے اس سے سوگنا زیادہ میرے دل پر اثر ہورہا ہے اور سیاہی چھٹ رہی ہے۔

اس لیے میرے دل میں یہ بات ایمان کے درجہ میں بیٹھ گئی کہ قرآن حکیم سچی ایشوری واڑی ہے اور اس کے بعد وہ قرآن حکیم پڑھنے لگے۔ ابھی تک ڈیپارٹمنٹ سے ان کو چھٹی نہیں مل سکی' انہوں نے کتابوں سے عربی بھی پڑھنی شروع کردی ہے راقم سطور کا خیال یہ ہے کہ قرآن حکیم کو اللہ کا کلام سمجھنے کے یقین کے سلسلہ میں ان کے یقین کا حال علم الیقین کا نہیں بلکہ مشاہدے اور حق الیقین کا ہے۔

قرآن حکیم سے پنڈت جی کا تعلق ہمارے لیے حجت ہے کہ اگر ہم لوگوں نے دنیائے انسانیت تک قرآن کی تعلیم' قرآنی پیغام کی دعوت اور اس کے تعارف کے سلسلہ میں مجرمانہ غفلت جاری رکھی تو اللہ تعالیٰ غیر مسلم علماء کو خود اپنی رحمت سے اس کی طرف متوجہ کریں گے اور معلمیت کے اس منصب عالی پر ان کو فائز کرکے ان سے اپنا کام لے کر دکھائیں گے۔ کاش ہم عبرت حاصل کریں......!!!

(بقیہ: وضو میں اعضاء کو دھونا جدید سائنس کی روشنی میں)

میں ان کے مختلف اوقات میں گردن کی پشت کو متعدد بار تر کیا جانا چاہیے۔ پاؤں دھونا: پاؤں کے تلوؤں کا تعلق خاص طور پر پیٹ' مثانہ' گردے' تلی' پتے اور جگر سے ہوتا ہے اور ان غدودوں سے بھی تعلق ہوتا ہے جس کی بدولت بھوک' تیز بخار' اسہال' نکسیر' عرق النساء' بواسیر' یرقان وغیرہ میں شفاء یابی کا ذریعہ ہوتا ہے۔ قانون قدرت ہے کہ روشنی' ہوا پانی کیلئے بہاؤ ضروری ہے اور کسی بہاؤ کے لیے ضروری ہے کہ اس کا مظہر بنے اور خرچ ہو اس لیے جب کوئی نمازی پیر دھوتا ہے تو زائد روشنیوں محرقات کا ہجوم پیروں کے ذریعے ارتھ ہونے سے جسم کو اعتدال نصیب ہوتا ہے۔

(بقیہ: جنات کی چوریاں اور ان کا حل)

لگ جائیں گے پھر دکان پر آجائیں اور کاروبار میں مصروف ہوجائیں نماز ظہر ادا کریں کھانا وغیرہ کھا کر کچھ دیر آرام کریں اور پھر دکان پر آجائیں نماز عصر کے بعد گھر کا کوئی بھی فرد نماز عصر ادا کرنے کے بعد جائے نماز پر بیٹھ کر یہ سورتیں پڑھ کر پانی پر دم کریں سورتیں یہ ہیں۔ سورۃ فاتحہ سات مرتبہ، آیت الکرسی سات مرتبہ' رَّبِّ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ هَمَزٰتِ الشَّيٰطِيْنِ ﴿المؤمنون ۹۷﴾ 21 مرتبہ' لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ اِلَّابِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ 21 مرتبہ، سورۃ یٰسین سات مرتبہ، سورۃ کافرون سات مرتبہ، سورۃ اخلاص سات مرتبہ، سورۃ فلق سات مرتبہ، سورۃ الناس سات مرتبہ ہر سورۃ تعداد کے مطابق پڑھ کر پانی پر دم کریں پانی تقریباً دو لِٹر ہو۔ اس میں سے آدھا پانی گھر کے تمام افراد چھوٹے بڑے سب ہی پی لیں اور باقی آدھا پانی واٹر گن میں ڈال کر گھر کے تمام کمروں، برآمدں اور صحن کی دیواروں پر سپرے کریں لیٹرین کے علاوہ مغرب کی نماز ادا کرنے کے بعد اور بین پڑھیں۔ عشاء کی نماز کی ادائیگی کے بعد جب سونے لگیں تو بستر ے پر لیٹے ہوئے باوضو حالت میں اکیس مرتبہ رَّبِّ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ هَمَزٰتِ الشَّيٰطِيْنِ ﴿المؤمنون ۹۷﴾ اور 21 مرتبہ لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ اِلَّابِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ پڑھیں آگے پیچھے 11,11 مرتبہ درود شریف، درود ابراہیمی پڑھیں اور 100 مرتبہ کلمہ طیب کا پہلا حصہ یعنی لا الہ الا اللہ پڑھیں پھر سات مرتبہ آیت الکرسی اور سات مرتبہ سورۃ موذیتن پڑھیں اسی دوران آپ کو نیند آجائے گی تہجد کے لئے اٹھنے سے پہلے بھی اسی عمل کو دہرائیں یہ عمل چالیس دن تک کریں آپ کو خواب میں کوئی عمل چھوڑنے کے لئے ڈرائے دھمکائے آپ بالکل پروانہ کریں کوئی بھی آپ کا بال بھی بیکا نہیں کرسکتا۔ ساتویں دن حد 13 دن کے بعد اثرات ظاہر ہونے شروع ہوجائیں گے۔ نوٹ: تمام سورتیں پڑھتے وقت تسمیہ یعنی بسم اللہ الرحمن الرحیم ضرور پڑھیں عمل کے آخری ایام میں وہ آپ سے معافی مانگیں گے آپ ایک اچھے مسلمان ہونے کے ناطے اسے معاف کردیں اور آئندہ کچھ نہ کرنے کی نصیحت کریں۔ اس کے علاوہ آپ اپنے گھر سے ٹی وی' تمام فلموں کی سی ڈیز اور تصویریں نکال دیں۔ نتیجہ اصل میں یہ جن ایک عامل کے تابع تھا اور وہ زور سے اس کو چوری کرنے پر اکساتا تھا یہ بات تاج محمد کو اس چور جن نے خواب میں بتائی تھی۔ تاج محمد عرف تاجو نے اس جن کو کہا اگر آپ نے وعدہ خافی کی تو میں یہ عمل سورۃ جن کی مخصوصہ آیتیں اور آیت الکرسی میں وَلَا يَئُوْدُهٗ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ ﴿البقرہ ۲۵۵﴾ کا اضافی ورد کروں گا اور آپ کو جلنے سے جو تکلیف ہوگی میں اس کی پروا بھی نہیں کروں گا میں نے ابھی آپ کو اللہ کے واسطے اور حضور اکرم حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے صدقے تجھے معاف کیا۔

(بقیہ: بالوں اور خشکی کیلئے آزمودہ ٹوٹکہ حاضر ہے)

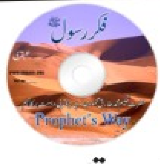
مفید اور کارگر نسخہ ہے۔ تجربات کے دوران اچانک ایک بات اور بھی سامنے آئی جن لوگوں نے یہ پیسٹ استعمال کیا ان کا پرانا اگر سر درد تھا تو وہ ختم ہوگیا۔ عینک کا نمبر بڑھنا ختم ہوگیا' نظر تیز ہوگئی' دماغ کی خشکی ختم ہوگئی' یادداشت بہتر ہوئی' نیند کی کمی ختم ہوئی' ڈیپریشن' ٹینشن تک کیلئے یہ پیسٹ لاجواب چیز ہے۔ آزمائیں اور فقیر کی دعائیں دیں۔

مسافران آخرت

حاجی عبدالغفار میمن' حافظ محمد شفیع میمن' حاجی جاوید میمن کے بہنوئی عبدالغفار میمن صاحب قضائے الٰہی سے وفات پاگئے ہیں اور غلام حیدر ٹائر والے کے والد محمد شفیع صاحب قضائے الٰہی وفات پاگئے ہیں۔

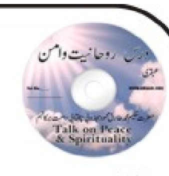
قارئین سے ایصال ثواب کی گزارش ہے۔





درس کی سی ڈیز





حضرت دامت برکاتہم کے درس کی سی ڈیز ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ سلسلہ واراور بہ نسبت موضوعات علیحدہ کی گئی ہیں ،تفصیلات درج ذیل ہیں ۔

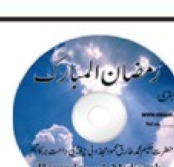
1.درسِ روحانیت وامن سیریز کی سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے شبِ جمعہ کے درس، روحانی کلاس 2009 اور دوسرے شہروں میں ہونے والے درس، سلسلہ وار (بہ نسبت تاریخ) شامل ہیں۔ نیز مکمل درس کا سیٹ بھی 2001 سے لیکر 2012 جون تک، 12 سی ڈیز پر دستیاب ہے۔ اسکے علاوہ حضرت دامت برکاتہم کے درس موضاعات کی بہ نسبت علیحدہ کر کے امت کے لئے مختلف مسائل اور پریشانیوں میں گھرے اور ہر کسی کیلئے اسکی طلب کے مطابق موضاعات کو علیحدہ کر کے سی ڈیز بھی ترتیب دے دی گئی ہیں۔ آپ اپنی پسند کے مطابق موضع پر درس سنیں اور دوستوں اور قرابت داروں کو بھی دیں۔ بالخصوص نئے ساتھیوں کیلئے ترتیبِ زندگی کی سی ڈیز موزوں ہیں، موضاعات درج ذیل ہیں۔ 2.**اعمال شفا سیریز** کے اندر وہ درس اکٹھے کیے گئے ہیں کہ جن کے اندر حضرت دامت برکاتہم اعمال شفاء بتاتے ہیں، تسبیح خانے کا پیغام اعمال کے پلنے بڑھنے اور بننے کا یقین لیے یہ سی ڈیز آپ کی روزمرہ زندگی کو مسنون اور اہل اللہ سے ثابت اعمال سے مزین کردے گی اور دنیا کی مشکلات اور مسائل کا آسان حل دے گی۔ 3. **فکر رسول** ﷺ کے اندر وہ درس منتخب کیے گئے ہیں جو کہ سلسلے کے چلنے والے ساتھیوں کیلئے نہایت اہم ہیں۔ ختم نبوت ﷺ کی وجہ سے ہم پر دی جانے والی ذمہ داری، ساری امت کیلئے اللہ جل شانہٗ سے ہدایت مانگنا اوران کی دین اور دنیا کیلئے فکر کرنا ان درسوں کا خاصا ہیں۔ بیعت اور شیخ سے رابطہ اوراس راہ پر چلنے والوں کیلئے بہت سارے سبق لیے یہ سی ڈیز سلسلہ کے حضرات کیلئے خصوصی طور پر ترتیب دی گئی ہیں اوران راہوں پر چلتے ہوئے آنے والے اندرونی اور بیرونی خیالات، حالات اور وساوس کے حل کیلئے ۔4.**ترتیب زندگی** کے اندر وہ درس اکٹھے کیے گئے ہیں جو نئے چلنے والے ساتھیوں اور نئے دوستوں ورشتے داروں کے متعارف کرانے کیلئے نہایت موزوں ہیں۔ آقا سرورکونین ﷺ والی زندگی، موجودہ دور میں اعمال اور گھر سے لیکر معاشرتی زندگی کے ہر پہلو پر حضرت دامت برکاتہم کے وہ درس اکٹھے کیئے گئے ہیں جو ان اَن دیکھی راہوں کیلیے گائیڈ اور راہنما سے کم نہ ہو گی اور آقا سرور کونین ﷺ والی زندگی ہماری زندگیوں میں کیسے آجائے کہ ہمیں محسوس بھی نہ ہو۔5.**روحانیت اورولایت** کی سی ڈیز کے اندر اللہ جل شانہٗ کا تعلق آنحضور ﷺ کی محبت اور آقا سرور کونین ﷺ کی سنتیں آنحضور ﷺ کے طریقے اور زندگی، اہل اللہ کی ترتیب اور بہت کچھ لیے، ان تمام ساتھیوں کیلئے اکٹھی کی گئی ہیں جو معرفت کے راستوں کے راہی ہیں۔ جادو اور جنات کی سی ڈیز کے اندر وہ درس منتخب کیے گئے ہیں جن میں حضرت دامت برکاتہم معاشرے میں پیش آنے والے جادو اور جنات کے مسائل اور گھر گھر فساد اور پریشانیوں کی وجوہات اوران کا حل دیتے ہیں۔6.**جادو اور جنات** کی سی ڈیز کے اندر وہ درس منتخب کیے گئے ہیں جن میں حضرت دامت برکاتہم معاشرے میں پیش آنے والے جادو اور جنات کے مسائل اور گھر گھر فساد اور پریشانیوں کی وجوہات اوران کا حل دیتے ہیں۔

7.**جادو جنات سپیشل ایڈیشن** کے اندر حضرت دامت برکاتہم کے چھ خصوصی درس جن میں جنات اور جادو کی اہم وجوہات اوران کیلئے اکسیر اعمال دیئے گئے ہیں۔

8.**رمضان المبارک** سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے رمضان المبارک کے درس، جو کہ صبح فجر کے بعد اور تراویح کے بعد تسبیح خانے میں ہوتے ہیں۔ اسکے علاوہ ہر سال کا استقبالِ رمضان کا درس بھی شامل ہے۔9.**الجھنیں** ان سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے وہ درس منتخب کیے گئے ہیں جو کہ مسائل اور مشکلات کے شکار لوگوں کیلئے اکسیر دوا ہیں۔ الجھنوں کی تین کیٹیگریاں ہیں۔ مالی اور معاشی الجھنیں، نفسیاتی الجھنیں اور خاندانی الجھنیں۔10.**خاندانی الجھنیں** ان سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے وہ درس اکٹھے کیے گئے ہیں جن میں گھریلو مسائل، معاشرتی الجھنیں، شادیوں اور رشتے داروں کے مسائل کے اوپر انکی وجوہات اور انکے آسان حل شامل ہیں۔11.**مالی اور معاشی الجھنیں** ان سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے وہ درس اکٹھے کیے گئے ہیں جن میں رزق اور کاروبار کی بندش، مالی تنگدستی اور بدحالی، لکھ سے ککھ نہ رہ جانے کی حقیقت اور بڑھتی ہوئی بے برکتی کے مسائل کے اوپر انکی وجوہات اور انکے آسان حل شامل ہیں۔

12.**نفسیاتی الجھنیں** ان سی ڈیز میں حضرت دامت برکاتہم کے وہ درس اکٹھے کیے گئے ہیں جن میں ذہنی پریشانیوں ،ڈیپریشن، ٹینشن، سٹریس اور ذہنی بیماریوں کے اوپر ان کی وجوہات اوران کے آسان حل شامل ہیں۔ ایک سی ڈی کے اندر تقریبا 30 درس ریکارڈ کرنے کی کوشش کی گئی تھی اور چونکہ حضرت دامت برکاتہم کے 11 سال کے درس میں سے انتخاب کیا گیا ہے اس لیئے درس کی سی ڈیز کے والیم ترتیب وار بنائے گئے ہیں۔

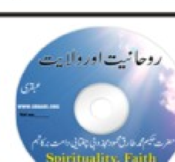




نوٹ: تمام درس اردو زبان میں ہیں۔

مکمل فہرست ویب سائٹ پر ملاحظہ فرمائیں۔





باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

76

ماہنامہ عبقری لاہور ®

اکتوبر 2012ء بمطابق ذی قعدہ‘ ذی الحجہ 1433 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 40 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ہچکی‘ جوڑوں کا درد اور دمہ کا آخری علاج
- جھوٹے عامل نے زندگی اجیرن کردی
- عبقری لایا خواتین کیلئے مفید ورزشیں
- دلوں میں محبت پیدا کرنے والا عمل
- ذوالحجہ کی برکات سے مستفیض ہوں
- خاندانی راز اور طبی انمول تجربات
- رزق میں برکت کیلیے نبویؐ اعمال
- جھگڑے ختم اور رزق میں برکت
- قبولیت دعا اور مخلوق میں مقبولیت
- لاہور شہر کے نیچے ایک اور شہر آباد
- ڈیپریشن، ٹینشن سے فوری نجات
- بالوں کو لمبا کرنے کا نسخہ خاص



حج پر جانے سے پہلے یہ کتاب ضرور پڑھیں بلکہ سفر میں ساتھ رکھیں
اور حجاج کو گفٹ کریں‘ قدم قدم پر نیکیوں کے انمول فضائل پڑھنا نہ بھولیں!

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

facebook.com/ubqari   twitter.com/ubqari   www.ubqari.org

عَبقَرِیِّ حِسَانٍ ۝ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ۝ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر | جلد نمبر | اکتوبر ء بمطابق ذیقعدہ ذوالحجہ 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

لاہور اکتوبر 2012ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی) (امریکہ)

قیمت فی شمارہ روپے | اندرون ملک سالانہ 480 روپے بیرون ملک سالانہ 62 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

عبقری کی بددیانتی اور ادویات کا نقصان

ہم دیانتداری سے رسالہ محکمہ ڈاک کے حوالے کر دیتے ہیں رسالہ آپ تک بھی پہنچے یہ ذمہ داری آخر ہم کیسے لے سکتے ہیں؟ آخر آپ عبقری کو بددیانت' بے ایمان اور خائن کیوں کہتے ہیں؟ عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس صورت میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کر لیں۔ (ادارہ)

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرما دیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرائیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ

ضروری اطلاع:

حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

خط و کتابت کا پتہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل:

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

اللہ تعالیٰ قیامت کے دن عزت کے لباس پہنائیں گے

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ انہوں نے حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جس شخص نے پانچ اعمال ایک دن میں کیے اللہ تعالیٰ اسے جنت والوں میں لکھ دیتے ہیں۔ بیمار کی عیادت کی' جنازہ میں شرکت کی' روزہ رکھا' جمعہ کی نماز کیلئے گیا اور غلام آزاد کیا۔ (ابن حیان) ☆ حضرت محمد بن عمر بن حزم رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: جو مومن اپنے کسی مومن بھائی کی مصیبت میں اسے صبر و سکون کی تلقین کرتا ہے اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اسے عزت کے لباس پہنائیں گے۔ ☆ حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: جو شخص کسی مصیبت زدہ کو تسلی دیتا ہے تو اسے اس مصیبت زدہ جیسا ثواب ملتا ہے۔ (ترمذی) ☆ حضرت ابودرداء رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم ارشاد فرماتے ہیں: مسلمان کی دعا اپنے مسلمان بھائی کے لیے پیٹھ پیچھے قبول ہوتی ہے۔ دعا کرنے والے کے سر کی جانب ایک فرشتہ مقرر ہے جب بھی یہ دعا کرنے والا اپنے بھائی کیلئے بھلائی کی دعا کرتا ہے تو وہ اس پر وہ فرشتہ آمین کہتا ہے اور (دعا کرنے والے سے) کہتا ہے اللہ تعالیٰ تمہیں بھی اس جیسی بھلائی دے جو تم نے اپنے بھائی کیلئے مانگی ہے۔ (مسلم) ☆ حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سردی کے موسم میں باہر تشریف لائے' پتے درختوں سے گر رہے تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ایک درخت کی دو ٹہنیاں ہاتھ میں لیں' ان کے پتے اور بھی گرنے لگے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: ابوذر! میں نے عرض کیا: لبیک یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم! آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: مسلمان بندہ جب اللہ تعالیٰ کو راضی کرنے کے لیے نماز پڑھتا ہے تو اس سے اس کے گناہ ایسے ہی گرتے ہیں جیسے یہ پتے اس درخت سے گر رہے ہیں۔ **(مسند احمد)**

یَابَاسِطُ' یَافَتَّاحُ' یَاکَرِیْمُ

نارمل ڈلیوری کا آزمودہ عمل: یہ تین الفاظ کن مقاصد کیلئے مفید ہیں اس کے کیا مشاہدات و تجربات ہیں؟ کیا کمالات و فوائد ہیں؟ کچھ بیان کر رہا ہوں' توجہ فرمائیں۔ میری کوشش یہی ہوتی ہے اپنے مشاہدات و تجربات طبی ہوں یا روحانی۔۔۔۔۔ مخلوق خدا تک پہنچاؤں پھر وہاں سے ملنے والے تجربات واپس آپ تک پہنچاؤں کیونکہ اصل چیز تو مخلوق خدا کا نفع اور فیض ہے' وہ چاہے میری ذات سے آپ کو پہنچے یا آپ کے تجربات آپ تک پہنچاؤں۔ یہ ایک میری کوشش ہے جو جاری رکھے ہوئے ہوں اس نیت سے کہ آپ بھی اس میں حصہ دار بنیں۔ ایک خاندان میرے پاس آیا کہ ساتواں ماہ ہے ڈاکٹر کہتے ہیں کہ بچہ ٹیڑھا اور اس کی حرکت نہیں ہے آپ پہلے سے خون کی بوتلیں ادویات اور آپریشن کیلئے تیار رہیں۔ اس سے پہلے بھی خاتون کے دو بچے ہیں اور دونوں کی نارمل ڈلیوری نہیں ہوئی' آپریشن سے ہوئی۔ انہیں یہی تین اسماء الحسنیٰ پڑھنے کو دیئے گئے خاتون مجبور تھی اور پریشان' پڑھتی رہی' پڑھتی رہی' بیس ہزار سے زیادہ کی تعداد پڑھی' الحمدللہ نارمل ڈلیوری ہوئی' کسی قسم کی کوئی مشکل نہ ہوئی' خون کی بوتلیں اور ادویات کی ضرورت نہ پڑی اور اس کے بعد جس کا بھی ڈلیوری کا مسئلہ تھا اس خاتون نے اسے یہ عمل بتایا میں نے بھی اور جن کو بتایا انہوں نے آگے بتایا سب کے ساتھ آسانی کا معاملہ ہوا۔ **رزق کی بارش ہو جائے:** یہی تین اسماء الحسنیٰ ایسے لوگوں کو پڑھنے کیلئے دیئے گئے جو رزق کی پریشانی اور روزگار کی مشکلات میں مبتلا تھے یا روزگار تو تھا لیکن گھر میں ہمیشہ تنگی اور پریشانی رہتی تھی' زندگی الجھی ہوئی' گھر الجھا ہوا' کبھی بجلی کا بل ہے تو گیس کا نہیں' کبھی صبح کی ہے تو شام کی نہیں' ہر وقت زندگی اور مسائل الجھے ہوئے اور پریشانی' بیروزگاری' مفلسی تنگ دستی کا گھر میں راج تھا۔ ادھر اُدھر بھاگ دوڑ بہت کر چکے تھے لیکن کچھ حاصل نہ ہوا جب انہیں یہی اسماء الحسنیٰ بتائے گئے' ایسی سہولت ہوئی کہ گھر میں وسعت' رحمت' برکت' عافیت اور عطاؤں کی بارش ہو گئی۔ سارے گھر نے یہ پڑھا' وضو بے وضو پاک ناپاک' اٹھتے بیٹھتے' سوتے جاگتے' چلتے پھرتے روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھا۔ اگر سارا گھر نہیں پڑھ سکتا گھر کے جتنے افراد پڑھ لیں اتنا زیادہ نفع ہوگا۔ بہرحال یہ وظیفہ رزق کی تنگی' معاش کی تنگی اور کاروبار کی تنگی کیلئے لاجواب ہے۔ **حسب منشاء نوکری پانے کا عمل:** بے شمار لوگ ایسے ملے جو ملازمت سے یا نکال دیئے گئے یا اعلیٰ ڈگری پاس ہونے کے باوجود نوکری نہیں ملتی تھی۔ جگہ جگہ انٹرویو دیئے' دھکے کھائے' لائنیں لگے لیکن کچھ حاصل نہ ہوا۔ انہیں یہی ذکر مسلسل پڑھنے کو عرض کیا' سارا گھر ورنہ کچھ افراد پڑھیں' جلد یا کچھ تھوڑے عرصہ میں ایسے غیب سے دروازے کھلے کہ ان کو حسب منشاء جاب ملی اور ایسی جگہ سے جاب کی آفر آئی جو خود ان کے گمان میں نہیں تھی۔ **قیدی کی رہائی:** کسی بھی مقدمے میں جو شخص قید ہے وہ یہ وظیفہ پڑھنا شروع کردے اور مسلسل پڑھتا جائے' نہ دن دیکھے نہ رات' نہ صبح دیکھے نہ شام۔ بس اللہ کی ذات کا تصور کر کے اسے پڑھتا چلا جائے پھر دیکھے کہ قدرت ربی غیب سے کیسے کام بناتی ہے۔ ایسے ایسے لوگوں کے کام بنے جن کی ہر دفعہ ضمانت منسوخ ہو جاتی تھی یا پھر بغیر مقدمات کے جیلوں میں پڑے ہیں' انہیں کوئی چھڑانے والا نہیں' ان کی کوئی سننے والا نہیں' ان کی طرف کوئی دیکھنے والا نہیں' اس وظیفے کی کثرت نے ان کی آواز کو پہنچایا اور ان کی رہائی ہوئی اور بعض کی صلح ہوئی اور بعض کی غیب سے مدد ہوئی۔ الغرض قارئین! یہ تسبیح یعنی تین الفاظ اللہ کی طرف سے غیبی مدد کیلئے ایک انوکھا تحفہ ہے اور انوکھی مدد ہے۔ آپ پڑھیں اور دوسروں کو بتائیں سب کو اجازت ہے۔

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

درس روحانیت و امن

خاتمہ ایمان کی کیفیت

انوکھے روحانی اور وظائف کے لیے خطبات عبقری جلد اول وجلد دوئم ضرور پڑھیں۔۔۔۔!!!

طلب کا برتن سیدھا کیجئے: آپ نے سمندر تو دیکھا ہی ہوگا، نہیں دیکھا تو سنا ہوگا، سمندر میں ایک برتن ہوتا ہے جسے سیپ کہتے ہیں، صدف کہتے ہیں۔ اس میں بارش کے قطرے پڑتے ہیں لیکن قطرے اس کے اندر اُس وقت فائدہ مند ہوتے ہیں جب صدف کا سینہ کھلا ہوا ہو' اس کا منہ کھلا ہوا ہو تو اس وقت جو قطرے اس کے اندر پڑیں گے وہ قطرے موتی بن جاتے ہیں۔ بارش ہوتی رہے مسلسل ہوتی رہے اور قطرے سیپ کے اندر نہ جائیں تو کبھی موتی نہیں بنیں گے موتی بننے کے لیے اس کا سینہ' اس کا دل کھلا ہوا ہونا ضروری ہے جیسے ہم عام طور پر یوں کہہ دیں کہ اگر برتن سیدھا ہوگا اور برتن کھلا ہوا ہوگا تو ایک قطرہ بھی موتی بن جائے گا اور اگر برتن الٹا ہوا ہو تو سالہا سال بارش سے ایک موتی تو کیا ایک کنکر بھی نہیں بن سکتا۔

تجربات اور فرمودات کے موتی: چند باتیں آپ کی خدمت میں عرض کر رہا ہوں بس جس کا سیپ کا برتن سیدھا ہوگا اور طلب اور سینہ کھلا ہوا اور توجہ اور دھیان ہوگا تو اس کو تو مل جائے گا ورنہ تو بے طلب اور بے غرض کو میرا رب نہیں دیتا۔

تباہی کا سبب حدود توڑنا ہے: دریا جب تک حدود میں ہوتا ہے اس کا پانی نفع انسانی، زندگی کے لئے، فصلوں کے لئے، جانوروں کے لئے انسانوں کے لئے، پینے کے لئے پرندوں کے لئے، درندوں کے لئے چرند کے لئے، سب کے لئے صحت رحمت، برکت، عافیت ہے۔

کیوں اللہ والو! اور جب یہی پانی اپنی حدود توڑ دے پھر کیا ہوتا ہے؟ پھر تباہی بن جاتی ہے پھر یہ پانی بربادی کا ذریعہ بنتا ہے یہی معاملہ انسان کا ہے جو انسان اسلامی ضابطہ حیات کی حدود کو توڑتا ہے، میرے اللہ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی جو حدود ہیں جو ان کو توڑتا ہے اس کی مثال بھی ایسی ہی ہے کہ وہی زندگی کا نظام جو اس کے لئے خیر کا ذریعہ ہے۔ وہی زندگی کا نظام اس کے لئے تباہی کا ذریعہ بن جاتا ہے اور اس کے لئے بربادی کا ذریعہ بن جاتا ہے۔

مالک کی چھوٹ ہے، فکر کریں!: آپ میری اس بات کو سمجھیں کہ وہ زندگی کا نظام جو اس کے لئے خیر کا ذریعہ ہے رحمت کا ذریعہ ہے، برکت کا ذریعہ ہے، عافیت کا ذریعہ ہے وہی تباہی کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ اللہ جل شانہٗ نے ایک قانون بنایا ہے، جانور جب تک چراگاہ میں رہتا ہے عافیت میں ہے اور جب وہ اپنی چراگاہ کو چھوڑ کے دوسرے کی چراگاہ میں منہ مارے گا تو پھر اس کے لئے مصیبت کا ایک دروازہ کھلتا ہے کہ دوسری چراگاہ کا مالک اس کو کیا سزا دیتا ہے؟ اور اگر مسلسل منہ مار رہا اور اس کو سزا نہیں مل رہی یا تو اس مالک نے اس کو چھوٹ دی ہوئی ہے، یا اس مالک کو خبر نہیں ہے اور ہمارا جو مالک ہے ساری کائنات کا خالق و مالک۔۔۔۔ اس کے ہاں خبر کا معاملہ تو ہو ہی نہیں سکتا کہ اس کو خبر نہ ہو۔ اس نے ڈھیل دی ہوئی ہے' چھوٹ دی ہوئی ہے، وقفہ دیا ہوا ہے۔ کوئی حرج نہیں، کوئی حرج نہیں۔ ابھی تو جو چاہے سو وہ کر۔

زیارت طہارت کے ساتھ مبارک ہے: کچھ عرصے قبل کی بات ہے، مجھے ایک صاحب کہنے لگے: فلاں صاحب کے اندر یہ جرائم ہیں اور ان کو حضور سرور کونین صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زیارت ہوئی اور وہ اس پہ خوش ہیں۔ میں نے عرض کیا او ہو! اب تو حجت اور تام ہوگئی۔

اللہ والوں نے کتابوں میں لکھا ہے۔ ایک وہ شخص ہے جو اعمال صالحہ کر رہا، ایمان، اعمال کی زندگی گزار رہا اور اسے سرور کونین صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زیارت ہوئی، وہ اس کے ایمان کا نتیجہ ہے اور اعمال صالحہ کے ساتھ جو زندگی گزار رہا اس کا تحفہ اور صلہ ہے کہ سرور کونین صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا دیدار ہوگیا اور جو اس کے برعکس گناہوں کی زندگی گزار رہا اور اس کو اگر یہ سعادت نصیب ہوتی ہے تو اس کی مثال ایسے ہے کہ تو نے ہمیں دیکھا نہیں تھا، سنا تھا۔ اب دیکھ کے بھی نہیں مانا۔ دلیل بڑھ گئی، حجت تام ہوگئی کہ تو نے اس سے پہلے ہمیں سنا تھا، ہمارا دیدار نہیں کیا تھا۔ ہمیں دیکھا نہیں تھا اور دیکھنے کے باوجود نہ ماننے کا جرم بڑھ جاتا ہے کیا خیال ہے؟ دیکھا تو نے اور دیکھ کے پھر ہماری زندگی پہ نہیں آیا اور نہیں مانا۔ تو یہ جرم اس سے بڑا ہے۔

زندگی کی انتہا کیسی ہورہی: کہتے ہیں جس حلال جانور پر آخری وقت میں تکبیر کے ساتھ چھری چل جاتی ہے وہ قیمتی بن جاتا ہے جبکہ مردار جانور کی کوئی قیمت اور قدر نہیں۔ جو کوئی مسلمان ہو کر مرتا ہے اس کی قدر و قیمت اس حلال ذبیحہ کی طرح ہے۔ مرتا تو مسلمان بھی ہے اور مرتا تو غیر مسلم بھی ہے۔

مرنا تو اِس نے بھی ہے مرنا تو اُس نے بھی ہے، آخر زندگی کی انتہا موت ہے لیکن ایک چیز ذہن میں رکھیں کہ اس کی زندگی کی انتہا کیسے ہورہی؟ امید ہے میری بات سمجھ رہے ہونگے۔ اس کی انتہا کہیں اس مردار جانور کی طرح تو نہیں ہورہی۔ حلال جانور ہو اس پر چھری نہ پھری یا چھری تو پھری لیکن ''بسم اللہ، اللہ اکبر'' تکبیر نہ پڑھی جائے دانستہ۔ کیا وہ حلال جانور حرام نہیں بن جائے گا۔۔۔۔؟ جس کو حضور سرور کونین صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طریقوں کے مطابق ذبح نہ کیا وہ حرام بن جائے گا اور اگلی بات سمجھ لو! حرام جانور کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے مطابق ذبح کر لو پھر حلال ہوجائے گا؟ کتے کو پکڑو اور پکڑ کے کہو ''بسم اللہ، اللہ اکبر'' اور اس کو ذبح کر دو اور اس کی شہ رگ کاٹ دو اور سنت کے مطابق اس کو ذبح کرو کہ چھری بھی تیز ہو اور ہر لحاظ سے جو بھی احتیاطیں ہیں، تو کیا حرام، حلال بن جائے گا۔۔۔۔؟؟؟ نہیں اللہ والو!۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آج سے تقریباً دو سال پہلے میں اپنی زندگی کو پیچھے مڑ کر دیکھوں تو میرے گھر تنگدستی اور بیروزگاری تھی' ایک وقت کھانا کھاتے تو دوسرے وقت کے لالے پڑ جاتے' ہر طرف ناکامی ہی ناکامی تھی' میرے پانچ بچے ہیں' ہر وقت گھر میں لڑائی جھگڑا' پریشانی رہتی' بیوی ہر وقت مجھ سے لڑتی رہتی' میں سارا دن در در کے دھکے کھاتا لیکن روزگار کہیں سے نہ ملتا۔ پھر ایک دن میں جمعرات کے دن عصر کی نماز پڑھ کر مایوس سر جھکائے اپنے گھر کی طرف جا رہا تھا کہ میرے ایک ہمسائے نے میرے پاس آ کر موٹر سائیکل روکی اور مجھ سے درس میں جانے کو کہا میں نے کہا کس جگہ؟ اس نے آپ کا بتایا اور ساتھ درس کے کچھ فوائد بھی بتائے مجھے اندھیرے میں امید کی کرن نظر آئی میں اس کے ساتھ موٹر سائیکل پر بیٹھ گیا اور یوں میں (باقی صفحہ 46 پر)

حضرت حکیم صاحب کے درس خطبات ضرور سنیں!

ابولبیب شاذلی

دلوں میں محبت پیدا کرنے والا عمل

میرے برادر زادہ! ہم کو حضور ﷺ نے حکم دیا ہے کہ ہم آپس میں بکثرت سلام کریں۔ بشیر بن یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ کوئی حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے پہلے یا جلدی سلام نہیں کرسکتا تھا۔ (یعنی سلام میں یہی پہل کرتے تھے)

مسلمان کو سلام کرنا: اغر مزنی رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ رسول اکرم ﷺ نے میرے لیے ایک جریب کھجوروں کا حکم دیا جو ایک انصاری کے پاس تھے اس نے اس بارے میں مجھ سے ٹال مٹول کی میں نے رسول اللہ ﷺ سے اس کا تذکرہ کیا آپ ﷺ نے فرمایا اے ابوبکر! (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) صبح جاؤ اور اس کیلئے کھجوریں وصول کرو مجھ سے حضرت ابوبکر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے مسجد میں ملنے کا وعدہ کیا جب میں نے صبح کی نماز پڑھی تو میں نے ان کو اسی جگہ پایا جہاں کا انہوں نے مجھ سے وعدہ کیا تھا ہم دونوں چلے جب حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کسی آدمی کو دیکھتے تو دور ہی سے سلام کرتے اس کے بعد حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا کہ کیا تو نہیں دیکھ رہا ہے کہ لوگ تجھ پر فضل کررہے ہیں؟ سلام کی ابتدا کرنے میں کوئی تجھ پر سبقت نہ کرنے پائے تو ہم جب کوئی آدمی دور سے آتا دکھائی دیتا تھا اسے سلام کرنے میں سبقت کرتے تھے اس سے پہلے کہ وہ ہمیں سلام کرے۔

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ میں حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پیچھے سواری پر بیٹھا تھا وہ لوگوں کے پاس سے گزرتے اور کہتے السلام علیکم' لوگ جواب میں کہتے السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا آج تو لوگ ہم سے بہت زیادہ فضیلت لے گئے۔ حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ جب ہم رسول اللہ ﷺ کی معیت میں ہوتے اور ہمارے درمیان میں درخت حائل ہوجاتا پھر جب ہم ملتے تو ہمارا بعض' بعض کو سلام کرتا تھا۔

ہم تو سلام کرنے ہی بازار جاتے ہیں: حضرت طفیل بن ابی بن کعب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ یہ حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے پاس آتے' حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ انہیں لے کر صبح ہی صبح بازار میں جاتے' طفیل رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کہتے ہیں کہ جب ہم بازار کی طرف جاتے تو جب وہ کبھی کسی کباڑی پر اور کسی بیچنے والے پر اور کسی مسکین پر اور کسی اور پر گزرتے تو ضرور اسے سلام کرتے۔ میں نے عرض کیا کہ ہم بازار چل کر کیا کریں آپ نہ خرید وفروخت کرتے ہیں نہ کسی سامان کو پوچھتے ہیں اور نہ کسی سامان کا مول تول کرتے ہیں اور نہ کسی مجلس میں بیٹھتے ہیں' طفیل رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کہتے ہیں اور میں نے کہا یہیں ہمارے ساتھ بیٹھے رہیے ہم بات چیت کریں تو مجھ سے حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا اے پیٹو! (حضرت طفیل رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ بڑے پیٹ والے تھے) ہم تو صبح سلام ہی کرنے کیلئے بازار جاتے ہیں تجھے جو ملا کرے اسے سلام کرلیا کر اور ایک روایت میں ہے کہ ہم تو سلام ہی کرنے صبح کو جاتے ہیں جو ہمیں ملے ہم سلام کرتے ہیں۔

آپس میں بکثرت سلام کرو: محمد بن زیاد رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ میں حضرت ابوامامہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کا ہاتھ پکڑے ہوئے تھا یہ اپنے گھر واپس جارہے تھے جب یہ کسی مسلمان پر یا نصرانی پر یا چھوٹے یا بڑے پر گزرتے تو السلام علیکم' السلام علیکم کہتے ہوئے گزرتے اور جب اپنے گھر کے دروازے پر پہنچے ہماری طرف التفات کیا پھر فرمایا اے میرے برادر زادہ! ہم کو حضور ﷺ نے حکم دیا ہے کہ ہم آپس میں بکثرت سلام کریں۔ بشیر بن یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ کوئی حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے پہلے یا جلدی سلام نہیں کرسکتا تھا۔ (یعنی سلام میں یہی پہل کرتے تھے)

سلام کا جواب دینا: حضرت سلمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ ایک شخص آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور اس نے کہ السلام علیک یارسول اللہ ﷺ! آپ ﷺ نے فرمایا وعلیک السلام ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ پھر ایک آدمی آیا اور اس نے کہا السلام علیک یارسول اللہ ﷺ ورحمۃ اللہ' آپ ﷺ نے فرمایا وعلیک السلام ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ' اس کے بعد ایک تیسرا آدمی آیا اس نے کہا السلام علیک یارسول اللہ ﷺ ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ! اس کیلئے جواب میں حضور ﷺ نے فرمایا وعلیک' تو اس آدمی نے کہا یارسول اللہ ﷺ آپ کے پاس فلاں اور فلاں آیا تو آپ ﷺ نے ان دونوں کے سلام کا جواب اس سلام سے افضل دیا جو مجھے دیا تھا تو حضور ﷺ نے فرمایا تو نے کچھ چھوڑا ہی تو ہوتا اللہ عزوجل فرماتا ہے۔ ترجمہ:۔ اور جب تم کو کوئی (مشروع طور پر) سلام کرے تو تم اس (سلام) سے اچھے الفاظ میں سلام کرو یا ویسے ہی الفاظ کہہ دو' پس میں نے تجھ کو سلام کا جواب دیا۔

جبرائیلؑ کا سلام اور حضرت عائشہؓ کا جواب: حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ان سے فرمایا اے عائشہ! (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) یہ جبریل علیہ السلام ہیں تمہیں سلام کہہ رہے ہیں' میں نے کہا وعلیک السلام ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ اور میں نے اور زیادہ کہنے کا ارادہ کیا تو حضور ﷺ نے فرمایا سلام یہیں تک ختم ہوچکا تو حضرت جبریل علیہ السلام نے کہا رحمۃ اللہ وبرکاتہٗ علیکم اہل بیت!

حضرت ثابت بنانی رحمۃ اللہ علیہ' حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ وغیرہ سے روایت کرتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے حضرت سعد بن عبادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے اندر آنے کی اجازت چاہی اور فرمایا السلام علیکم ورحمۃ اللہ تو حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے کہا وعلیک السلام ورحمۃ اللہ اور نبی اکرم ﷺ نے نہیں سنا' آپ ﷺ نے تین مرتبہ سلام کیا اور تینوں مرتبہ حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے سلام کا جواب دیا اور آپ ﷺ کو سنانا نہیں چاہا (یعنی بہت آہستہ سے جواب دیا) تو نبی کریم ﷺ واپس چلے آپ ﷺ کے پیچھے حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ چلے اور عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! میرے ماں باپ آپ ﷺ پر سے قربان ہوں آپ نے کوئی سلام نہیں کیا کہ میرے کان میں نہ پہنچا ہو اور میں نے ہر سلام کا جواب دیا لیکن آپ ﷺ کو سنانا نہیں چاہا۔ میں نے پسند کیا کہ میں آپ ﷺ کے سلام اور برکت سے کثرت حاصل کروں۔ اس کے بعد آپ ﷺ کو اپنے مکان کے اندر لے گئے اور آپ ﷺ کے سامنے روغن زیتون پیش کیا' آپ ﷺ نے کھایا جب آپ ﷺ فارغ ہوئے تو آپ ﷺ نے فرمایا تمہارا کھانا بھلے کھائیں اور تمہارے لیے ملائکہ دعائے رحمت کریں اور تمہارے پاس روزہ دار افطار کریں۔

آپ ﷺ کا بچوں کو سلام کرنا: حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں جناب رسول اللہ ﷺ انصار کی زیارت کرتے جب آپ ﷺ انصار کے گھروں کی طرف آتے تو انصار کے بچے آپ ﷺ کے گرد جمع ہوجاتے' آپ ﷺ ان کیلئے دعا فرماتے ان کے سروں پر ہاتھ پھیرتے اور انہیں سلام کرتے۔

ڈاکٹر زونش، کراچی

اولاد کی اچھی تربیت مشکل نہیں

اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ جن گھرانوں میں خاندانی رنجشیں عام ہوں ان کے بچوں پر اس صورتحال کا نفسیاتی اثر پڑتا ہے اور وہ چڑچڑے ہو جاتے ہیں۔ یہ صورتحال ان کے رویوں کو بھی تلخ کر دیتی ہے اور پھر وہ ساری زندگی تلخ رویوں کا مظاہرہ کر کے نہ صرف دوسروں کی زندگیاں بھی تلخ کر دیتے ہیں

بچوں کی شیرخواری کا زمانہ اگرچہ نہایت اہم قرار دیا جاتا ہے جو کہ درست بھی ہے تاہم یہ عرصہ اس کی صحت کے حوالے سے ہی اہم ہوتا ہے لیکن جب بچہ چار سال کی لگ بھگ عمر کو پہنچتا ہے تو یہاں سے اس کے بچپن کی وہ حد شروع ہوتی ہے جہاں سے وہ دوسروں کے رویوں کے اثرات قبول کرنا شروع کر دیتا ہے۔ یہ عرصہ اس لیے اہم ترین ہوتا ہے کہ اس کے اثرات بچے کی پوری زندگی پر محیط ہوتے ہیں۔

بچہ جب سے ہوش سنبھالتا ہے وہ دوسروں کے رویوں کے اثرات قبول کرنا شروع کر دیتا ہے۔ یہ اثرات چاہے مثبت ہوں یا منفی، اس کے ذہن کو انہی رویوں کے سانچے میں ڈھالنا شروع کر دیتے ہیں۔ جب وہ بچپن کی حدود سے لڑکپن اور پھر جوانی میں داخل ہوتا ہے تو ہوش سنبھالنے سے لے کر سکول کی ابتدائی کلاسوں تک کے زمانے میں وہ جو کچھ دیکھتا، سنتا اور سمجھتا رہا ہے وہ اس کی پوری زندگی پر چھا چکا ہوتا ہے۔ لہٰذا ضروری ہے کہ جب بچہ ہوش سنبھالنا شروع کرے تو اس کی تربیت کا آغاز اس طرح کیا جائے کہ جب وہ عملی زندگی میں داخل ہو تو ایک نفیس اور شائستہ انسان کہلائے۔

بچوں کی تربیت کیسے شروع کی جائے: جب بچہ بولنے کا آغاز کرے تو ماں، باپ سمیت گھر کے تمام افراد کو چاہیے کہ اس کے ساتھ کھیلتے ہوئے چہرے پر نرمی اور مسکراہٹ رکھیں اور توتلے منہ سے ایسے جملے ادا کریں جو کہ نہایت شائستہ ہوں۔ اگرچہ ہم سمجھتے ہیں کہ جب بچہ بولنے کا آغاز کرتا ہے تو وہ کچھ نہیں سمجھتا ہے۔ ماہرین دماغ ونفسیات کہتے ہیں کہ یہ بات درست نہیں۔ بچہ اس وقت بولنے پر تو قدرت نہیں رکھتا تاہم اس کا دماغ بھرپور طریقے سے الفاظوں اور آنکھوں کے سامنے پیش آنے والے رویوں ومناظر کو محسوس کر کے انہیں اپنے دماغ کی یادداشت (میموری) میں محفوظ کرنے لگتا ہے پھر جب یہی بچہ بڑا ہوتا ہے تو اس کے دماغ کے نہاں خانوں میں موجود یہ میموری اسے ان رویوں کے تابع ہونے کا سگنل بھی دیتی ہے۔ اگرچہ یہ سگنل کمزور ہوتے ہیں لیکن اس سے یہ نہیں سمجھ لینا چاہیے کہ بچے کی زندگی کے ان ابتدائی ایام اور اس دوران اس سے روا رکھے گئے سلوک کا اس کی آئندہ زندگی پر کوئی اثر مرتب نہیں ہوگا۔ اس تناظر میں سب سے ضروری بات یہ ہے کہ بچے کے سامنے ایسی باتیں نہ کی جائیں جن میں غیر مہذب جملوں کا استعمال ہوتا ہو یا لڑائی جھگڑے کا ماحول بنتا ہو۔ یہ بنیادی چیزیں ہیں اور اس سے بچے کی شخصیت کی بنیاد پڑتی ہے لہٰذا جب تک والدین اور گھر کے بڑے اسے اچھی بنیاد فراہم نہیں کریں گے تب تک اس کی مضبوط شخصیت، محفوظ مستقبل اور کامیاب زندگی کا خواب دیکھنا بھی غلط ہوگا۔

خاندانی ماحول اور قرابت داریاں: خاندانوں میں اکثر و بیشتر رنجشیں پائی جاتی ہیں اور کوئی ایک آدھ ہی خاندان ایسا ہوگا جو ان رنجشوں سے پاک ہوگا لیکن جب بات بچے کی تربیت کی ہو تو یہ چیزیں بہت اہم ہو جاتی ہیں۔ بہتر ہے کہ گھر کے بڑے یا والدین چھوٹے بچوں کے سامنے خاندانی رنجشوں یا لڑائی جھگڑوں کا تذکرہ نہ کریں اور بچوں کے سامنے اس طرح کے معاملات میں صلح وصفائی بھی نہ کریں۔ اس طرح بچے کو رنجشوں، طعنوں اور ایک دوسرے کو برا بھلا کہنے کی ترغیب ملتی ہے۔ اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ جن گھرانوں میں خاندانی رنجشیں عام ہوں ان کے بچوں پر اس صورتحال کا نفسیاتی اثر پڑتا ہے اور وہ چڑچڑے ہو جاتے ہیں۔ یہ صورتحال ان کے رویوں کو بھی تلخ کر دیتی ہے اور پھر وہ ساری زندگی تلخ رویوں کا مظاہرہ کر کے نہ صرف دوسروں کی زندگیاں بھی تلخ کر دیتے ہیں بلکہ خود بھی حقیقی خوشی کیلئے ترستے رہتے ہیں۔

تعلیمی اداروں کا انتخاب: والدین اور گھر کے بعد بچہ جس چیز کا سب سے زیادہ اثر قبول کرتا ہے وہ ہیں اساتذہ تعلیمی ادارے کا ماحول اور اسکول کے ساتھی۔ جب بچے کو چوتھے پانچویں سال کی عمر میں اسکول میں داخل کروایا جاتا ہے تو اس وقت اس کا ذہن گھر سے باہر کے معاملات کو سمجھنے کیلئے بالکل کورا ہوتا ہے۔ یہ بچے کی زندگی کا پہلا موقع ہوتا ہے جب اسے گھر سے باہر رہ کر دنیاداری سیکھنے، غیر لوگوں کے درمیان رہ کر سماجی زندگی بسر کرنے، ایک دوسرے کی اہمیت کو سمجھنے اور دکھ درد میں کام آنے کی تربیت شروع ہوتی ہے۔

بعض لوگ سمجھتے ہیں کہ بچے کو سکول میں داخل کروانے کے بعد ان کا کام ختم ہو گیا ہے۔ یہ سوچ بہت ہی غلط ہے۔ جب آپ بچے کو سکول میں داخل کروائیں تو سب سے پہلے یہ معلوم کریں کہ مجموعی طور پر وہاں کا ماحول کیسا ہے اور اساتذہ کا اپنے شاگردوں سے رویہ کس طرح کا ہے؟ والدین اور گھر والوں کے بعد بچہ جس شخصیت کا سب سے زیادہ اثر قبول کرتا ہے وہ استاد ہوتا ہے اور دوسروں کے ساتھ سماجی رویوں کی استواری کی جو تربیت وہ حاصل کرتا ہے وہ بچے کو اپنے اسکول کے ساتھیوں سے ملتی ہے لہٰذا بہتر ہے کہ آپ اپنے بچے کی مضبوط شخصیت کیلئے اسے نہ صرف اچھے سکول میں داخل کروائیں بلکہ ہر ہفتہ پندرہ دن بعد سکول جا کر اس کے اساتذہ سے بھی ملیں اور اپنے بچے کی تعلیمی لیاقت اور اس کے مجموعی رویوں کے بارے میں معلومات حاصل کریں تاکہ اگر سکول کے کسی بدتمیز ساتھی کی وجہ سے اس کے بھی رویے گستاخانہ ہو رہے ہیں تو انہیں جڑ پکڑنے سے پہلے کاٹا جا سکے۔

گھر سے باہر کا ماحول: گھر اور سکول میں بچہ پابندی کا شکار رہتا ہے اسے یہ علم ہوتا ہے کہ اس کے رویوں کی نگرانی کی جا رہی ہے لیکن سکول سے گھر لوٹنے کے بعد اس کی صحت کیلئے ضروری ہے کہ وہ باہر کسی گراؤنڈ میں جا کر کچھ دیر تک کھیلے کودے۔ جسمانی صحت کیلئے یہ بہت مفید بات ہے لیکن اگر آپ کے محلے کا ماحول اچھا نہ ہو تو بہتر ہے کہ بچے کو ایسے ماحول میں زیادہ وقت نہ گزارنے دیں کیونکہ گھر اور سکول کے مقابلے میں محلے اور کھیل کے میدان کا ماحول نسبتاً آزادانہ ہوتا ہے جو اگر خراب ہو تو بچہ بگڑ بھی سکتا ہے۔ اس عرصے میں ضروری ہے کہ آپ اسے گھر سے باہر نہ نکلنے کی بندش لگانے کے بجائے اس کے رویوں پر کڑی نظریں رکھیں اور ہو سکے تو ایسا ماحول گھر میں ہی پیدا کر دیں کہ بچہ بہت زیادہ دیر تک گھر سے باہر کھیل کود میں وقت نہ گزارے۔ نیز اس عرصے میں بچے کی نفسیاتی انداز میں بھی اصلاح جاری رکھیں۔ اسے چھوٹی چھوٹی اصلاحی کہانیاں سنائیں جس سے بچے کے اندر اچھے اور برے میں تمیز پیدا کرنے کی صلاحیت پیدا ہو اور وہ خود برے ماحول سے کنارہ کشی کرنا سیکھے۔

آج کے دور میں ٹی وی اور انٹرنیٹ کے نام پر تفریح کا استعمال کرنا نہایت غیر مناسب ہے۔ ان ٹی وی چینلز کے پروگرام سے بچے کا ذہن پراگندہ ہو سکتا ہے۔

ہمیں امید ہے کہ اب آپ کیلئے بچے کی تربیت کچھ زیادہ مسائل کا سبب نہیں بنے گی۔

گھریلو مخالفت کے باوجود تھانیدار کا انصاف

میاں عبدالغفار ندیم' مظفر گڑھ

لیکن میں پکا ارادہ کر چکا تھا کہ تمام مجبوریوں کی پروا کیے بغیر حق کی رسی کو مضبوطی سے پکڑے رکھوں گا میں نے سب کا رونا دھونا سن کر ان کو بس ایک ہی جواب دیا کہ آج میں نے اس کو چھڑوا دیا تو کل قیامت کے دن اللہ کو میں کیا جواب دوں گا؟

یہ واقعہ میرے ایک قریبی دوست نے سنایا جو کہ پولیس کے محکمہ میں ہے آیئے اس ہی کی زبانی سنتے ہیں:۔ یہ واقعہ تقریباً آٹھ دس سال پہلے کا ہے وہ میں تھانہ شاہ جمال میں بطور حوالدار اپنی ڈیوٹی انجام دے رہا تھا کہ اطلاع ملی کہ فلاح جگہ پر قتل ہو گیا ہے۔ میں نے اپنے ماتحت اے ایس آئی بھیجا کہ فوراً جاؤ تحقیقات کے بعد لاش تھانہ لے آؤ' ضروری کارروائی تحقیقات کے بعد لاش تھانہ آ گئی' میں نے اے ایس آئی کو بلایا اور پوچھا کہ سناؤ کچھ معلوم ہوا کہ کس نے اسے مارا؟ تو اے ایس آئی نے مجھے اکیلے میں بات کرنے کو کہا تو اور وہ اکیلے کمرہ میں چلے گئے تو وہ بولا جناب اس کیس کا مجرم تمہارا بھانجا ہے' اس کا یہ بول مجھے کرنٹ سا لگا لیکن اپنے آپ کو سنبھال کر میں بولا وہ کیسے؟ تو اس نے کہا کہ جناب تمہارے بھانجے کے پاس کچھ بکریاں تھیں جو کہ وہ فروخت کرنا چاہتا تھا اس نے بکریوں کی فروخت کیلئے ایک بیوپاری کو بلایا' بکریوں کا سودا ہو گیا' بیوپاری کے پاس پانچ چھ لاکھ کی رقم تھی' اس میں سے جو رقم تمہارے بھانجے کو دینی تھی وہ دی اور باقی واپس اپنے پاس رکھ لی' اتنی زیادہ رقم دیکھ کر تمہارا بھانجا شیطان کے چنگل میں پھنس گیا جب وہ بکریاں کھولنے لگا تو اس نے گھر سے پستول اٹھایا راستے میں اس کے پیچھے گیا اور فلاں نہر پر ادھر ادھر جائزہ لینے کے بعد بیوپاری کو فائر کر کے مار ڈالا اور رقم لے کر بھاگ گیا۔ جب میں نے اے ایس آئی سے پوری داستان سن لی تو میں نے اللہ کی لاٹھی کو مضبوطی سے پکڑا اور بولا کہ اس کیس میں میرا بھانجا قصوروار ہے تو کیا ہوا وہ ایک مجرم ہے اسے پھانسی ہونی چاہیے۔ میرے یہ الفاظ سن کر وہ بولا جناب سوچ لو تمہارا گھر کا معاملہ ہے' آپ کی بہن' بھائی' بھانجے' بہنوئی اور بھی قریبی رشتہ دار یہ سب مجبوریاں دیکھ کر کارروائی کرنا' میں نے کہا کہ تمام مجبوریاں ایک طرف' ظالم کو معاف کرنا خدا کے انصاف کے ساتھ غداری ہے' اس دنیا میں میں ماموں ہونے کے ناطے اس کو بچوالوں اگلی دنیا میں اسے کون بچائے گا تم فکر نہ کرو آؤ ضروری کارروائی کریں' شام کو گھر گیا وہاں بہن' بہنوئی اور قریبی رشتہ دار موجود تھے اور میرا شدت سے انتظار کر رہے تھے' کپڑے تبدیل کرنے کے بعد میں ان کے ساتھ بیٹھ گیا تو افسوس کے بعد انہوں نے میری منت سماجت کی کہ بچہ ہے' غلطی ہو گئی ہے' تمہارے ہاتھ میں قلم ہے قلم کو ذرا احتیاط سے چلانا' بہن بھی رونے لگی' بہت واسطے بھی دیئے' میری گھروالی بھی' میری بہن کے حق میں تھی' لیکن میں پکا ارادہ کر چکا تھا کہ تمام مجبوریوں کی پروا کیے بغیر حق کی رسی کو مضبوطی سے پکڑے رکھوں گا میں نے سب کا رونا دھونا سن کر ان کو بس ایک ہی جواب دیا کہ آج میں نے اس کو چھڑوا دیا تو کل قیامت کے دن اللہ کو میں کیا جواب دوں گا؟ اب تم لوگوں کیلئے صرف ایک ہی راستہ ہے کہ تم مظلوموں کے پاس جاؤ ان سے معافی مانگو اگر وہ تم کو معاف کر دیں تو تمہیں اللہ بھی معاف کرے گا' مجھ سے مایوس ہونے کے بعد انہوں نے انچارج تھانیدار سے مک مکا شروع کر دیا ان کا سودا دس لاکھ میں بنا جس کی خبر مجھے ایک تھانہ کے ملازم کے ذریعے ہوئی۔ ایک دن تھانیدار نے مجھے اپنے کمرے میں بلایا اور کہا اس سارے معاملے میں میں تمہارے ساتھ ہوں' بچاری بہن ہے بھائیوں پر مان نہ کرے گی تو کس پر اسے مان ہو گا بس تم کارروائی میں فلاں فلاں تبدیلی کر دو انشاءاللہ جلد ہی چھوٹ جائیگا۔ میں نے اس کا تمام ڈرامہ سن لیا تو میں غصہ میں بھرا ہوا تھا میں بولا کہ جناب عالی اس پاک ذات سے ڈرو چار دن کی لذت کی خاطر تم نے مجرموں سے جو سودا کیا وہ مجھے معلوم ہو چکا ہے تم اس تھانہ کے انچارج ضرور ہو لیکن قلم کا اختیار میرے ہاتھ میں ہے اگر اس کارروائی کو کسی نے چھیڑا یا کوئی رکاوٹ پیدا کرنے کی کوشش کی تو مجھ جیسا کوئی نہ ہو گا۔ مجھے پتہ تھا کہ یہ کمینہ مجھے اب یہاں نہیں رہنے دیگا دو تین دن کے بعد تھانیدار نے ایس پی کو میری گستاخی پیش کر کے راولپنڈی اسلام آباد آرڈر بھجوا دیئے گھر سے اتنی دور لیکن ضمیر زندہ ہونے کی وجہ سے میں نے کوئی پریشانی نہ لی اور میں راولپنڈی تھانہ میں جا کر اپنی ڈیوٹی انجام دینے لگا۔ میں نے ایک دوست کے ذریعے ڈی آئی جی صاحب کو تمام قصہ سنایا تمام قصہ سننے کے بعد انہوں نے مجھے تسلی دی اور مجھے واپس اسی تھانہ شاہ جمال میں بھیج دیا' اگلے دن میں آرڈر لیکر شاہ جمال تھانہ پہنچ گیا اور جا کر اسی تھانیدار کے سامنے بیٹھ گیا۔ اس نے مجھے دیکھ کر ایک ٹھنڈی آہ بھری اور بولا کہ اب تمام کیس مکمل ہو چکا ہے امید ہے کہ دس پندرہ دن کے بعد جج میرے بھانجے کو پھانسی بول دیگا اور میرے بھانجے کے وارثوں کے پاس صرف دو راستے ہیں کہ یا تو مقتول کے وارثوں کی منت

عبقری وسیلہ بنا

شہزادہ اظہر عباس' ملتان

میں نے آج تک ایسا ایمان والا اور ایسی اچھی باتوں والا رسالہ نہ آج تک دیکھا ہے اور نہ ہی ایسی باتیں جو دل کو ہلا دیں نہ پڑھا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری شادی کو 17 سال ہو گئے ہیں اور میں اب تک بے اولاد ہوں اسی طرح میرے ایک دوست میرے ہی محلہ کے رہائشی ہیں ان کی شادی کو 8/7 سال ہو گئے تھے ان کے ہاں بھی اولاد نہ تھی' اس کے کسی دوست نے ان سے کہا کہ آپ عبقری رسالہ لیں اور حکیم صاحب سے خط کے ذریعے رابطہ کریں۔ انہوں نے آپ کو خط لکھا تو آپ نے کچھ وظائف اور شہد ان کو بھجوا دیا اور اللہ تعالیٰ نے ان پر پہلے ہی مہینے کرم کر دیا۔ باتوں باتوں میں اس نے مجھے بھی کہا کہ آپ ماہ جنوری کا عبقری رسالہ خریدیں اور اسے پڑھیں' پھر تم مجھ سے ملاقات کرنا۔ میں نے صبح جاتے ہی عبقری رسالہ خرید کیا اور اس کو دو دن تک مکمل پڑھا۔

جب عشاء کی نماز کے بعد اپنے دوست سے ملا تو اس نے کہا کہ رسالہ کیسا ہے؟ میں نے اس سے کہا میں اللہ تعالیٰ کو حاضر ناظر جان کر کہتا ہوں کہ میں نے آج تک ایسا ایمان والا اور ایسی اچھی باتوں والا رسالہ نہ آج تک دیکھا ہے اور نہ ہی ایسی باتیں جو دل کو ہلا دیں پڑھا ہے۔ اس نے کہا کہ اللہ نے مجھے اس رسالہ کے ذریعہ اولاد سے نوازا ہے' اگر عبقری نہ ہوتا تو شاید میں ہمیشہ بے اولاد ہی رہتا۔ عبقری نے ہی میری رہنمائی کی اور مجھے محترم حکیم صاحب سے ملوایا ہے۔ میرے دوست نے کہا کہ تم بھی عبقری رسالہ کے مستقل قاری بنو اور حکیم صاحب کو خط لکھو انشاء اللہ آپ کو ان سے مایوسی نہیں ہو گی اور اللہ تعالیٰ آپ کو بھی خوشیاں ان کے طفیل ضرور دینگے۔ انشاءاللہ۔

کینسر کا علاج۔۔۔اور 22 سالہ سینے کا راز

کینسر خواہ کسی بھی قسم کا ہو۔ ایک کلو زیتون کے تیل میں 100 گرام ہلدی پکا کے' جلا کے' چھان کر رکھیں۔ ہر غذا کے بعد بیس، بیس قطرے پی کر نیم گرم پانی پیا کریں۔ انشاءاللہ مرض ختم ہو گا۔ یہ میرا 22 سالہ پرانا سینے کا راز تھا جو امت محمدیہ ﷺ کی خاطر راز فاش کر رہا ہوں۔ یہ نسخہ میں نے آج

گھریلو عبرت انگیز راز اور احتیاطیں

’’ابا! یہ بات اس طرح نہیں ہے‘ اس طرح ہے‘‘ تو ان کو یہ چیز اچھی نہیں لگتی تھی اور وہ ناراض ہوتے تھے تو اس کی سزا مجھے قدرت نے یہ دی ہے کہ جو میرا چھوٹا بیٹا ہے وہ بہت گستاخ ہے اور وہ مجھ سے بدلے لے رہا ہے

ظلم کا بدلہ ظلم ہی ہوتا ہے

(غلام مرتضیٰ پنوں عاقل)

حکیم صاحب! جب ہم کسی کو نقصان دیتے ہیں حقیقت میں ہم اپنے آپ کو نقصان دیتے ہیں‘ جسے نقصان دیتے ہیں وہ تو بہرحال گزر جاتا ہے لیکن ہمارے لیے جو ہونے جارہا ہوتا ہے ہمیں خبر نہیں ہوتی۔ ایک ایسا ہی واقعہ ایک پولیس افسر نے مجھے بتایا۔ ایک اے ایس آئی جو شہر میں قریب تھانے میں اس کی ڈیوٹی ہے۔ کہہ رہا تھا کہ میں کافی غرور میں ہوتا تھا مجھے قدرت کے فیصلوں کی پرواہ ہی نہیں رہتی تھی کہ میرے کارنامے درج ہورہے ہیں اور میرے لیے وہ کچھ ہونے جارہا ہے جس سے میں جان نہیں چھڑا پاؤں گا۔ میں نے ایک دن ایس ایچ او کے کہنے پر ایک غریب پر منشیات کا کیس لگا دیا‘ اس پر ایک کلو ہیروئن اور افیم کا پرچہ کردیا۔ وہ بہت ہی غریب آدمی تھا میری منتیں کررہا تھا کہ ایسا نہ کرو‘ لیکن میں نے اس کی ایک نہیں سنی۔ وہ آہیں بھرتا رہا اور پھر ٹھنڈی آہ بھی اس کی ایسی نکلی کہ بس کیا بتاؤں............ میرے دل میں کرنٹ لگ گیا اور ایسے معلوم ہوا کہ خدا نے اس کی درخواست کو منظور کرلیا ہے۔ بہرحال وہ جیسے تیسے نکل گیا اور اس کیس سے خداوند کریم نے اسے رہا کردیا اور ہم نے اس سے کافی پیسے بٹورے۔ چند دن ہی گزرے تھے میں بھی اس قسم کے کیس میں پھنس گیا وہ بھی ناحق کیس جیسے میں نے اس کے ساتھ کیا تھا ویسا ہی میرے ساتھ بھی ہوا‘ وہی قلم میرے اوپر بھی لگے‘ وہی ایک کلو ہیروئن اور افیم............ میں ڈیوٹی سے فارغ ہوا‘ ضمانت کروائی۔ میں نے رو رو کر خدا سے معافی مانگی۔ ایک دن اچانک خیال آیا کہ اس شخص سے معافی مانگ لی جائے۔ میں ڈھونڈتے ڈھونڈتے اس کے پاس گیا اسے منوایا اس نے معاف کیا۔ چند روز بعد میں بھی اس کیس سے بری ہوگیا۔ آج میں پانچ وقت کا نمازی ہوں اور دوسروں کو بھی ہر وقت روکتا ہوں کہ کسی کے ساتھ ظلم نہ کرو۔

باادب بانصیب

(محمد آصف)

بندہ بازار گیا کچھ کاپی پنسلیں خریدنے‘ میں جس دکان پر گیا وہ ایک ہندو بیبے کی دکان ہے‘ اس کی عمر لگ بھگ 65/60 سال کے قریب ہوگی۔ سلام دعا کے بعد بندہ نے اس بیبے دکاندار سے کہا کہ آپ کا ایک بیٹا ہیرا نند ہے جو کہ اب دل کا ڈاکٹر ہے۔ وہ میرا کلاس فیلو رہا ہے تو وہ ہندو بنیا بہت خوش ہوا‘ پھر میں نے ان سے ایک بات عرض کی کہ جب میں چھوٹا تھا اور آپ کی دکان سے قلم کاپی وغیرہ لینے آتا تھا تو تم اپنے ڈاکٹر بیٹے ہیرا نند کو بہت ڈانٹتے تھے اور سخت سست کہتے تھے لیکن وہ گردن جھکائے خاموشی سے آپ کی ساری باتیں سنتا رہتا تھا اور کبھی اف تک نہ کی اور اس کا صلہ یہ ملا کہ اللہ نے اسے ڈاکٹر بنادیا ہے تو اس ہندو بیبے نے کہا کہ ہاں تمہاری بات بالکل ٹھیک ہے باادب بانصیب اور بے ادب بے نصیب...... اور اگلی بات جو اس بیبے نے کہی وہ بڑی عجیب تھی اور سوچنے والی کہنے لگا میں اپنے باپ کے ساتھ ہوتا تھا تو میرا باپ مجھے برا بھلا کہتا تھا تو میں ان سے کہتا تھا ’’ابا جی! یہ بات اس طرح نہیں ہے‘ اس طرح ہے‘‘ تو ان کو یہ چیز اچھی نہیں لگتی تھی اور وہ ناراض ہوتے تھے تو اس کی سزا مجھے قدرت نے یہ دی ہے کہ جو میرا چھوٹا بیٹا ہے وہ بہت گستاخ ہے اور وہ مجھ سے بدلے لے رہا ہے میرے اس عمل کو جو میں نے اپنے باپ سے روا رکھا اور کہا جیسی کرنی ویسی بھرنی..........!

مختلف واقعات

عمر فاروق‘ لاہور

ایک گلی میں سے ایک بچہ گزرتا تھا ایک عورت اس سے بہت پیار کرتی تھی اس کو کبھی کچھ کھلاتی‘ کبھی کچھ کھلاتی‘ سکول جاتے اور واپسی پر اپنے گھر لے جاتی اور کھانے وغیرہ کھلاتی اب وہ بچہ کہنے لگا کہ آپ مجھ سے اتنا پیار کیوں کرتی ہیں۔ لوگ بھی برا سمجھنے لگے تو اس نے بتایا کہ تمہاری شکل میرے بیٹے سے ملتی ہے اس لیے میں تم سے بہت پیار کرتی ہوں۔

☆ ایک عورت بس میں سوار ہونے لگی تو کنڈیکٹر نے کہا مائی بس میں جگہ نہیں ہے...... تو مائی نے کہا بیٹا اتنی بڑی بس میں جگہ نہیں ہے حالانکہ میں نے تمہیں پیٹ میں نو ماہ رکھا ہے تو آج میرے لیے تیرے پاس اتنی بڑی بس میں جگہ نہیں ہے۔ جب کنڈیکٹر نے دیکھا تو وہ اس کی اپنی ماں تھی۔

☆ ایک بیوہ عورت کے ایک جوان بیٹا تھا جسے اس نے بہت لاڈ پیار سے پالا تھا۔ لاڈ پیار کی وجہ سے وہ غلط عادتوں میں مبتلا ہوگیا اور ساری ساری رات گھر سے باہر گزارتا اور گھر میں بھی جب ہوتا تو سارا وقت انٹرنیٹ پر گزار دیتا۔ اس بیوہ عورت نے دیکھا کہ آہستہ آہستہ اس کے نظروں میں شرم و حیاء ختم ہوتی جارہی ہے۔ گھر میں جب بھی کوئی عورت مہمان آتی وہ ان کو عجیب سی نظروں سے دیکھتا۔ ایک دن بیوہ عورت نے اس بات کا ذکر اپنی ایک ہمسائی سے کیا تو انہوں نے اسے مشورہ دیا کہ اس کی جلد شادی کردو۔ اس کی یہ حرکتیں شادی کی تاخیر کی وجہ سے ہورہی ہیں۔ بیوہ عورت نے جلد رشتہ ڈھونڈ کر سادگی سے اس کی شادی کردی جس کے بعد وہ ٹھیک ہوگیا۔

☆ لاہور کے ایک علاقے میں ایک گھر تھا‘ اس گھر کے سربراہ کی بیوی فوت ہوگئی اس کی ایک ہی نوجوان بیٹی تھی کچھ عرصے بعد اس لڑکی کے والد کو ہمسائیوں نے کہا کہ آپ کی بیٹی اب جوان ہوچکی ہے اس کی شادی کردیں‘ لیکن لڑکی کے والد نے اس بات پر کوئی توجہ نہیں دی اور وہ سارا دن کاروبار میں لگا رہتا اور رات دیر تک دوستوں کے ساتھ باہر رہتا‘ آہستہ آہستہ اس نے غور کیا کہ وہ جب گھر آتا ہے اس کی بیٹی موبائل فون پر کسی سے یا تو گفتگو کررہی ہوتی ہے یا پھر میسج کررہی ہوتی ہے‘ ایک مرتبہ وہ رات کو اٹھا اور اپنی بیٹی کے کمرے کے پاس گیا تو اس کی بیٹی رات کے 2 بجے کسی سے موبائل پر باتیں کررہی تھی‘ اس پر اس کو اپنے ہمسائیوں کی بات یاد آئی۔ اس نے فوراً ہمسائیوں کے ساتھ مل کر ایک اچھا سا رشتہ تلاش کیا اور اس کی شادی کردی۔

☆ ہمارے دوست نے ایک واقعہ سنایا میرے دوست کی شادی تھی ہم لوگ اس کے گاؤں میں گئے اور صبح کو بارات تھی اور شام کو بارات کی واپسی ہوئی اور ولیمے کی تیاری شروع کردی اور صبح کو ولیمہ تھا اسی میں رات گیارہ کا ٹائم ہوگیا گھر سے پیغام آیا کہ دولہا کو گھر بھیج دیں۔ کھانے کی تیاری گھر سے دور حویلی میں ہورہی تھی ہم چند دوست دولہا کو مذاق کرتے ہوئے گھر چھوڑنے چلے گئے اور جب گھر نزدیک آیا تو دولہے نے کہا کہ آپ لوگ واپس چلے جائیں میں تقاضے سے فارغ ہوکر گھر جاؤں گا گھر کے ساتھ جو کھیت تھے اس میں چلا گیا۔ ہم لوگ واپس آگئے۔ ہم لوگ حویلی واپس آگئے اور وہ کھیت میں چلا گیا۔ صبح گھر سے پیغام آیا کہ دولہا رات کو گھر نہیں آیا اور ماں باپ سمجھ رہے تھے کہ کمرے میں ہیں۔ ہم دوستوں نے بتایا کہ رات کو بارہ بجے ہم خود چھوڑ کر آئے ہیں اسی پریشانی میں دن کے بارہ بج گئے سب مہمان آگئے تھے اتنے میں لڑکی کے ماں باپ میں آگئے دولہا میاں کا کوئی پتہ نہیں اسی میں شام ہوگئی۔ دولہن کے ماں باپ نے دلہن کو کہا چلو گھر چلیں دولہے کا پتہ نہیں چل رہا۔ کہاں ہے تو دلہن نے جواب دیا جو مجھ کو لیکر آیا تھا میں اسی کے ساتھ گھر جاؤں گی اور آج تک دولہے کا پتہ نہیں چلا دلہن سسرال کے گھر بوڑھی ہوگئی مگر واپس نہیں گئی۔

درود شریف سے الجھے مسائل کا حل

سیدہ خدیجہ محبوب کا کا خیل، چترال

ایسی جسمانی بیماری جس کا طبیبوں سے علاج نہ ہوتا ہو اس کیلئے اس درود پاک کو چالیس دن تک روزانہ ایک سو مرتبہ پڑھنے سے انشاءاللہ بیماری کا بہتر حل ہو جائیگا۔ جو شخص دل کے کسی مرض میں مبتلا ہو تو اسے چاہیے کہ 315 مرتبہ گیارہ دن تک بعد نماز فجر یہ درود شریف پڑھے

جان کنی میں آسانی

امیرالمومنین سیدنا فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی خلافت کے زمانہ میں ایک مال دار آدمی تھا جس کا کردار اچھا نہیں تھا لیکن اسے درود پاک پڑھنے کا بڑا شوق تھا کسی وقت وہ درود پاک سے غافل نہیں رہتا تھا جب اس کا آخری وقت قریب آیا اور جان کنی کی حالت طاری ہوئی تو اس کا چہرہ سیاہ ہوگیا اور بہت زیادہ تنگی لاحق ہوئی حتیٰ کہ جو دیکھتا ڈر جاتا تو اس نے جان کنی کی حالت میں ندا دی ''اے اللہ تعالیٰ کے محبوب ﷺ میں آپ ﷺ سے محبت رکھتا ہوں اور درود پاک کی کثرت کرتا ہوں۔'' ابھی اس نے یہ ندا پوری بھی نہ کی تھی کہ اچانک ایک پرندہ آسمان سے نازل ہوا اور اس نے اپنا پر اس آدمی کے چہرہ پر پھیر دیا فوراً اس کا چہرہ چمک اٹھا اور کستوری کی سی خوشبو مہک اٹھی اور وہ کلمہ طیبہ پڑھتا ہوا دنیا سے رخصت ہوگیا اور پھر جب اس کی تجہیز و تکفین کرکے قبر کی طرف لے گئے اور اسے لحد میں رکھا تو ہاتف غیبی سے آواز سنی ہم نے اس بندے کو قبر میں رکھنے سے پہلے ہی کفایت کی اور اس درود پاک کی وجہ سے جو یہ میرے حبیب ﷺ پر پڑھا کرتا تھا اسے قبر سے اٹھا کر جنت میں پہنچا دیا ہے۔

یہ سن کر لوگ بہت متعجب ہوئے اور پھر جب رات ہوئی تو کسی نے خواب دیکھا کہ وہ زمین و آسمان کے درمیان چل رہا ہے اور پڑھ رہا ہے۔ اِنَّ اللّٰهَ وَمَلٰٓئِكَتَهٗ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَ سَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا ﴿الاحزاب ۵۶﴾

قبر میں نجات کا واقعہ

حضرت شیخ شبلی رحمۃ اللہ علیہ نے بیان فرمایا کہ میرا ایک ہمسایہ فوت ہوگیا تھا میں نے اسے خواب میں دیکھا اور اس سے پوچھا کہ تیرے ساتھ اللہ تعالیٰ نے کیا معاملہ کیا؟ اس نے جواب دیا حضرت آپ کیا پوچھتے ہیں، بڑے بڑے خوفناک منظر میرے سامنے آئے، منکر و نکیر کے سوال و جواب کا وقت تو مجھ پر بڑا ہی خطرناک اور دشوار ہوا حتیٰ کہ میں سوچ میں پڑ گیا کہ میرا ایمان پر خاتمہ ہوا ہے کہ نہیں۔ اچانک مجھ سے کہا گیا کہ دنیا میں تیری زبان بیکار رہی اس وجہ سے تجھ پر یہ مصیبت آئی ہے پھر جب عذاب کے فرشتوں نے مجھے مارنے کا قصد کیا تو کیا دیکھتا ہوں کہ میرے اور ان فرشتوں کے درمیان ایک نوری انسان حائل ہوگیا جو کہ نہایت حسین وجمیل تھا اور اس کے جسم پاک سے خوشبو مہکتی تھی، منکر و نکیر کے سوالات کے جوابات وہ مجھے پڑھاتا گیا اور میں فرشتوں کو جواب دیتا گیا اور میں کامیاب ہوتا گیا، پھر میں نے اس نوری انسان سے پوچھا کہ آپ کون ہیں؟ انہوں نے جواب دیا ''میں تیرا وہ درود پاک ہوں جو تو نے دنیا میں اللہ تعالیٰ کے پیارے حبیب ﷺ پر پڑھا، اب تو فکر نہ کر میں تیرے ساتھ ہی رہونگا قبر میں، حشر میں، پل صراط، میزان پر ہر مشکل مقام پر تیرے ساتھ رہوں گا اور تیرا مددگار رہوں گا۔

پانچ سو درہم ملنے کا واقعہ

ایک شخص کے ذمہ پانچ سو درہم قرضہ تھا، مگر حالات ایسے تھے کہ وہ قرضہ ادا نہیں کرسکتا تھا، اس کو نبی ﷺ کا عالم رویا میں دیدار نصیب ہوا تو اس نے اپنی پریشانی کی شکایت کی، حضور ﷺ نے اپنے امتی کی پریشانی کی کہانی سن کر فرمایا: ''تم ابوالحسن کیسائی کے پاس جاؤ وہ نیشاپور میں ایک سخی مرد ہے ہر سال دس ہزار غریبوں کو کپڑے دیتا ہے، میری طرف سے انہیں کہو کہ وہ تمہیں پانچ سو درہم دے دیں اور اگر کوئی نشانی طلب کرے تو کہہ دینا کہ تم ہر روز دربار رسالت ﷺ میں سو بار درود شریف کا تحفہ حاضر کرتے ہو مگر کل تم نے درود پاک نہیں پڑھا، وہ شخص بیدار ہوا اور ابوالحسن کیسائی کے پاس پہنچ گیا اور اپنا حال زار بیان کیا مگر اس نے کچھ توجہ نہ دی، پھر حضور ﷺ کا پیغام دیا تو اس نے نشانی طلب کی اور جب نشانی بیان کی تو ابوالحسن سنتے ہی تخت سے زمین پر گر پڑا اور دربار الٰہی میں سجدہ شکر ادا کیا اور پھر کہا ''اے بھائی! یہ میرے اور اللہ تعالیٰ کے درمیان ایک راز تھا کوئی دوسرا اس راز سے واقف نہ تھا واقعی کل میں درود پاک پڑھنے سے محروم رہا تھا۔ پھر ابوالحسن کیسائی نے اپنے کارندوں کو حکم دیا کہ اسے پانچ سو کے بجائے دو ہزار پانچ سو درہم دے دو اور ابوالحسن کیسائی نے عرض کیا اے بھائی! یہ ہزار درہم آقائے دوجہاں ﷺ کی طرف سے پیغام اور بشارت لانے کا شکرانہ ہے اور یہ ہزار درہم آپ کے یہاں قدم رنجہ فرمانے کا شکرانہ ہے اور پانچ سو درہم سرکار ﷺ کے حکم کی تعمیل ہے اور مزید کہا کہ آپ کو آئندہ کوئی ضرورت ہو تو میرے پاس تشریف لایا کریں۔

ایک روایت میں ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ قیامت کے روز تم میں سے وہ شخص ہر مقام اور ہر جگہ پر میرے زیادہ قریب ہوگا جس نے تم میں سے مجھ پر درود پاک کی کثرت کی ہوگی اور تم میں سے جمعہ کے دن اور جمعہ کی رات مجھ پر درود پاک پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کی سو حاجتیں پوری فرمائے گا ستر حاجتیں آخرت کی اور تیس دنیا کی۔

روایت ہے کہ آقائے دوجہاں ﷺ نے فرمایا جو شخص مجھ پر درود بھیجتا ہے اس پر اللہ کے فرشتے درود بھیجتے ہیں اس پر اللہ خود درود بھیجتا ہے اس کے لیے ساتوں زمینوں اور آسمانوں کی ہر چیز چرند پرند شجر وحجر دعا کرتے ہیں جو ایک بار درود شریف پڑھے اللہ تعالیٰ اس پر دس رحمتیں بھیجتا ہے اس کے دس گناہ معاف کردیتا ہے اس کے لیے دس نیکیاں لکھے گا اس کے دس درجات بلند کرے گا۔ اب تمہاری مرضی ہے کہ تم مجھ پر درود شریف کم پڑھو یا زیادہ۔ ان گنت درود شریف ایسے ہیں جو آخرت میں فلاں اور بھلائی حاصل کرنے کے ساتھ دنیاوی حاجات کیلئے بھی نفع بخش ہے۔

درود شفائے قلوب

یہ درود شفاء پڑھنے سے روحانی وجسمانی بیماریوں کو شفاء ملتی ہے خاص کر جس شخص کو شیطانی وساوس بہت تنگ کرتے ہو اور نیک کاموں پر مائل ہونے میں نفس رکاوٹ ڈالتا ہو تو اس درود پاک کو کثرت سے پڑھنے سے سب وسوسے ختم ہوجائیں گے ایسی جسمانی بیماری جس کا طبیبوں سے علاج نہ ہوتا ہو اس کیلئے اس درود پاک کو چالیس دن تک روزانہ ایک سو مرتبہ پڑھنے سے انشاءاللہ بیماری کا بہتر حل ہوجائیگا۔ جو شخص دل کے کسی مرض میں مبتلا ہو تو اسے چاہیے کہ 315 مرتبہ گیارہ دن تک بعد نماز فجر یہ درود شریف پڑھے انشاءاللہ دل کی ہر قسم کی بیماری سے نجات مل جائیگی۔

درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَآئِهَا وَعَافِيَةِ الْاَبْدَانِ وَشِفَآئِهَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِيَآئِهَا وَعَلٰى اٰلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلِّمْ۔

سنت نبویؐ اور جدید سائنس .... دو کالم

معمولات نبوی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم ہمارے لیے نمونہ

نیند اللہ تعالیٰ کی نعمتوں میں بہت بڑی نعمت ہے' اگر ہم سوتے وقت آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طریقے کو مدنظر رکھتے ہوئے سوئیں تو ہمیں دنیاوی لحاظ سے فائدہ پہلے ہوگا اور ایک سنت زندہ کرنے کا ثواب بھی ملے گا جو کہ سو شہیدوں کے برابر ہے

آج کا دور ترقی یافتہ اور مہذب کہلاتا ہے جتنا دور ترقی یافتہ ہے اخلاقی اور سماجی لحاظ سے اتنا ہی گراوٹ کا شکار ہے ہر طرف نفسانفسی کا عالم ہے۔ انسان اتنی ترقی کر چکا ہے کہ اپنے آپ ہی کو بھول گیا ہے۔ شاید کہ انسان یہ سمجھتا ہے کہ اس نے اپنے پیدا کرنے والے پالنہار اللہ کو بھلا دیا ہے' حالانکہ ایسا نہیں جب انسان اللہ کو بھلا دیتا ہے تو حقیقتاً میں وہ اپنے آپ کو بھلا دیتا ہے۔ اور اللہ انسان کو کبھی نہیں بھلاتا۔ دنیا میں جتنے بھی انسان آئے ان سب میں کامل ترین ذات حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی ہے۔ آج انسان سمجھتا ہے کہ میں نے جہاز اڑانا اور خلاؤں میں سمندروں میں تیرنا سیکھ لیا ہے تو میں نے ترقی کر لی اور میں کامل ہوں حالانکہ ایسا کچھ بھی نہیں یہ سب انسان کی خام خیالی ہے جب اجل کا فرشتہ (موت کا فرشتہ) آئے گا تو دنیا خواب وخیال کی طرح معلوم ہوگی اور اصل زندگی واحتساب مرنے کے بعد شروع ہوگا۔

انسان صبح سے لے کر شام تک اپنے معمول مکمل کرتا ہے اور رات کو بستر لگا کر سو جاتا ہے۔ سوائے چند خوش نصیبوں کے باقی جانوروں کی طرز زندگی گزار کر اس فانی دنیا سے کوچ کر جاتے ہیں' "نہ تو دنیا کام آئی اور نہ ہی آخرت بنی"۔

قارئین! آپ چاہے کسی بھی شعبے سے تعلق رکھتے ہوا گر آپ سب قارئین حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زندگی کا بغور مطالعہ کسی مستند عالم دین کی کتاب جو کہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زندگی گزارنے کے طریقہ پر لکھی گئی ہو کریں اور آزمائیں آپ کو بہت فائدہ ہوگا۔ میں اپنا مضمون مختصراً انداز میں لکھنا چاہوں گا کیونکہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زندگی ہمارے لیے نمونہ ہے اور پھر اس موضوع پر مستقل باب والی کتاب بنانے پڑے گی۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کا ایک واقعہ مشہور ہے کہ کسی غیر مسلم نے آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے پوچھا کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کتنی عبادت کرتے ہیں؟ تو آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے جواب دیا دن رات ہی عبادت کرتے ہیں تو اس غیر مسلم (یہودی) نے کہا کہ آپ رضی اللہ عنہٗ تعالیٰ کھاتے پیتے نہیں' سوتے نہیں تو حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا میں اپنا سارا کام' معمول اپنے پیارے نبی حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طرز پر کرتا ہوں۔ میرا سو فیصد نہیں بلکہ اس سے بھی زیادہ یقین ہے کہ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی طرز زندگی اپنانے میں ہمیں فائدہ ہی فائدہ ہے۔ آئیں دیکھیں!

سونا: نیند اللہ تعالیٰ کی نعمتوں میں بہت بڑی نعمت ہے' اگر ہم سوتے وقت آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طریقے کو مدنظر رکھتے ہوئے سوئیں تو ہمیں دنیاوی لحاظ سے فائدہ پہلے ہوگا اور ایک سنت زندہ کرنے کا ثواب بھی ملے گا جو کہ سو شہیدوں کے برابر ہے۔ داہنی کروٹ سونے سے انسان بے پردگی کے ساتھ بہت سی بیماریوں جو کہ انسانی زندگی کو متاثر کرتی ہیں بچ جاتا ہے۔ داہنی کروٹ سونے سے دل کے اٹیک' بلڈ پریشر' سوتے وقت سانس کا بند ہونا' گھبراہٹ' بے چینی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر آپ چت بالکل سیدھے سوئیں تو آپ کو سانس لینا مشکل ہوگا' اسی طرح اگر آپ بائیں کروٹ سوئیں تو آپ کے دل پر دباؤ بڑھ جائیگا اور دل کو خون پمپ کرنے کیلئے زیادہ زور لگانا پڑے گا جس کے نتیجے میں گھبراہٹ اور سانس کا رکنا اور ڈراؤنے خواب آنا جیسے امراض پیدا ہوتے ہیں۔

مسواک: مسواک آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی سنت ہے اور اس پر کافی تحقیق ہوئی ہے جو لوگ مسواک استعمال کرتے ہیں انہیں دانتوں میں ٹھنڈا گرم لگنا' گلے کی بیماریاں' ٹانسلز کا بڑھ جانا' معدے کی جلن' پیٹ کی بیماریاں' انتڑیوں کی خشکی و دیگر بیماریاں' ناک' کان کے مسائل جیسی بیماریوں کا سامنا کم سے کم کرنا پڑتا ہے۔ ٹوتھ پیسٹ مصنوعی ہے اور برش جراثیم کی آماجگاہ جو لوگ برش استعمال کرتے ہیں ان کے دانتوں کا قدرتی خلا بڑھ جاتا ہے اور دانتوں کی قدرتی پالش خراب ہوتی ہے اور انہیں مندرجہ بالا مسائل اور بیماریوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

وضو: وضو کے بے شمار فوائد ہیں جو لوگ باوضو رہتے ہیں وہ بے شمار بیماریوں سے بچے رہتے ہیں' جن لوگوں کو بلڈ پریشر کا مرض ہے ان کیلئے وضو سے بہتر کوئی نعم البدل نہیں ہے۔

پانی پینا: پانی پینا بظاہر چھوٹی سی حرکت ہے اگر آپ اس کو حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طریقے کے مطابق پیئیں تو بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں' جو لوگ کھڑے ہو کر پانی پیتے ہیں ان کا معدہ خراب ہو جاتا ہے' مثانہ کی کمزوری' پیشاب کا یکدم تیز ہونا' قطروں کا نکلنا جیسے مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے' پانی بسم اللہ پڑھ کر' بیٹھ کر' دیکھ کر' تین سانسوں میں پیئیں اور پینے کے بعد الحمدللہ پڑھیں۔ (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

روحانی کیفیت .... ایک کالم
اصل تحریر میں نام شائع ہے

روحانی کیفیت

پوشیدہ

اب تجھے بلانے آیا ہوں' آجا بس......آجا بس......آجا......
رات کے اندھیرے میں تیرے سوا کوئی نہیں دیکھ رہا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بندہ رات کو جب سویا تو سوتے وقت ارادہ کیا کہ آج سے انشاء اللہ معمول سے ایک گھنٹہ قبل اٹھ کر اللہ سے راز و نیاز کی باتیں کرونگا اور اس سے اپنے گناہوں کی معافی مانگوں گا اور اللہ سے کہوں گا یا اللہ مجھے آپ سے اور آپ کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سے اپنی جان مال اور اولاد' ماں باپ سے بھی زیادہ محبت ہے۔ الحمدللہ بندہ معمول سے ایک گھنٹہ قبل اٹھ گیا' تہجد پڑھی' صلوٰۃ التوبہ پڑھی اور اس کے بعد بہت زیادہ دیر دعا میں اللہ کو پکارتا رہا' اللہ میری ہر پکار کا جواب دیتا رہا' میں مانگتا رہا وہ دیتا رہا' میں بخشش طلب کرتا رہا' وہ بخشتا گیا' میں گناہوں سے معافی مانگتا رہا وہ معاف کرتا رہا' جو بھی میں مانگتا گیا وہ لبیک کہتا گیا' پھر دعا میں ایک ایسی کیفیت پیدا ہوگئی یا اللہ میں قسم اٹھا کر کہتا ہوں مجھے سب سے زیادہ تیرے ساتھ اور تیرے رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے ساتھ محبت ہے حتیٰ کہ میں نے بھی سورۂ یٰسین پر ہاتھ رکھ کر قسم اٹھائی کہ یا اللہ مجھے آپ سے اور آپ کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم سے محبت ہے اب میں مانگتا جا رہا ہوں وہ دیتا جا رہا ہے' پھر ایک ایسی کیفیت بنی میں بارگاہ الٰہی میں التجا کی درخواست کی یا اللہ دنیا کے جھوٹے عاشقوں کا قانون ہے کہ وہ اپنے محبوب کو یا عاشق کو بلاتے ہیں اگر وہ ناراض ہو تو منتیں کرتے ہیں واسطے دلواتے ہیں تو وہ عاشق و محبوب اپنے معشوق و محب کی آواز پر لبیک کہتا ہے' ساری غلطیاں بھلا کر نئے سرے سے محبت کا آغاز کرتے ہیں تو یا اللہ میں بھی اب تک تجھ سے دور رہا اب تجھے بلانے آیا ہوں' آجا بس......آجا بس......آجا......رات کے اندھیرے میں تیرے سوا کوئی نہیں دیکھ رہا' بس اب آجا...... اب تو خلوت ہوگئی' یا اللہ آجا......میں تجھے راضی کرنے آیا ہوں' تو راضی ہو جا' تو دل سے ایک دم آواز آتی ہے بس اب اللہ راضی ہو گیا خدا کی قسم سے کہتا ہوں اس آواز کو میں نے دل کے کانوں سے سنا کہ اے میرے بندے میں تجھ سے راضی ہو گیا ہوں' تو پھر محبوب محب جب محبت کرتے ہیں تو پھر محبت میں بے تکلفی بھی ہوا کرتی ہے تو میں نے فوراً دعا میں اپنے محبوب اللہ سے درخواست کی یا اللہ! اگر میری یہ ادا تجھے پسند آئی ہے تو پھر مجھے اپنے محبوب رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زیارت نصیب فرما دے تو اسی رات معمولات سے فارغ ہو کر جب میں سو گیا تو جوں ہی آنکھ لگی تو کیا دیکھتا ہوں حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم میرے گھر تشریف لائے ہیں ایک آدمی نے میرے کمرے کا دروازہ کھولا اور پاؤں پکڑ کر جگایا اٹھو حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم تشریف فرما ہیں تو بندہ اٹھ کر بیٹھ گیا۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ستمبر کے جوابات

1۔محترم بھائی! آپ کی اس وقت جو کیفیت ہے آج سے تقریباً چھ ماہ پہلے میری والدہ کی بھی یہی کیفیت تھی۔عبقری میں ایک مضمون چھپا تھا چھاتی کے کینسر سے نجات کے حوالے سے۔اس میں بتایا گیا تھا کہ ایک لفظ حٰمٓ لَا یُنْصَرُوْن سارا دن کھلا پڑھنا ہے۔میری والدہ نے وہ مضمون پڑھ کر لفظ حٰمٓ لَا یُنْصَرُوْن کھلا پڑھنا صرف چالیس دن ہی پڑھا تھا کہ میری والدہ کا بریسٹ کینسر ٹھیک ہوگیا آپ بھی یہ لفظ کھلا پڑھیں۔اس کے علاوہ آپ صبح نہار منہ دار چینی کا قہوہ بنا کر ایک کپ میں آدھا لیموں نچوڑ کر تقریباً چالیس دن مسلسل پئیں۔انشاء اللہ آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔**(محمد شریف' قصور)**

2۔محترمہ آپ رات کو سونے سے پہلے خالص دیسی گھی کے دو دو قطرے نیم گرم کرکے ناک کے دونوں نتھوں میں ڈالیں اور سانس کے ذریعے اس کو اوپر کھینچیں۔یہ بظاہر بہت چھوٹا ٹوٹکہ ہے لیکن اگر میں اس کے فوائد لکھنے بیٹھ جاؤں تو پوری ایک کتاب بن سکتی ہے' لہٰذا آپ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے یہ ٹوٹکہ استعمال کریں انشاء اللہ آپ کے تمام مسائل کا حل اسی ٹوٹکہ میں موجود ہے۔**(فرحین' لاہور)**

3۔بہن! آپ کوشش کریں کہ ہر وقت باوضو رہیں اور جب بھی آدھے سر کا درد ہو اپنی انگلی سے جس جگہ درد ہو رہی ہو وہاں ''کہف'' لکھیں۔انشاء اللہ اس عمل سے ہی آپ کے سر کی درد ٹھیک ہوجائے گی۔اس کے علاوہ آپ خالص زیتون کے تیل کو نیم گرم کرکے سر کے جس حصے میں درد ہے اس طرف کے ناک کے نتھنے میں دو قطرے ڈالیں۔یہ عمل تقریباً چالیس دن کریں آپ کا مسئلہ حل ہوجائیگا۔**(جاوید' کراچی)**

4۔آپ فوری طور پر بادی' تلی اور بیکری کی اشیاء سے پرہیز شروع کردیں اور ٹھنڈی اور نرم غذائیں استعمال کریں۔یہ غلیظ بیماری مجھے بھی تھی تو میں نے عبقری کے دفتر سے ''پوشیدہ کورس'' منگوا کر کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کیا الحمدللہ میں اب بالکل ٹھیک ہوں آپ کو بھی میں پوشیدہ کورس استعمال کرنے کا مشورہ دوں گی۔**(روبینہ' راولپنڈی)**

اکتوبر کے سوالات

1۔محترم قارئین السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ جب میں 13 سال کی تھی تب سے میرے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں اور اب میں 17 سال کی ہوں ان دانوں کا میں نے بہت علاج کروایا لیکن کوئی فرق نہیں پڑا' دانے مستقل نکلتے ہی رہتے ہیں' چہرے پر داغ' دھبے ہو رہے ہیں اور میرے چہرے پر چھوٹے چھوٹے سوراخ بھی ہو رہے ہیں' میں بہت پریشان ہوں' کوئی اچھا سا حل بتایئے جس سے میرے دانے نکلنا بند ہوجائیں' چہرا صاف ہوجائے اور میرے چہرے پر خارش بھی ہوتی ہے جسم پر بھی خاص طور سے چہرے پر سوراخوں کے بارے میں ضرور بتایئے گا' آپ کی بہت بہت مہربانی ہوگی۔**(جویریہ' کراچی)**

2۔محترم قارئین! میری ایک قریبی عزیزہ کے ساتھ ایک مسئلہ ہے' عزیزہ شادی شدہ اور بال بچوں والی ہے' اپنے خاوند کی دل وجان سے خدمت کرتی ہے اور ان سے محبت کرتی ہے' ان کی خواہشات کا خیال رکھتی ہے اور اپنا آرام قربان کرکے انہیں آرام اور سکون مہیا کرنے کی کوشش کرتی ہے' الغرض ان پر اپنی جان چھڑکتی ہے اس تمام خدمت کے صلے میں اپنے شوہر سے صرف مسکراہٹ اور ہمدردی کی طالب ہوتی ہے مگر شوہر سے یہ چیزیں اسے طویل عرصے بعد کبھی کبھار ملتی ہیں' شوہر بالکل کم گو ہیں' شروع سے کم گو تھے گھریلو امور پر ان سے بات تک نہیں کرتے' عزیزہ چونکہ حساس طبیعت کی مالک اس سے خاوند کا یہ رویہ برداشت نہیں ہوتا' اس تلخ رویے پر ان کی آنکھوں میں تنہائی کے وقت آنسو بہتے رہتے ہیں' اس حوالے سے کوئی مجرب وظیفہ بتائیں۔**(ایک بندہ خدا' ڈیرہ غازیخان)**

3۔میرے گھٹنوں میں درد ہے اور کافی انگریزی ادویات استعمال کیں ہیں مگر صرف وقتی طور پر آرام آتا ہے بعد میں وہی حال ہوجاتا ہے۔نماز پڑھنے میں بہت تنگی ہوتی ہے جس کی وجہ سے میں بعض اوقات لیٹ کر نماز پڑھتی ہوں۔قارئین سے میری گزارش ہے کہ براہ مہربانی کوئی مفید نسخہ برائے درد گھٹنا بتادیں۔دعاؤں میں یاد رکھیں۔میری عمر تقریباً 50 سال ہے۔**(مسز یوسف کھوکھر' اٹک)**

مناقب صحابہ واہل بیت رضی اللہ عنہم

انتخاب: مکی احمد پوری

حضرت ابو برزہ رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: آدمی کے دونوں قدم (روز قیامت) اس وقت تک استقامت نہیں پاتے جب تک اس سے چار چیزوں کے بارے میں سوال نہ کرلیا جائے اس کے جسم کے بارے میں کہ کس چیز میں اس نے اس کو امتحان میں ڈالا اور اس کی عمر کے بارے میں کہ اس چیز میں اس نے اس کو فنا کیا اور اس کے مال کے بارے میں کہ کہاں سے اس نے اسے کمایا؟ اور کس چیز میں اس نے اس کو خرچ کیا؟ اور اہل بیت کی محبت کے بارے۔پس عرض کیا گیا: یارسول اللہ ﷺ! آپ ﷺ کی محبت کی کیا علامت ہے؟ تو آپ ﷺ نے اپنا دست اقدس حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کے کندھے مبارک پر مارا۔**(امام طبرانی)**

☆حضرت مسور بن مخرمہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: فاطمہ (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) میرے جسم کا ٹکڑا ہے پس جس نے اسے ناراض کیا اُس نے مجھے ناراض کیا۔**(امام بخاری)** حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرمایا: بیشک اللہ تعالیٰ تیری ناراضگی پر ناراض ہوتا ہے اور تیری رضا پر راضی ہوتا ہے۔''**(حاکم' طبرانی)**

☆حضرت جمیع بن عمیر تیمی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ میں اپنی پھوپھی کے ہمراہ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی خدمت میں حاضر ہوا اور پوچھا: حضور نبی اکرم ﷺ کو کون زیادہ محبوب تھا؟ ام المومنین رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا: فاطمہ سلام اللہ علیہا۔عرض کیا گیا: مردوں میں سے (کون زیادہ محبوب تھا)؟ فرمایا: ان کے شوہر' جہاں تک میں جانتی ہوں وہ بہت زیادہ روزے رکھنے والے اور راتوں کو عبادت کرنے والے تھے۔''**(امام ترمذی' امام حاکم)**

☆ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا: حضور نبی اکرم ﷺ نے سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرمایا: اے فاطمہ! (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) کیا تو اس بات پر راضی نہیں ہے کہ تم مسلمان عورتوں کی سردار ہو یا میری اس امت کی سب عورتوں کی سردار ہو۔'' **(متفق علیہ حدیث)**

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَارَءُوْفُ یَاوَاسِعُ یَااَللّٰہُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مراقبے سے میں نے بہت فیض پایا' میں تقریباً دو سال سے مسلسل مراقبہ کر رہی ہوں۔ شروع شروع میں توجہ دھیان کم ہی رہا' اور آہستہ آہستہ میں نے کنٹرول کر لیا۔ الحمدللہ میری جو کیفیات ہیں جو کہ حسب ذیل ہیں:۔ میں اللہ پاک کے خاص کرم سے حج پر گئی اور حج سے فارغ ہو کر جب مدینہ منورہ پہنچی تو وہاں میں نے درود شریف کثرت سے پڑھنا شروع کیا اور مراقبہ کیا ابھی مراقبے کی نیت ہی کی تھی کہ آنکھوں کے سامنے ایک عظیم الشان شخصیت آتی ہے جو مجھے معلوم ہوتی ہے یہ کون شخصیت ہے لیکن مجھے یقین نہیں آتا کہ میں کہاں گنہگار سی' بیکار سی اللہ پاک کی بندی اور کہاں یہ ہستی......! میں اس قابل نہیں' کہیں کوئی خطا نہ کر بیٹھوں' میری یہ اوقات تو نہیں۔ میں کیا دیکھتی ہوں کہ میں مسجد نبوی ﷺ میں پہنچی ہوں اور جالیوں کے پاس پہنچی ہوں تو یوں لگا کہ جیسے کوئی دروازہ ہے اور وہ کھل رہا ہے ایسا لگ رہا تھا کہ جیسے روزہ مبارک کا راستہ ہے لیکن اندھیرا لگ رہا ہے میں اندر جانا چاہتی ہوں کہ سوچتی ہوں کہ اگر اندھیرا نہ ہو تو میں اندر ضرور جاؤں' شاید میرا اندر جانا درست نہیں ہے لیکن ایسا ہوا کہ روشنی ہو گئی اس کے بعد میں اندر داخل ہو جاتی ہوں اور ساتھ ہی بائیں ہاتھ کو ہو جاتی ہوں اس طرف کو ایک بیٹھک سی بنی ہوئی ہے یہاں پر ہلکی سی سنہری روشنی ہے بڑا خوبصورت منظر ہے' یہاں پر دو خوبصورت کرسیاں نما ہیں یعنی تخت سمجھ لیں تو دیکھتی ہوں کہ سامنے والے تخت پر ایک عورت بیٹھی ہیں مجھے لگا کہ یہ کوئی عام عورت نہیں وہ بات سچ ہوئی کہ آواز آئی کہ یہ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہیں وہ دور سے مسکراتے ہوئے مجھے اپنے پاس بلاتی ہیں میں جا کر ان کے قدموں میں بیٹھ گئی ہوں' انہوں نے میرے سر پر پیار دیا ہے' نبی کریم ﷺ پاس ہی تشریف فرما ہیں میں نے ان کی طرف دیکھا ہی تھا کہ تھوڑی ہی دیر میں میں نے ان کو سلام کیا۔

اگلا منظر یہ تھا کہ نبی کریم ﷺ اور حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا باہر ممبر کے پاس دیکھتی ہوں اور میں باہر صحن کی طرف سے ممبر کے پاس پہنچی ہوں اور نبی کریم ﷺ مجھے اپنے قریب بلا رہے ہیں اور یوں بازو پھیلائے جیسے ایک باپ اپنی بیٹی کو پیار سے بلا رہا ہو' میں خود کو سنبھالتی ہوئی آپ ﷺ کے قریب پہنچتی ہوں اور آپ ﷺ نے مجھے اپنے ساتھ لگا لیا۔

اس کے بعد حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے اپنے بلایا تو میں ان کے قدموں میں جا بیٹھی اور انہوں نے پاس سے دو انگوٹھیاں مجھے دی ہیں اور میرے ہاتھوں میں رکھی ہیں تو میں ایک دم کہتی ہوں کہ میں نے اب اللہ پاک سے بیٹیاں نہیں بیٹے لینے ہیں' تو ہنستے ہنستے وہ انگوٹھیاں واپس لے لیتی ہیں اور دو عدد سفید موتی میرے ہاتھوں میں رکھ دیتی ہیں' میں ان سے لے لیتی ہوں۔ پھر حضور نبی کریم ﷺ کی خدمت میں پیش ہوئی اور عرض کرتی ہوں کہ یارسول اللہ ﷺ آپ سے دعا کروانا چاہتی ہوں کہ اللہ پاک ہمیں نیک صالح جڑواں بیٹے دے دے تو انشاء اللہ تعالیٰ انہیں دین کی خدمت میں لگائیں گے' دین کی خدمت کا موقع مل جائے گا تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ سے منوا کر تو آئی ہو۔ میں نے عرض کی کہ اگر آپ ﷺ آمین فرما دیں تو دل کو تسکین ہو جائے گی تو آپ ﷺ نے مسکراتے ہوئے آمین فرمائی۔

فرزانہ صغیر

رحمت خداوندی اور ہمارے گناہ

ایک شخص نے پوچھا کہ میری ایک بیٹی ہے جس سے مجھے بہت محبت ہے میں اس کا نکاح کیسے آدمی سے کروں؟

ایک بزرگ نے فرمایا کہ کراچی کے ایک کروڑ انسانوں کا پیشاب ونجاست سمندر میں جاتا ہے۔ ایک موج آتی ہے اور سب کو پاک کر دیتی ہے۔ سمندر کی ایک موج میں اللہ تعالیٰ نے یہ طاقت دیدی ہے تو اللہ تعالیٰ کی رحمت کے غیر محدود سمندر کی ایک موج ہمارے گناہوں کو کیسے پاک نہ کر دے گی۔ لہٰذا کسی بھی حالت میں رحمت خداوندی سے مایوس نہ ہوں۔

حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ سے ایک شخص نے پوچھا کہ میری ایک بیٹی ہے جس سے مجھے بہت محبت ہے میں اس کا نکاح کیسے آدمی سے کروں؟

آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ اس کی شادی کسی ایسے آدمی سے کرو جو اللہ سے ڈرتا ہو' کیونکہ اس طرح کے آدمی کو اگر آپ کی بیٹی سے محبت ہو گی تو اس کی عزت کرے گا' نفرت ہو گی تو اس پر ظلم نہیں کرے گا۔ رشتوں کے متعلق شریعت کا یہی معیار ہے کہ دین اور تقویٰ کو پیش نظر رکھا جائے کہ حسن و جمال اور مال و دولت ختم ہونے والی چیزیں ہیں جبکہ دینداری باقی رہنے والی ہے۔

دنیا کی محبت چند روزہ ہے چونکہ دن دنوں کی بہار اور دھوکہ کا سامان ہے یہاں کی کھیل کود آرائش و زیبائش مال و دولت سب کچھ فانی اور ناپائیدار ہے۔ دنیا کی مثال اس کھیتی کی سی ہے جو پہلے سرسبز و شاداب ہوتی ہے۔ پھر زرد ہوتی ہے اور آخر کار کٹ کر چورا چورا ہو جاتی ہے۔ دنیا عمل کیلئے۔۔۔۔۔ قبر آرام کیلئے۔۔۔۔ اور جنت راحت کیلئے ہے۔ حقیقی شکر یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کی نعمتوں کو فرمانبرداری میں استعمال کیا جائے۔ ہر وقت دنیا کی فکر روح کو مردہ اور آخرت کی فکر روح کو جالا بخشتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کی رحمت بخشش کے بہانے ڈھونڈتی ہے۔ اپنے نفس سے خیر خواہی یہی ہے کہ اسے اللہ کی فرمانبرداری میں مصروف رکھا جائے۔ علم و معرفت کا ثمر یہ ہے کہ آدمی اپنے آپ کو پہچان لے۔ طلاق سے اللہ کا عرش ہل جاتا ہے اور دو خاندانوں کا شیرازہ بکھر جاتا ہے۔ عقلمندی یہی ہے کہ عقل شریعت کے تابع فرمانبردار ہو جائے۔ اصلاح کا آسان طریقہ یہی ہے کہ صحیح اللہ والوں کی محبت کو لازم کر لیا جائے۔



قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی‘ جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں‘ اپنے معمولی سے تجربے کا بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں‘ نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

موت کے قرب کی علامات

(نصیر احمد‘ ایبٹ آباد)

منہ کا کھلا رہنا‘ آنکھوں کا پتھرایا ہوا معلوم ہونا‘ ناک کا مڑجانا‘ چہرہ پر پریشانی کے آثار‘ سینہ پر بلغم کی زیادتی اور اس کا اخراج نہ پانا اور گنگھرو کی سی آواز کا پیدا ہونا‘ مریض کا بے ربط باتیں کرنا‘ ہاتھ پاؤں میں کھچاؤ اور سکت کا نہ پایا جانا‘ نبض کا عام طور پر غلی ہوجانا اور پیشاب میں سیاہی کا پیدا ہوجانا۔ یہ خطرناک علامات ہیں ان علامات کو جان کر یہ نہیں کہنا چاہیے کہ مریض فوت ہوجائیگا بلکہ خطرہ کی شدت کا اظہار کردینا چاہیے۔ موت کا ذکر اس لیے نہیں کرنا چاہیے کہ زندگی اور موت اللہ کے ہاتھ میں ہے۔ اکثر قریب المرگ مریضوں کو صحت یاب ہوتے دیکھا گیا ہے۔

اسی ضمن میں ایک واقعہ یاد آ گیا۔ ایک گاؤں کے خان صاحب کے سامنے جب بھی کسی شخص کی بیماری کی بات چلتی تو وہ اپنے والد مرحوم کا قصہ بیان کرتے اور کہتے کہ واقعی جب مالک الملک شفاء دینے پر آجائے تو مٹی کی چٹکی سے بھی شفاء دے دیتا ہے۔ جب نہ دینا چاہے تو سارے ڈاکٹر اور حکیم اور عامل جمع ہوجائیں تو صحت نہیں مل سکتی۔ کہنے لگے کہ ان کے والد مرحوم گھی وغیرہ خوب کھایا کرتے تھے لسی اور دہی کا استعمال بھی روزانہ ہوتا تھا۔ چلم بہت پیا کرتے تھے‘ کھانسی شروع ہوگئی۔ ہسپتال لے گئے‘ ڈاکٹروں نے چیک کیا‘ ایکسرے نکالے‘ بلغم ٹیسٹ کیا تو بیماری تپ دق نکلی۔ ہسپتال داخل کردیئے گئے‘ میڈیکل سپرنٹنڈنٹ صاحب بہت ہی قابل ڈاکٹر تھے اور ٹی بی سپیشلسٹ تھے۔ ہر مریض کا بڑا احترام اور خیال کرتے تھے۔ دن میں کئی کئی بار مریضوں کے پاس جاکر حال پوچھتے‘ ان کے والد صاحب چار پانچ ماہ داخل رہے مگر صحت یاب نہ ہوئے‘ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ ہم سب بہت پریشان تھے کہ ایک دن ڈاکٹر نے ہمیں بلایا اور کہا معلوم ہوتا ہے کہ یہ چند دن کے مہمان ہیں آپ ان کو گھر لے جائیں۔ بے ہوشی کے عالم میں ہم نے ان کو اپنی چارپائی پر ڈالا‘ جب گاڑی پر بٹھانے لگے تو ان کو ہوش آیا اور کہنے لگے کدھر لے جارہے ہو؟ ہم نے کہا کہ ڈاکٹروں نے بتایا ہے کہ آپ صحت یاب ہوگئے ہیں‘ بالکل ٹھیک ٹھاک ہیں اور گھر لے جارہے ہیں‘ بڑے خوش ہوئے اور پھر بے ہوش ہوگئے جب گاؤں پہنچے تو گاڑی سے اتارتے وقت ہوش آگیا‘ ان کی نظر مکئی کی فصل پر پڑی‘ فوراً کہا کہ گھر پہنچ کر مجھے سٹے کھلاؤ اور تریڑی (دیہاتوں میں کھیرے کی قسم کی ہوتی ہے مگر سائز میں بہت ہی بڑی ہوتی ہے) کھلاؤ مکئی کی فصل کاٹنے کے قریب تھی اور تریڑیاں تو بے شمار تھیں مگر وہ بھی پک کر ترش ہوگئی تھیں‘ سٹے تو وہ کھا ہی نہیں سکتے تھے بمشکل دلیہ یا یخنی حلق سے اترتی تھی‘ تریڑی کھٹی تھی‘ کھٹی اشیاء سختی سے منع تھیں جب بھی وہ ہوش میں آتے تو دو چیزیں مانگتے‘ ہم ٹالتے رہے‘ عزیز رشتہ دار یہ سن کر کہ ڈاکٹروں نے لاعلاج قرار دے دیا ہے اکٹھے ہوگئے‘ ہمارا گھر ماتم خانہ بنا ہوا تھا‘ قبر کھود کر تیار کردی گئی‘ سانس نکلنے کے منتظر تھے کیونکہ ایسا بیمار کسی وقت بھی رخصت ہوسکتا ہے‘ سب انتظامات مکمل کردیئے گئے‘ ہم سب گھر والے ایک قریبی رشتہ دار کی شادی پر چلے گئے‘ گھر ایک جوان العمر بہن کو چھوڑا اور اسے ہدایت کی کہ ان کے پاس ہروقت موجود رہنا‘ سونا بالکل نہیں‘ اگر تکلیف کسی وقت زیادہ ہوجائے تو پڑوس سے کسی آدمی کو ہمارے پاس بھیج کر خبر کردینا۔

رات کو والد صاحب نے بڑے پیشاب کا بہانہ بنا کر بیٹی کو کہا کہ کھیتوں میں لے جاؤ‘ وہ لے گئی‘ جس وقت وہاں بٹھایا تو انہوں نے اس کو کہا کہ تم دور جاکر کھڑی ہوجاؤ میں جس وقت بلاؤں گا مجھے لے جانا‘ پیشاب کیا کرنا تھا وہ رات کے اندھیرے میں مکئی کی فصل (ٹانڈوں) کے ساتھ لگی ہوئی بسیل تلاش کرتے رہے کہ جہاں سے تریڑی مل جانے کی امید تھی‘ ان کو تریڑی مل گئی اور انہوں نے وہاں ہی پتھر پر توڑ کر کھانا شروع کردیا‘ چھلکے بھی اور بیج بھی جلدی جلدی کھاتے رہے‘ جب پیٹ بھر گیا تو بہن کو آواز دی کہ آؤ چلیں‘ اس نے لے جاکر بستر پر لٹا دیا‘ دوسرے دن ہم واپس آئے‘ والد صاحب بدستور بے ہوش تھے‘ سارا دن ہوش نہ آیا‘ بڑے پریشان ہوئے‘ رشتہ داروں کو اطلاع کردی گئی کہ حالت نازک ہے‘ سب جمع ہوگئے آدھی رات کو قے شروع ہوگئی‘ تریڑی کے تخم اور چھلکے نکلنے لگے‘ ہم نے بہن کو خوب بے عزت کیا کہ تم نے کیوں خیال نہ رکھا؟ یہ چند دن اور زندہ رہ سکتے تھے اب نہیں بچ سکتے‘ بے ہوشی کے عالم میں تھوڑی تھوڑی دیر بعد قے ہوجاتی‘ آخر خاموش ہوکر لیٹے رہے‘ دوسرے دن دوپہر کے وقت آنکھ کھولی اور روٹی مانگی‘ ہم نے دلیہ وغیرہ اور یخنی پیش کی‘ انہوں نے پلیٹ اٹھا کر فرش پر دے ماری اور کہا کہ میں روٹی مانگ رہا ہوں اور تم یہ کیا کھلا رہے ہو؟ میری والدہ نے مکئی کی روٹی دودھ میں نرم کرکے پیش کی‘ آدھی روٹی کھا گئے‘ ہم نے سوچا کہ پیٹ میں درد ہوگا کیونکہ مکئی جلد ہضم نہیں ہوتی مگر کچھ نہ ہوا۔ رات کو بھی انہوں نے آدھی روٹی کھائی‘ قہوہ بھی پیا اور سو گئے‘ دوسرے دن پھر تریڑی مانگی‘ ہم نے چھلکے اور بیج دور کرکے ٹکڑے کاٹ کردیدی‘ خوب کھاتے رہے‘ چند دنوں میں بالکل صحت یاب ہوگئے‘ ڈاکٹروں کو جب معلوم ہوا کہ مریض بالکل ٹھیک ہوگیا ہے تو وہ دیکھنے گاؤں آئے ساری بات سننے پر بولے کہ شفاء اللہ کے ہاتھ میں ہے ہم تو ناامید ہوگئے تھے‘ قدرت نے تریڑی میں شفاء رکھ دی‘ پھر کہنے لگے کہ ان کے والد صاحب کافی سال زندہ رہے اور کسی دوسری بیماری میں مبتلا ہوکر وفات پائی۔ میں نے کوئی تجربہ نہیں لکھا اور نہ ہی سنا ہے کہ تریڑی سے ٹی بی کا مرض ختم ہوتا ہے‘ ڈاکٹر صاحبان سے میں نے کئی دفعہ ذکر کیا تو کہنے لگے کہ ان کے جسم کو جس وٹامن کی ضرورت تھی وہ تریڑی میں تھا‘ اسی وجہ سے کمی پوری ہوگئی اور صحت مل گئی۔

میں نے عبقری سے کیا پایا؟

(امتیاز محمد موسوی‘ تحصیل حضرو)

عرض ہے کہ آپ کا رسالہ عبقری کافی عرصہ سے زیر مطالعہ ہے جو معلومات اس رسالہ نے بہم پہنچائی میری 64 سالہ زندگی میں کسی بھی کتاب نے ایسے مفید مشوروں سے نہ نوازا۔ (میں ریٹائرڈ پی او ایف آرڈیننس فیکٹریز کا ملازم ہوں) میرا بے بہا کتابوں سے واسطہ پڑا مگر جس قدر اس رسالہ نے مستفیض کیا بیان سے باہر ہے۔ میں گاؤں کا رہائشی

ہوں لہٰذا درمیان میں باقاعدگی سے رسالے نہیں مل پاتے لیکن جو ملتے ہیں وہ بھی بے بہا خزانہ کی حیثیت رکھتے ہیں۔ اب میں اپنے اوپر آزمائے چند طبی تجربات لکھتا ہوں جس سے مجھے فائدہ ہی کیا مکمل صحت یابی ہوئی۔ میں واہ کینٹ میں تھا' میں نے گردن پر بال بڑھائے ہوئے تھے' سنبھالنے سے تنگ ہوا تو ایک دن نائی کے پاس (جو عمر رسیدہ تلہ گنگ کا تھا) گیا' کہا میری گردن سے بالوں کا صفایا کردو' جب اس نے کنگھی سے بالوں کو کاٹنا چاہا تو کیا دیکھتا ہے پانچ روپے کے سکے کے برابر جگہ صاف......! وہاں بال جھڑ (جس کو ہم بالچرا کہتے ہیں) لگ تھا۔ نائی کہنے لگا کہ اگر یہ کاٹ دوں تو پیچھے کیا بچے گا......؟ مجھے شیشہ دکھایا میں نے کہا بال نہ کاٹو اور اس کا علاج بتاؤ۔ کہنے لگا دوائی بتاتا ہوں مذاق نہ سمجھنا' چند دن تک انشاءاللہ بال آجائیں گے کہنے لگا کسی چارپائی کو جھاڑ کر جو کھٹمل گریں ملو' پہلے تو میں مذاق ہی سمجھا۔ مگر اس کی بار بار تکرار پر جب میں نے یہ کیا تو واقعی تیسرے چوتھے دن بال اگ آئے اور اب تک سلامت ہیں' بالچھڑ میری دائیں مونچھ کو لگا ناک میں روئی دے کر مل دیا بفضل الٰہی وہاں بھی بال اگ آئے۔

پیچش سے فوری نجات: مجھے پیچش کی بیماری لگی' میں نوکر تھا اور فوجی کرنل' بریگیڈیئر ڈاکٹر تھے دوائی لا لا کر دیتے مگر افاقہ نہ ہو رہا تھا۔ تین چار ہفتے میں میں بالکل بے حال ہوگیا' ایک مجھ سے تھوڑی ہی بڑی عمر کا آدمی جڑی بوٹیاں اکھاڑتا رہتا تھا اس نے کہا تم چار پانچ ٹہنیاں اور پتے دانے دار بوٹی دھو کر کھالو' باہر جا کر اس نے مجھے اکھاڑ دی' لیتے ہی پیچش رک گئے' اس نے کہا خونی پیچش بھی انشاءاللہ روک دے گی۔ زیادہ نہ لینا' قبض کردے گی۔ یہ دانے دار بوٹی زمین پر اکثر بچھی ہوئی مل جاتی ہے' پتوں کا رنگ سبز مگر سرخی مائل ہوتا ہے۔ تقریباً چھ انچ کے ایریا میں زمین پر لگی ہوتی ہے۔ باریک سی ٹہنی پر پتے ہوتے ہیں' ٹہنی توڑو تو دودھ نکلتا ہے۔ سرسوں کے تیل میں جلا کر مرہم بنا کر کینسر کے زخم پر لگایا گیا تو وہ ٹھیک ہوگیا۔ حالانکہ ڈاکٹروں نے اس شخص کا آدھا پاؤں کاٹنے کا کہا تھا۔

دمہ کا کامیاب ٹوٹکہ: دمہ کا ایک مریض جو بہت ہی بے حال' میرے والد صاحب مرحوم جو محکمہ تعلیم میں تھے ایک نسخہ اس کو بتایا۔ وہ آدمی اب بھی ٹھیک ہے اور دعائیں دیتا ہے۔ وہ کہتا ہے کہ تمہارے جنتی والد نے مجھے نسخہ بتایا مجھے اللہ نے شفاء دی۔ اس نے کہا کہ تمہارے والد نے مجھے کہا پہلی بھڑوں کا پرانا چھتہ لاؤ' اس کے ہر خانہ میں لونگ چبھو دو اس کو ایک کوری مٹی کی ہانڈی ڈھکن دے کر رکھ کر کم از کم آٹھ دس کلو لکڑی اس کے نیچے جلاؤ۔ وہ جل جائینگے لونگ اور چھتہ پیس کر سفوف بنالو' منقی لا کر اس کو کھول کر جتنا سفوف اس میں آسکے ڈال کر رات سوتے وقت لے لو' میں نے ایسا ہی کیا تو ماشاءاللہ 20,15 سال کا دمہ اللہ کے فضل سے مکمل ٹھیک ہوگیا مگر ٹھنڈی چیزوں سے پرہیز کیا۔

بالوں کا ٹوٹنا اور ان کا علاج

(رفعت خانم' فیصل آباد)

آج کل بالوں کا ٹوٹنا' گرنا اور بالوں کی کمزوری عام شکایات میں سے ایک ہے اس کی وجہ رنگ برنگے کیمیکل ملے شیمپو اور ہیر ڈائی ہونے کے ساتھ ساتھ تیل نہ لگانا بھی ہے' لڑکیوں میں آجکل بالوں کو رنگنے کیلئے پارلر جا کر مصنوعی کیمیکل سے بنے ہیر ڈائز سے بال ڈائی کروانا فیشن بن گیا ہے۔ وقتی طور پر تو بال اچھی ''لک'' دیتے ہیں مگر پھر بعد میں بالوں کا جو حال ہوتا ہے وہ اپنی اصل رنگت بھی کھو دیتے ہیں اور ان میں روکھا پن آجاتا ہے آج آپ کو بالوں کی خوبصورتی کے متعلق اور ان کی صحت کیلئے چند ٹوٹکے بتاتی ہوں:۔

گھیکوار کا پودا بہت عام ہے' دو تین انچ کا ایک ٹکڑا لیکر اس میں سے گودا نکال لیں' اس گودے کو بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح لگا کر مساج کریں اور دو گھنٹے تک لگا رہنے دیں پھر بال دھولیں بال دھونے کیلئے پسے ہوئے ریٹھے استعمال کریں ہر قسم کے شیمپوز کا استعمال بند کردیں' گیلے بالوں میں کبھی بھی کنگھا نہ کریں خشک ہونے دیں پھر آہستگی سے کنگھا یا برش کریں۔ یہ عمل ہفتے میں دو مرتبہ کرنا ہے' دو ماہ کے بعد آپ اپنے بالوں کو جاندار' خوبصورت' سلکی اور لمبے ہوتے ہوئے محسوس کریں گی۔ بالوں کیلئے ہفتے میں ایک مرتبہ تیل کا استعمال بھی بہت ضروری ہے اس سے بالوں کی نشوونما میں اضافہ ہوتا ہے۔ خشکی دور ہوتی ہے سرسوں کے تیل میں چوتھائی حصہ کسٹرآئل ملا کر رکھ لیں یہ بالوں کیلئے بہترین تیل ہے۔ اس سے بالوں کی لمبائی میں اضافہ ہوتا ہے اور گھنے ہوجاتے ہیں۔

عبقری قارئین کیلئے خصوصی تحریر

قارئین گزشتہ دو ماہ کے دوران حکیم صاحب کی تین کتب ''آداب معرفت' معرفت کے متلاشی اور عورت' اسلام اور جدید سائنس پڑھنے کا موقع ملا۔ اپنے موضوع کے اعتبار سے تینوں کتابیں بے مثال ہیں۔ معرفت کے متلاشی' آداب معرفت کا مطالعہ ضرور کریں کیونکہ اس سے جو رہنمائی مجھے ملی اور اس سے مرشد کے رتبے اور عقیدت کے بارے میں آگاہی ہوئی' بہت سے باتیں ایسی ہیں جو مرشد اپنے منہ سے نہیں کہتے مگر اس کتاب میں وہ اپنے حوالوں کے ساتھ درج ہیں ان سے مریدوں کو بہت مدد ملتی ہے۔

''معرفت کے متلاشی'' اگر کوئی کسی کا مرید نہ بھی ہو تو اس کو بھی چاہیے کہ اس کتاب کا مطالعہ ضرور کرے کیونکہ یہ کتاب ضابطہ حیات کو کامل بنانے اور بطور مسلمان زندگی بسر کرنے کا جو درس دیتی ہے وہ صرف پڑھ کر محسوس ہوگا۔

''عورت اسلام اور جدید سائنس'' بہترین کتاب ہے۔ خواتین کو چاہیے کہ نہ صرف خود اس کتاب کا مطالعہ کریں بلکہ اپنی نوجوان بچیوں کو پڑھنے کیلئے دیں یہ کتاب پڑھنا اس لیے بھی ضروری ہے کہ عورتوں کو نہ صرف مشرقی ومغربی معاشرت کے بارے میں فرق عورت کی اسلام میں عزت وتوقیر کا پتہ چلتا ہے بلکہ خود اپنی ذات کے بہت سے مخفی راز عیاں ہوتے ہیں اپنی ذات کی خوبیوں اور خامیوں کے بارے میں جو خواتین متجسس ہوں اس کتاب کے مطالعے کے بعد بہت کچھ جان جائیں گی یہ کتاب بلاشبہ ہر عمر کی عورت کیلئے بے مثال تحفہ ہے نہ صرف خود پڑھیں بلکہ اپنی دیگر ساتھیوں اور احباب کو بھی کسی موقع پر گفٹ کردیں۔ اتنی اچھی کتاب سے بہتر کوئی تحفہ ہو ہی نہیں سکتا۔ اس میں شک کی گنجائش نہیں ہے کہ یہ کتاب ہر گھر کی خواتین کی ضرورت ہے۔ پڑھیں اور پھر فیصلہ کریں......!!!

موبائل فون کے نقصانات

(م۔ج' لاہور)

جولائی کے شمارے میں عابد محمود (صادق آباد) کی تحریر پڑھی جس کا عنوان ہے ''بدنگاہی سے بچیں!'' انہوں نے بالکل صحیح لکھا ہے موبائل فون کی وجہ سے ہماری قوم پر بہت بُرے اثرات مرتب ہوئے ہیں' مجھے اس کا ذاتی طور پر تجربہ ہوا' بڑے بڑے لوگ ٹریک سے اتر گئے' میرے شوہر کے موبائل پر میسیجز آنے لگ گئے اور وہ ان کے پیچھے لگ گئے اور اس نمبر پر فون کرنے شروع کردیئے' مجھے کافی دن بعد پتہ چلا' یہ شکر ہے کہ وہ کوئی شرارت کر رہا تھا ورنہ میرے شوہر تو رابطہ کرنے کی کوشش کر رہے تھے' حالانکہ ان کی عمر 70 سال ہے' پانچ وقت کے نمازی ہیں۔ مجھے کافی صدمہ پہنچا کیونکہ مجھے ان سے یہ امید نہیں تھی' ان کی اس حرکت سے میرا دل ٹوٹ گیا ہے اور بھی نجانے کتنے لوگوں کے ساتھ یہ ہوا ہوگا' میں نے اپنے شوہر کو بھی نہیں آزمایا لیکن کسی اور کے ہاتھوں آزمائے گئے' میں دعا کرتی ہوں اللہ سب کو سیدھا راستہ دکھائے۔ میری قارئین! سے درخواست ہے کہ نوجوان لڑکیوں کو موبائل پر سختی کریں ان کو ہرگز نہ دیں عموماً اس کے اثرات بہت بُرے ہوتے ہیں۔

قاری محمد عارف، حویلیاں

خاندانی راز اور انمول طبی تجربات

جب بھی ہاتھ پاؤں کے اوپر کسی تیز آلہ سے کٹ لگ جائے اگر یہ بوٹی زمین پر موجود ہو تو فوراً لنگری میں ڈال کر یا پھر ویسے کسی پتھر پر رکھ کر اوپر سے پتھر کے ساتھ کوٹ کر بالکل لئی سی بن جائے اس کے فوراً بعد زخم پر رکھ کر کسی عام کپڑے کی پٹی بنا کر اوپر باندھ دیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے تجربات میں کچھ نسخہ جات ہیں جو میں نے خود بھی آزمائے ہیں اور لوگوں کو بھی دیئے جس سے ان کو بھی بہت فائدہ ہوا ہے۔

چھری یا چاقو سے کٹ لگ جائے تو

اگر چھری یا چاقو سے پھر کسی اور آلہ سے ہاتھ پاؤں کی انگلیاں کٹ جائیں یا پھر جسم کا کوئی حصہ کٹ جائے خون جاری ہوجائے اور وہ بند نہ ہو رہا ہو تو اس کیلئے ایک بوٹی ہے جس کو ہماری ہندکو زبان میں ہولہ کہتے ہیں اور غالباً اردو زبان میں اس کو جنگلی پالک کہتے ہیں عام پالک جو سالن پکا کر کھائی جاتی ہے اس سے اس ہولہ کے پتے تھوڑے لمبے بھی ہوتے اور تھوڑے زیادہ چوڑے بھی ہوتے ہیں یہ بوٹی عام طور پر ہمارے علاقے ایبٹ آباد اور حویلیاں کے گردونواح میں زیادہ پائی جاتی ہے اس کے پتے عموماً اپریل مئی سے لے کر ستمبر اکتوبر تک ہرے ہوتے ہیں اس کے بعد سردی سے خشک ہوکر ختم ہوجاتے ہیں اس کی جڑ تقریباً ایک بالشت ہوتی ہے سب سے چھوٹی انگلی کی طرح موٹی ہوتی ہے اس کے پتے اور جڑ لیمن سے تھوڑے کم کھٹے ہوتے ہیں۔ یہ بوٹی عموماً گوبر کے ڈھیروں کے قریب بھی پائی جاتی ہے اور عام طور پر کھیتوں کی سائیڈ پر بھی پائی جاتی ہے اور ٹھنڈی جگہ پر بھی پائی جاتی ہے جب بھی ہاتھ پاؤں کے اوپر کسی تیز آلہ سے کٹ لگ جائے اگر یہ بوٹی زمین پر موجود ہو تو فوراً لنگری میں ڈال کر یا پھر ویسے کسی پتھر پر رکھ کر اوپر سے پتھر کے ساتھ کوٹ کر بالکل لئی سی بن جائے اس کے فوراً بعد زخم پر رکھ کر کسی عام کپڑے کی پٹی بنا کر اوپر باندھ دیں آدھا گھنٹہ کے بعد پٹی کھول بھی دیں تو آپ کو زخم کا کٹ تو نظر آئے گا لیکن انشاء اللہ خون نکلنا بند ہوجائے گا اور زخم کا کٹ بھی چند دنوں کے بعد ٹھیک ہوجائے گا۔ یہ میرا تجربہ شدہ نسخہ ہے۔ آج سے تقریباً دو ڈھائی ماہ پہلے مجھے اپنے دائیں ہاتھ سے چاقو کے ساتھ ناریل کاٹتے ہوئے بائیں ہاتھ میں سب سے چھوٹی انگلی کو کٹ لگ گیا تھا کوئی اور دوائی بھی میرے پاس نہیں تھی جس سے فائدہ حاصل کرتا، انگلی پر پانی ڈالتا رہا لیکن خون بند نہیں ہو رہا تھا، فوراً اس بوٹی کے پتوں کو تلاش کیا، عام پتھر پر رکھ کر اوپر سے عام پتھر سے کوٹ کر لئی سی بنا کر زخم پر رکھ کر اوپر سے عام کپڑے کی پٹی باندھ دیں آدھ گھنٹہ بعد میں نے انگلی سے پٹی اتار دی تو زخم کا کٹ نظر آرہا تھا اللہ کے فضل سے خون بالکل بند تھا۔

جوڑوں کے درد اور پٹھوں کی کمزوری کیلئے مجرب نسخہ

یہ نسخہ میں نے ایک پنسار والے سے لیا ہے۔ ھوالشافی: ستاور ایک تولہ، اسگندھ ایک تولہ، بداری کند ایک تولہ، سنڈھ ایک تولہ، سنبل موصلی ایک تولہ سب اشیاء برابر وزن کوٹ پیس کر چھان کر صبح و شام پانی یا نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ ساتھ معجون سورنجاں آدھا چمچ کھانے کے بعد آدھ گھنٹہ پانی کے ہمراہ لیں۔

سرعت انزال جریان، احتلام کیلئے مجرب نسخہ

ھوالشافی: ثعلب مصری، ثعلب پنجہ، گوند ڈھاک، کتیرہ، الائچی خورد، بہمن سفید، بہمن سرخ سب اشیاء کو برابر وزن کوٹ پیس کر چھان کر صبح و شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ کھانے کے آدھا گھنٹہ بعد لیں۔

مردانہ طاقت کیلئے نایاب نسخہ

مشک ایک ماشہ، زعفران خالص پانچ دانہ، قرنفل ایک تولہ، جوزگل ایک تولہ، خولنجان ایک تولہ، جوزبوا ایک تولہ، عقرقرحا ایک تولہ، افیون دو ماشہ۔ **ترکیب:** زعفران اور مشک کو چینی والے کھرل میں کھرل کرلیں اور باقی چیزوں کو عام کھرل میں کرلیں پھر اس کے بعد چھوٹی چھوٹی گولیاں بنالیں رات کو دودھ کیساتھ ایک گولی استعمال کریں۔

مسجد میں ملا کامیاب نسخہ

یہ نسخہ مجھے ایک بزرگ نے مسجد میں دیا۔ ھوالشافی: تخم اوٹنگڑ سو گرام، تال مکھانہ سو گرام، سمندر سوکھ دو سو گرام، ان تینوں چیزوں کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں صبح و شام دس گرام کھانے سے قبل لیں پانی سے صبح کے وقت دس گرام رات کو سونے سے پہلے پانی کے ساتھ لیں۔

جریان و احتلام کیلئے میرا آزمایا ہوا نسخہ ہے جو حکیم عبداللہ صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے بھائی کے دواخانہ کا ہے۔ ھوالشافی: خشک دھنیا، مصری ہم وزن لے کر کوٹ پیس کر سفوف بنالیں صبح خالی پیٹ ایک چمچ ٹھنڈے پانی کے ساتھ لے لیں۔

مردانہ کمزوری شاندار علاج

پانچ تولہ لونگ لے لیں پھر توے پر ڈال کر اوپر کوئی بڑے کھلے منہ والی سلور کی پلیٹ رکھ کر بھون لیں زیادہ جلنے بھی نہ پائیں پھر ان کو آٹا کی طرح پیس کر کیپسول بھر لیں رات کو ایک سے دو کیپسول سونے سے قبل پانی سے لیں۔

ہاضم معدہ اور بدہضمی کھٹے ڈکار اور جلن کیلئے نسخہ

اجوائن سادہ آدھا کلو، لیموں تین کلو، کالی مرچ پچاس گرام، بھوری مرچ پچیس گرام، کالا نمک آدھ پاؤ۔ **ترکیب:** لیموں کا رس نکال کر سادہ اجوائن میں ڈال کر سایہ میں خشک کرلیں پھر اس کے بعد باقی چیزیں بھی ڈال کر سفوف بنالیں۔ ایک چمچ پانی کے ساتھ کھانے کے بعد تین ٹائم لے لیں۔

خارش داد اور چنبل کیلئے خاندانی نسخہ

یہ ان کے خاندان کا نسخہ ہے جنہوں نے اس کو ہوا بھی نہیں لگنے دی میں نے اس نسخے کو حاصل کر کے چھوڑا کیونکہ میں اپنے شیخ حکیم طارق محمود صاحب کا ادنیٰ شاگرد تھا نسخہ یہ ہے:۔ سفید ویزلین آدھا کلو، سلفاڈایاڈین گولیاں پچاس عدد، چالیس لاکھ کے انجکشن دو عدد، کوروفینی کال کیپسول پچاس عدد، سپٹر ان ڈی ایس گولیاں پچیس عدد ان سب چیزوں کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ پھر سفید ویزلین کو ہلکی آنچ پر گرم کرلیں پھر سفوف ڈال کر چھڑی نما لکڑی سے آہستہ آہستہ مکس کرتے جائیں پھر نیچے اتار لیں ٹھنڈی ہونے پر چھوٹی چھوٹی ڈبیہ میں بھر لیں۔ خارش، داد چنبل اور زخم کیلئے مجرب نسخہ ہے۔

روحانی پھکی اور کینسر۔۔۔!

میری اہلیہ کافی عرصہ سے کینسر جیسے موذی مرض میں مبتلا تھی، ہم نے کافی جگہ سے علاج کروائے، دیسی ٹوٹکے استعمال کیے لیکن فائدہ صرف وقتی ہی ہوتا تھا۔ میرے ایک دوست ڈاکٹر سجاد صاحب نے مجھے روحانی پھکی دی اور کہا یہ اپنی اہلیہ کو یقین کے استعمال کرائیں انشاء اللہ اس پھکی سے ان کو بہت فائدہ ہوگا اور انہوں نے مجھے اس سے فائدہ حاصل کرنے والوں کے کچھ واقعات بھی سنائے۔ میں نے ان سے وہ پھکی لی اور کچھ عرصہ اپنی اہلیہ کو یقین کے ساتھ روحانی پھکی استعمال کروائی۔ آپ یقین کریں کہ اس پھکی نے وہ کر دکھایا جو آج تک مہنگی مہنگی ادویات نہ کرسکیں۔ **(احسن، جہلم)**

جھوٹے عامل نے زندگی اجیرن کردی

محمد شریف، کراچی

میں نے استاد کو سب معاملہ بتایا تو وہ بھونڈی ہنسی ہنسنے لگا میں سمجھ گیا کہ استاد نے مجھے مروا دیا ہے میری زندگی پریشانیوں کی نظر ہونے لگی ہروقت محسوس ہوتا کہ میرے ساتھ کوئی ہے ٹھک ٹھک برابر جاری تھی' دیوار' الماری' کچن' برتن یہاں تک کہ ہر چیز سے آواز آتی تھی۔

اللہ تبارک وتعالیٰ کی طرف سے آزمائش سب پر آتی ہے جب انسان کسی مصیبت گرفتار ہوتا ہے یا بیروزگاری سے دوچار ہوتا ہے تو آج کل بجائے اللہ تبارک وتعالیٰ کی طرف رجوع کرنے کے انسان عاملوں اور تعویذ گنڈوں کی طرف متوجہ ہوتا ہے' عامل حضرات خوب دل کھول کر اس شخص کو بیوقوف بناتے ہیں۔ میں ایک شخص کا قصہ اسی کی زبانی آپ کو بتاتا ہوں۔

میری کمر بیروزگاری نے توڑ کر رکھ دی تھی جس کام میں ہاتھ ڈالتا' الٹا ہوجاتا گھر کے حالات اتنے خراب تھے کہ مہینوں گوشت نصیب نہیں ہوتا تھا جیب میں ایک پھوٹی کوڑی نہیں ہوتی تھی' ایسے میں ایک عامل سے ملاقات ہوئی اس کی باتوں سے متاثر ہوکر میں نے اس کو اپنا استاد بنالیا۔

اس نے سب سے پہلے مجھے حاضرات کرنا سکھایا پھر ایک دن مجھ سے بولے کہ آپ ہمزاد کا عمل کرلو اپنی زندگی میں بادشاہ بن جاؤ گے' بیروزگاری غائب ہوجائیگی نوٹوں میں کھیلو گے' میں استاد کی جادوئی باتوں میں آگیا' استاد کے کہنے کے مطابق پرہیز صرف دودھ اور چاول کھانا تھے' چارپائی کے اوپر بیٹھ کر عمل کرنا تھا اور چارپائی کے نیچے چار تعویذ رکھنے تھے' بہرحال میں نے بغیر سوچے سمجھے عمل شروع کردیا' یہ عمل میں نے اپنے گھر کے ایک کمرے میں شروع کیا۔ دوسرے دن پڑھتے پڑھتے میں نے اپنے دائیں طرف دیکھا تو دل دھک سے رہ گیا ایک پتلی دبلی عورت ناک پر انگلی رکھے مجھے گھور رہی تھی پھر اچانک عورت غائب ہوگئی' میں عمل برابر پڑھتا رہا استاد نے پہلے ہی کہہ دیا تھا کہ خوفزدہ نہ ہونا میں تمہاری حفاظت کروں گا بس اسی وجہ سے میرا دل مضبوط ہوگیا۔

چوتھے دن میری دیوار کے ساتھ ایک ستار لگا تھا جو کہ خودبخود بج رہا تھا' سامنے کی دیوار پر ایک دو فٹ موٹا چہرہ نمودار ہوا اور پھر اچانک ہی بھیانک انداز میں قہقہہ لگانے لگا پھر پورے کمرے کی چھت ڈھول کی آواز سے زور زور سے گونجنے لگی مگر میں خوفزدہ نہیں ہوا۔

اس سے اگلے دن میں اپنے استاد کے پاس گیا' استاد مجھ سے ملا اور اٹھ کر اپنے گھر کے اندر گیا اور وہاں سے کھیر' شیرمال اور زردہ وغیرہ لے آیا پھر بولا لے کھا......! میں نے کہا کہ میرا پرہیز چل رہا ہے' مگر وہ نہ مانا اور برابر ضد کرنے لگا پھر بولا ابے بھوکا مرجائے گا' کھالے تیرے عمل کو کوئی نقصان نہ ہوگا' مگر میں برابر انکار کرتا رہا۔ مگر استاد کو نہ معلوم کیا ضد ہوگئی تھی کہ آنکھیں لال پیلی کرکے بولا کہ استاد کا کہنا نہیں مانے گا' پرہیز توڑ دے' آخر مجبور ہوکر میں نے پرہیز توڑ دیا بس پھر کیا تھا میرا عمل جاری رکھنا محال ہوگیا' مجھے اتنی شدت کی بھوک لگنے لگی کہ میں اپنا پرہیز بھول گیا' تمام رات چھت پر ڈھول بجتے رہے' ستار بجتا رہا بلکہ اب تو دن میں جہاں بھی جاتا تو ہمزاد میرے ساتھ ہوتا۔

استاد کی شرارت نے زندگی تباہ کردی

میری زندگی اجیرن ہونے لگی میں نے استاد کو سب معاملہ بتایا تو وہ بھونڈی ہنسی ہنسنے لگا میں سمجھ گیا کہ استاد نے مجھے مروا دیا ہے میری زندگی پریشانیوں کی نظر ہونے لگی ہروقت محسوس ہوتا کہ میرے ساتھ کوئی ہے ٹھک ٹھک برابر جاری تھی' دیوار' الماری' کچن' برتن یہاں تک کہ ہر چیز سے آواز آتی تھی۔

میں نے استاد سے کہا میری جان چھڑانے کی کوئی ترکیب بتاؤ مگر اس عامل سے بھی کچھ نہ ہوا۔ میں روز اللہ سے دعا کرتا کہ اے اللہ اس بلا سے میرا پیچھا چھڑا دے اس تکلیف اور پریشانی میں تقریباً چار یا پانچ سال گزر گئے۔

پھر ایک دن میں ایک بزرگ کے مزار پر بیٹھا اور دل ہی دل میں کہہ رہا تھا کہ اے اللہ! یہ تیرے ولی ہیں ان کے وسیلے سے میری جان چھڑا۔ میں دل ہی دل میں آنکھیں بند کرکے دعا مانگ رہا تھا کہ اچانک مجھ پر غفلت سی طاری ہوگئی میں نے دیکھا کہ ایک بزرگ نے میری طرف اپنا ہاتھ بڑھایا اور بولے لو ہم نے پکڑ لیا یہ کہہ کر انہوں نے مٹھی بند کرلی۔ بس اسی دن سے چھت دیواریں بلکہ ہر چیز بجنا بند ہوگئی اور میں پرسکون ہوگیا۔

اس کے بعد میں نے عملیات سے توبہ کرلی' اللہ ان بزرگ کی قبر پر اپنی رحمتیں نازل کرے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

اس باب میں جو عنوان ہے وہ ہے ''صوفیاء کے اقوال'' پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے آج سے گیارہ سو سال پہلے کے صوفیاء اور اولیاء کے اقوال اکٹھے کیے ہیں اور ان کو نقل کیا ہے۔

محمد بن فضل بلخی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں: علم کی تین قسمیں ہیں ایک وہ جو اللہ جل شانہٗ کی طرف سے عطا ہو' دوسرا وہ علم جو اللہ جل شانہٗ کی معیت میں حاصل ہو اور تیسرا وہ علم جو اللہ جل شانہٗ کی صفات سے متعلق ہو۔ پہلا علم وہ جو خود اللہ جل شانہٗ بندے کو اپنی رحمت سے عطا کرے اور بندہ کو خاص توفیق نصیب کرے اس علم کو وہبی علم بھی کہتے ہیں۔ دوسرا علم وہ جو شریعت کی صورت میں اللہ کا قرب اور معرفت نصیب کرتا ہے اور زندگی کی راہیں اللہ کی مرضی کے مطابق گزارنے کا ڈھنگ سکھاتا ہے۔ تیسرا وہ علم جو اللہ رب العزت کی صفات وکمالات' کائنات کے مظاہر قدرت کی حقیقت' اولیاء کے درجات ومقامات کو بندے پر کھولتا ہے لہٰذا معرفت الٰہی شریعت کو قبول کیے بغیر اور شریعت پر عمل کیے بغیر حاصل نہیں ہوسکتی۔ ابوعلی ثقفی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ علم جہالت کی موت ہے اور کفر کے اندھیرے سے بچ کر ایمان کی آنکھ کا روشن ہونا ہے۔ جس شخص کو معرفت الٰہی کا علم حاصل نہیں اس کا دل جہالت کی وجہ سے مردہ ہے اور جسے شریعت کا علم حاصل نہیں اس کا دل جہالت کی بیماری میں مبتلا ہے پس کہ کفار کا دل مردہ ہے کہ وہ اللہ جل شانہٗ کی ذات و صفات سے جاہل ہیں اور اہل غفلت کا دل بیمار ہے کہ وہ اس کے احکامات سے بے خبر ہیں۔ ابوبکر وراق ترمذی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں جو شخص علم کلام کی وجہ سے محض توحید الٰہی کی عبارت پر اکتفا کرتا ہے اور منع کی ہوئی چیزوں سے تقویٰ اختیار نہیں کرتا وہ بے دین ہے اور جو شخص محض علم فقہ وشریعت پر بغیر پرہیزگاری کے اکتفا کرتا ہے وہ فاسق ہوجاتا ہے یعنی شریعت کے علم کو صرف علم تک محدود رکھتا ہے اور اس پر عمل نہیں کرتا۔ اس سے مراد یہ ہے کہ بغیر علم ومجاہدہ وکوشش صرف محض توفیق الٰہی سے ہے۔ مواحد حقیقی کا حق یہ ہے کہ اس کا قول جبری ہو یعنی وہ کہے کہ انسان وہی کرسکتا ہے جو اس کیلئے مقدر ہوچکا ہے اور فعل میں قدری ہو یعنی اپنی حد تک انسان مکمل کوشش کرے اور اس کا فعل عمل وجبر کے درمیان ہو یعنی توفیق الٰہی اور کوشش کے مابین ہو۔ جو شخص علم توحید سے بلاعمل یعنی بغیر عمل کے صرف اس کی ظاہری عبارت پر اکتفا کرتا ہے اور گناہوں سے نہیں بچتا وہ ضرور بے دین ہوجاتا ہے۔

ڈاکٹر محمد شہزاد، راولپنڈی

عبقری لایا خواتین کیلئے مفید ورزشیں

سہارے کیلئے بائیں ہاتھ سے کرسی پکڑ لیجئے اور آگے کو فرش کی جانب جھکیے اور ڈمبل والا یعنی دایاں ہاتھ فرش کی طرف لائیے اب اس حالت میں ڈمبل کو اپنے پہلو کی طرف اٹھائیے۔ وزن کو پھر اسی حالت میں نیچے لائیے اور اوپر اٹھائیے

ہڈیوں کے معالجین کے ہاں گلتی، دکھتی ہڈیوں اور جوڑوں کی تکالیف میں مبتلا خواتین کی بڑھتی تعداد سے ثابت ہورہا ہے کہ پاکستان میں ہڈیوں کی بوسیدگی، جوڑوں کے گھساؤ اور ورم وسوجن کی شکایات میں اضافہ ہورہا ہے۔ یہ شکایت شہروں میں خاص طور پر زیادہ ہے کیونکہ یہاں خواتین جسمانی محنت سے محروم رہتی ہیں اور محنت ومشقت کے کام ہڈیوں کو مضبوط اور جوڑوں کو رواں رکھتے ہیں۔

مردوں کے مقابلے میں خواتین میں ہڈیوں کے گھلاؤ کا تعلق زیادہ تر سن یاس سے ہوتا ہے یعنی جب ان کے ہاں ایام بند ہونے لگتے ہیں تو ہڈیوں کے حجم میں کمی ہونے لگتی ہے۔اس سلسلے میں زنانہ ہارمون ایسٹروجین کلیدی کردار ادا کرتا ہے۔ اس کی مقدار میں کمی سے ہڈیاں گھلنے لگتی ہیں۔

اوسطاً 30 سے 35 سال کی عمر میں ایک خاتون کے عضلات میں ہر سال 150 گرام عضلات (پٹھے) کم ہونے لگتے ہیں 35 سال کی عمر سے ہر دو سال بعد ان کی ہڈیوں میں ایک فیصد کمی آنے لگتی ہے اور یہ انحطاط سن یاس کے بعد اور بھی تیز اور سنگین ہوجاتا ہے۔اس کے علاوہ جسم میں چربی کی مقدار بڑھنے لگتی ہے اور ہڈیوں کے انحطاط یا گھلاؤ کا سلسلہ تیز ہوجاتا ہے۔

لیکن تحقیق وتجربات نے ثابت کردیا ہے کہ یہ سلسلہ روکا جاسکتا ہے۔اس کیلئے ہر ہفتے محض 40 منٹ کی ورزش کافی ہوتی ہے۔اس سلسلے میں یہ بات بالکل درست ہے کہ ورزش خاص طور پر وزن برداری کی ورزشوں سے ہڈیاں موٹی اور مضبوط ہوجاتی ہیں۔ اس کے علاوہ ورزشوں سے عضلات کے گھلنے اور کم ہونے کا سلسلہ بھی رک جاتا ہے اب یہ بھی دریافت ہوگیا ہے کہ اس کیلئے روزانہ سخت قسم کی ورزشوں کی ضرورت نہیں ہوتی۔تھوڑی سی ورزش بھی ہڈیوں کی صحت اور مضبوطی کیلئے کافی ہوتی ہے۔ ایک امریکی سائنسدان نے اپنی کتاب مضبوط خاتون، مضبوط ہڈیاں میں انہوں نے جو کچھ لکھا ہے اس کا خلاصہ یہی ہے کہ وزن برداری سے موٹاپا بھی دور رہتا ہے کیونکہ دوران ورزش عضلات میں چربی کے مقابلے میں فاضل حرارے زیادہ جلتے ہیں، اسی طرح ہڈیوں پر باقاعدگی سے مختلف قسم کے دباؤ کے پڑنے سے ان کے حجم میں اضافہ ہوتا ہے۔ہڈیوں کی تعمیر اور مضبوطی کیلئے عضلات کے مقابلے میں زیادہ وقت لگتا ہے۔

تازہ تحقیق سے ثابت ہوتا ہے کہ ماضی کے اندازوں کے برخلاف اچھی صحت وتوانائی کیلئے عضلات کی تیاری میں کم وقت لگتا ہے۔ مثلاً وزن برداری کے اکثر پروگراموں کی ورزشیں آٹھ سے بارہ مرتبہ کے تین حصوں یا سیٹ میں کی جاتی ہیں، لیکن اب اندازہ ہورہا ہے کہ آپ ہر ورزش ایک ایک مرتبہ کرکے بھی یہی فوائد حاصل کرسکتے ہیں۔

تین سیٹ اور ایک سیٹ ورزش کرنے والوں کا مقابلہ کرنے سے اندازہ ہوا کہ نوآموز ورزش کرنے والوں کو تو ورزشوں کے پہلے سیٹ ہی سے فائدہ ہوتا ہے اور ان میں توانائی اور برداشت بڑھ جاتی ہے۔ امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کے مشیر باری فرینکلن کے مطابق کم سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ فائدہ حاصل کرنے کیلئے ہفتے میں دومرتبہ آٹھ سے دس مرتبہ کا ایک سیٹ کرلینا چاہیے۔

فٹنس کے بہترین اصول

ہفتے میں دومرتبہ بیس بیس منٹ ورزش سے بہترین فائدے حاصل کرنے کیلئے کچھ اصولوں کی پابندی ضروری ہے:۔

☆ ورزشوں کے آغاز میں کم ورزشیں کیجئے، ورزشوں کا پروگرام سادہ رکھیے ایسا کہ آپ یہ زندگی بھر کرسکیں۔

☆ورزشیں ایسے وزن (ویٹ) سے شروع کیجئے جن کا اٹھانا آپ کو ذرا مشکل لگے، انہیں دھیرے دھیرے اٹھائیے، اٹھانے میں دو سیکنڈ لگائیے اور نیچے لانے چار سیکنڈ، ایک سیٹ کی تکمیل پر آپ کو تھکن محسوس ہونی چاہیے۔

☆ آگے بڑھتے جائیے، ورزشیں جوں جوں آسان لگنے لگیں دوسری زیادہ وزن دار ورزش شروع کیجئے۔

آخر میں بہتر یہی ہے کہ ان ورزشوں کا آغاز کردیجئے، آپ تین ہفتوں ہی میں خود کو بالکل مختلف پائیں گی۔ یہ تبدیلی آپ کو حیران کردے گی۔ یہ ورزشیں ان خواتین کیلئے مناسب ہیں کہ جو ہائی بلڈ پریشر اور قلب کی کسی تکلیف میں مبتلا نہیں ہیں۔ ویسے چونکہ یہ دھیرے دھیرے کی جاسکتی ہیں اس لیے ایسی خواتین بھی اپنے معالج کے مشورے سے انہیں کرسکتی ہیں۔

عضلات بہتر بنانے اور ہڈیاں مضبوط کرنے والی پانچ ورزشیں ڈمبلز کی ایک جوڑی، کرسی اور لیٹنے کیلئے ہلکے گدے یا قالین کے فرش پر کی جاسکتی ہیں۔ورزشوں سے پہلے پانچ منٹ تک واک یا جوگنگ کرکے جسم کو گرم کرلیجئے۔ یہ دونوں ورزشیں ایک ہی جگہ دوڑ کر یا واک کرکے کی جاسکتی ہیں۔

انہیں ہفتے میں دو دن بیس بیس منٹ تک کیجئے۔ ہر ورزش آٹھ سے بارہ مرتبہ کیجئے اور اگر عمر پچاس سال سے زیادہ ہے تو دس سے پندرہ مرتبہ دہرایئے بشرطیکہ آپ کا معالج اس کی اجازت دے۔☆ ہاتھوں میں ڈمبلز پکڑ کر اپنے گھٹنے اس حد تک موڑیے گویا آپ کرسی پر بیٹھی ہیں۔گھٹنوں کو پنجوں سے آگے نہ جانے دیجئے۔ جب رانیں فرش کے متوازی آجائیں تو اسی حالت میں رک جائیے اور پھر دھیرے دھیرے پہلی پوزیشن پر آجائیے۔☆ پہلے کی طرح ڈمبل ہاتھوں میں تھام کر کھڑے ہوجائیے۔اپنا سیدھا پاؤں ایک لمبے قدم یا ڈگ کی طرح آگے اس طرح بڑھائیے کہ ران فرش کے متوازی آجائے اور بایاں گھٹنا فرش کی طرف جھک جائے، گھٹنے کو پنجے سے آگے نہ جانے دیجئے، پہلی پوزیشن پر آکر یہی ورزش بائیں پیر سے کیجئے۔☆ ایک کرسی کے ساتھ اس طرح کھڑی ہوجائیے کہ آپ کا بایاں پاؤں دائیں پاؤں کے آگے ہو اور آپ کے سیدھے ہاتھ میں ڈمبل ہو۔ سہارے کیلئے بائیں ہاتھ سے کرسی پکڑ لیجئے اور آگے کو فرش کی جانب جھکیے اور ڈمبل والا یعنی دایاں ہاتھ فرش کی طرف لائیے اب اس حالت میں ڈمبل کو اپنے پہلو کی طرف اٹھائیے۔ وزن کو پھر اسی حالت میں نیچے لائیے اور اوپر اٹھائیے۔ یہ ورزش بارہ مرتبہ کیجئے اور اسی طرح بائیں جانب اسے دہرائیے۔☆ دونوں ہاتھوں میں ڈمبل تھام کر انہیں سر سے اوپر اٹھائے رکھیے، ہاتھ بالکل سیدھے ہوں، اب کہنیوں کے جوڑ میں سے ہاتھ پیچھے کی طرف دھیرے دھیرے موڑیے، کہنیاں آگے پیچھے حرکت نہ کرنے پائیں۔ اسی طرح وزن تھامے ہوئے آپ کے ہاتھ کا اگلا یعنی کہنی سے مٹھی تک کا حصہ فرش کے متوازی آجائے۔تھوڑی دیر رکنے کے بعد ڈمبلز کو پہلی پوزیشن میں واپس لے آیئے۔☆ فرش پر پیٹ کے بل بالکل سیدھی لیٹ جائیے، پیر بھی بالکل سیدھے ہوں، اپنا دایاں ہاتھ جسم کے ساتھ سیدھا لگا رکھیے اور بائیں ہاتھ کو بالکل سیدھا سامنے کی طرف پھیلائے رکھیے۔ اپنا دایاں پیر اور بایاں ہاتھ فرش سے چند سینٹی میٹر اوپر اٹھائیے۔ پیر بالکل سیدھا رہے، دھیرے دھیرے پہلی پوزیشن پر آجائیے۔ یہ ورزش آٹھ مرتبہ دہرائیے۔ اب بائیں پیر اور دائیں ہاتھ سے یہی ورزش اتنی ہی مرتبہ کیجئے۔

ذی الحجہ کی برکات سے مستفید ہوں

جوکوئی ذی الحجہ کی نوتاریخ کونماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پچاس پچاس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی جوبھی جائز مراد ہوگی پوری ہوگی

فضیلت: ذی الحجہ کے مہینے کی بہت زیادہ فضیلت بیان کی گئی ہے خصوصی طور پر اس مہینے کے شروع کے دس دنوں کی بڑی بزرگی بیان کی گئی ہے۔ مختصراً طور پر ملاحظہ ہو۔

ان دنوں کی عزت کرنے والے کو اللہ تعالیٰ درج ذیل دس نعمتوں سے نوازتا ہے۔ 1۔ عمر میں برکت اور صحت فرماتا ہے۔ 2۔ مال میں زیادتی عطا کرکے حوصلہ افزائی فرماتا ہے۔ 3۔ اہل وعیال کی حفاظت کرکے حوصلہ افزائی فرماتا ہے۔ 4۔ گناہوں کا کفارہ عطا فرماتا ہے۔ 5۔ اس شخص کی نیکیوں میں اضافہ کردیتا ہے اور گناہ معاف فرمادیتا ہے۔ 6۔ اس کے نزع کے وقت کی تنگی میں آسانی پیدا کرتا ہے۔ 7۔ ظلمت میں روشنی عطا فرماتا ہے۔ 8۔ نیکیوں کے اجر کا پلڑا بھاری کرتا ہے۔ 9۔ جہنم سے نجات عطا فرماتا ہے۔ 10۔ جنت کے درجات میں بلندی عطا فرماتا ہے۔ اس کے علاوہ اس دن اگر کسی نے اس عشرے میں کسی مسکین کو کھانا کھلایا یا خیرات دی تو گویا اس نے پیغمبروں کی سنت پر عمل کیا۔

اعمال ونوافل ☆ جوکوئی ذی الحجہ کی نو تاریخ کو چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۂ کافرون اور اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی جوبھی جائز حاجت ہوگی وہ ضرور پوری ہوگی۔ ☆ جوکوئی عرفہ کی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ مرتبہ سورۂ قریش پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اس کے گناہ معاف ہوں گے۔

☆ جوکوئی ذی الحجہ کی نوتاریخ کونماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پچاس پچاس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی جوبھی جائز مراد ہوگی پوری ہوگی اور ثوابِ عظیم حاصل کریگا۔

☆ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ وقوف عرفہ میں اس دعا سے افضل اور کوئی قول یا عمل نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ اس دعا کو پڑھنے والے کی طرف توجہ فرماتا ہے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ عرفات میں قبلہ رو ہوکر دعا مانگنے والے کی طرح دونوں دستِ مبارک پھیلا کر تین مرتبہ لبیک فرماتے، پھر ایک سو مرتبہ یہ فرماتے، لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللہُ وَحْدَہٗ لَا شَرِیْکَ لَہٗ، لَہُ الْمُلْکُ وَلَہُ الْحَمْدُ یُحْیِیْ وَ یُمِیْتُ بِیَدِہِ الْخَیْرُ وَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ۔ پھر ایک سو مرتبہ یہ (مبارک کلمات ارشاد) فرماتے۔

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ اَشْھَدُ اَنَّ اللہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَّ اَنَّ اللہَ قَدْ اَحَاطَ بِکُلِّ شَیْءٍ عِلْمًا۔ اس کے بعد تین مرتبہ یہ فرماتے اِنَّ اللہَ ھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ۔ پھر تین مرتبہ سورہ فاتحہ پڑھتے۔ ہر مرتبہ سورۂ فاتحہ بِسْمِ اللہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سے شروع فرماتے اور آمین پر ختم کرتے اس کے بعد پھر ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھتے۔ پھر ایک مرتبہ یہ پڑھتے۔ بِسْمِ اللہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ رَحْمَۃُ اللہِ وَ بَرَکَاتُہٗ۔ اس کے بعد آپ ﷺ جو چاہتے دعا فرماتے۔ حضور نبی کریم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ جو شخص اس طرح دعا کرتا ہے فرشتوں سے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے' میرے بندہ کو دیکھو اس نے میرے گھر کی طرف رُخ کیا۔ میری بزرگی بیان کی' تسبیح وتہلیل میں مشغول ہوا اور جو سورۃ مجھے سب سے زیادہ محبوب تھی وہی پڑھی اور میرے رسول پر دُرود بھیجا۔ میں تم کو گواہ بناتا ہوں کہ میں نے اس کے عمل کو قبول کیا اس کے اجر کو واجب کردیا' اس کے گناہ بخش دیئے اور اس نے جو کچھ مانگا میں نے اس کی سفارش قبول کی۔ **(غنیۃ الطالبین)**

☆ عرفہ کے دن چاہیے کہ نماز فجر کے بعد سات مرتبہ یہ دعا پڑھے' اول و آخر درود پاک پڑھے۔ یَاذَخِیْرَتِیْ یَاذَخِیْرَتِیْ یَا مُعِدِّیْ عِنْدَ شِدَّتِیْ یَارَجَآئِیْ عِنْدَ مُصِیْبَتِیْ یَاغِیَاثِیْ عِنْدَ فَاقَتِیْ یَا اَنِیْسِیْ عِنْدَ وَحْدَتِیْ یَارَحْمَتِیْ فِیْ دِقَّتِیْ یَا دَلِیْلِیْ فِیْ حَیْرَتِیْ بِكَ التَّوْفِیْقُ o پروردگار عالم عرفہ کے دن اس دعا کو پڑھنے والے کے گناہوں کو معاف فرماتا ہے' اس کی نیک حاجت پوری فرماتا ہے اور نیکی کے کاموں کے کرنے کی توفیق مرحمت فرماتا ہے۔

روحانی محفل (ماہانہ)

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 10 اکتوبر بروز بدھ سہ پہر 3 بجے سے 4 بجکر 21 منٹ تک' 17 اکتوبر بروز بدھ صبح 11 بجکر 7 منٹ سے لیکر 12 بجکر اکتالیس منٹ تک' 20 اکتوبر بروز اتوار رات 9 بجے سے لیکر 10 بجکر 17 منٹ تک یَاحَلِیْمُ یَا کَرِیْمُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔ **ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں (نوٹ:) 1**۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالے کی پچھلے ایک سال سے قاری ہوں' عبقری نے میری زندگی بدل کر رکھ دی ہے۔ میں صرف ایک سال پہلے گناہوں کی دلدل میں ڈوبی ہوئی تھی' ہر وقت انڈین ڈرامے دیکھنا' گانے سننا' ہر وقت اپنی ہی مستی میں گم رہنا' مجھے دین دنیا کی کوئی فکر نہ تھی' حالانکہ میرا تعلق ایک مذہبی گھرانے سے تھا اور میرے والدین مجھے ان باتوں پر سخت ڈانٹتے بھی تھے لیکن میرے کان پر کبھی جوں تک نہ رینگتی تھی' ایک مرتبہ میری ایک ہمسائی نے مجھے عبقری تحفہ میں دیا' ایک دن لائٹ گئی ہوئی تھی اور میں **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

قیامت میں اعضاء کی گواہی اور سائنس

م۔ا، لاہور

پڑھ اپنا نامہ اعمال آج اپنا حساب لگانے کیلئے تو خود ہی کافی ہے۔ دماغ کے خلیوں میں انسانی اعمال کی ریکارڈنگ کے علاوہ دوسرا ایسا کوئی نظم بھی ہوسکتا ہے جو ایک بڑے اور عمومی رجسٹر کی مانند ہو اور تمام لوگوں کے اعمال اس میں ریکارڈ ہوتے ہیں

جدید عضویاتی اور جسمانی تحقیقات نے دماغ کے ان مقامات کو متعین کرلیا ہے جو متعینہ نفسیاتی اعمال انجام دیتے ہیں ان مقامات میں سب سے اہم وہ حرکاتی حصہ ہے جو جسم کے تمام اجزاء کی حرکت پر حاوی ہوتا ہے۔

دوسرا وہ حسی مقام ہے جو احساس لمس، احساس الم کے بعض عناصر، درجہ حرارت میں تغیرات اور ذوق کے احساس کی منتہا ہے۔ (اجزاء جسم کا ہر جز حرکاتی مقام اور حسی مقام دونوں میں نمائندہ ہوتا ہے۔) تیسرا بصری مقام وہ ہے، جو مرکز بصارت اور چشم سے نکلنے والی تمام نبضوں کی منتہا ہے اور پیشانی کے جوڑوں کا مقام جو پیشانی کے دونوں ٹکڑوں کے اگلے حصہ میں ہوتا ہے جہاں جسم کے مختلف اجزاء سے آنے والے پیغامات بامعنی احساسات کی شکل میں جمع ہوتے ہیں جسم کے مختلف اجزاء کیلئے صادر ہونے والے حرکت کے پیغامات مرتب و منضبط ہوتے ہیں اور ان تمام سرگرمیوں میں دخل انداز ہوتے ہیں جن پر دماغ کی حکمرانی ہے، نیز یہی مقام اعلیٰ عقلی اعمال مثلاً تعلیم، غور وفکر، بول چال، تحریر اور پڑھنے کا مرکز ہے۔

دماغ انسان کی تمام سرگرمیوں پر حاوی ونگران ہوتا ہے اور انسان کی سرگرمی دماغ کے خلیوں پر اثر انداز ہوتی ہے اور وہ اثر دماغ کے خلیوں میں اس طرح سے محفوظ ہوجاتا ہے جس کی حقیقت تک ابھی علم کی رسائی نہیں ہوئی ہے دماغ کے خلیوں میں محفوظ ہوجانے والے یہی اثرات اعلیٰ عقلی اعمال جیسے تعلیم، تذکرہ، تخیل اور غور وفکر کیلئے بنیاد بنتے ہیں۔ اس حقیقت کی روشنی میں غالباً ہم قرآن کی ان آیات کی تشریح سمجھ سکتے ہیں جن میں بتایا گیا ہے کہ کان، نگاہ، زبان اور جلد سب حساب کتاب کے دن لوگوں کے خلاف شہادت دیں گے۔ یہ شہادت کس طرح ہوگی اللہ ہی جانتا ہے لیکن چونکہ انسان کی تمام سرگرمیاں اس کے دماغ کے خلیوں میں ریکارڈ ہوجاتی ہیں تو ہوسکتا ہے اللہ تعالیٰ ان خلیوں کو قوت گویائی عطا کردیں اور وہ اپنے ریکارڈ کی تمام چیزیں اسی طرح دوہرادیں جس طرح کیسٹ ریکارڈ کی ہوئی تمام باتیں دہرا دیتی ہیں۔

جدید سائنسدانوں نے حافظہ کے معموں اور دماغ کے خلیوں میں انسانی تجربات کے ریکارڈ کا مطالعہ کیا، اس طرح کے ایک تجربہ میں ایک فرد کے ایک مرکز کو بجلی کی لہروں سے چھیڑا گیا تو اس نے ایک موسیقی ونغمہ کی آواز سنی جو پہلے کبھی سن رکھی تھی، پھر دوسرے مرکز کو کرنٹ لگایا گیا تو ایک مخصوص منظر اسے نظر آیا جو پہلے اس نے کبھی دیکھا تھا۔ ان تجربات سے معلوم ہوا کہ انسانی تجربات اس کے دماغ کے خلیوں میں ریکارڈ ہوتے ہیں اور ان خلیوں کو مخصوص انداز میں چھیڑ کر قدیم واقعات انسان کو یاد دلائے جاسکتے ہیں۔ اس بنیاد پر حقیقت کا علم اللہ کے سپرد کرتے ہوئے یہ کہا جاسکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ دماغ کے خلیوں کو گویائی عطا کردیں گے اور وہ ریکارڈ شدہ تمام اقوال و افعال دہرادیں گے اور انسان کو اپنے افعال واقوال اس طرح یاد آجائیں گے گویا اس کی نگاہوں کے سامنے زندہ مناظر ہوں۔ ممکن ہے کہ کچھ دیگر وسائل کے ذریعہ بھی انسان کے اقوال وافعال ریکارڈ کیے جاتے ہوں اور دماغ کے خلیے متعدد وسائل میں سے ایک وسیلہ ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ مختلف اعضاء جسم کے نسیجوں کے خلیے میں بھی ریکارڈ کا عمل انجام پاتا ہو جس کی حقیقت سے ابھی ہم ناآشنا ہوں۔ سورۂ فصلت 19 سے 21 میں اللہ تعالی فرماتے ہیں: ترجمہ:۔ اور اس وقت کا خیال کرو جب اللہ کے یہ دشمن دوزخ کی طرف جانے کیلئے گھیرے جائیں گے ان کے اگلوں کو پچھلوں کے آنے تک روک رکھا جائیگا پھر جب سب وہاں پہنچ جائیں گے تو ان کے کان اور ان کی آنکھیں اور ان کے جسم کی کھالیں ان پر گواہی دیں گی کہ وہ دنیا میں کیا کچھ کرتے رہے ہیں وہ اپنے جسم کی کھالوں سے کہیں گے تم نے ہمارے خلاف گواہی دی؟ وہ جواب دیں گے ہمیں اس خدا نے گویائی دی ہے جس نے ہر چیز کو گویا کردیا ہے اس نے تم کو پہلی مرتبہ پیدا کیا تھا اور اب اسی کی طرف تم واپس لائے جارہے ہو۔

سورۂ نور میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ترجمہ:۔ ’’وہ اس دن کو بھول نہ جائیں جبکہ ان کی اپنی زبانیں اور ان کے اپنے ہاتھ پاؤں ان کے کرتوتوں کی گواہی دیں گے‘‘ سورۂ یٰسین آیت 40 میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ترجمہ:۔ ’’آج ہم ان کے منہ بند کیے دیتے ہیں ان کے ہاتھ ہم سے بولیں گے اور ان کے پاؤں گواہی دیں گے کہ یہ دنیا میں کیا کیا کرتے رہے ہیں۔‘‘ دماغ کے اندر اربوں کی تعداد میں اعصابی خلیے ایک نسبتاً تنگ جگہ یعنی کھوپڑی میں موجود ہوتے ہیں، دماغ کی جھلی بیشمار نشیب وفراز پیدا کرتی ہے دماغی جھلی کی سطح فی الواقع اس قدر بڑی ہوتی ہے کہ اگر مسطح کرکے اسے بچھادیا جائے تو سولہ اسکوائر فٹ کی جگہ پر پھیل جائے گی۔ جھلی کا یہ رقبہ اور اس کے اندر اربوں کی تعداد میں اعصابی خلیے کیوں کر نہ انسان کی ایک ایک حرکت وعمل وقول وسرگرمی کو ریکارڈ کرسکتے ہیں۔ دماغ کی جھلی درحقیقت بہت بڑا رجسٹر ہے جس میں انسان کا ہر ہر عمل ریکارڈ ہوتا ہے اور غالباً یہ ان وسائل میں سے صرف ایک وسیلہ ہے جن میں اللہ نے اپنی حکمت سے انسانی اعمال و افعال کی ریکارڈنگ کا انتظام کر رکھا ہے تاکہ قیامت کے دن انسان کے خلاف ثبوت ہو جس کا انکار وہ نہ کرسکے۔

سورۂ اسراء کی آیت 31 سے 41 میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ترجمہ: ’’ہر انسان کا شگون ہم نے اس کے اپنے گلے میں لٹکا رکھا ہے، اور قیامت کے روز ہم اک نوشتہ اس کے لیے نکالیں گے جو وہ کھلی کتاب کی طرح پائے گا۔‘‘

پڑھ اپنا نامہ اعمال آج اپنا حساب لگانے کیلئے تو خود ہی کافی ہے۔ دماغ کے خلیوں میں انسانی اعمال کی ریکارڈنگ کے علاوہ دوسرا ایسا کوئی نظم بھی ہوسکتا ہے جو ایک بڑے اور عمومی رجسٹرڈ کی مانند ہو اور تمام لوگوں کے اعمال اس میں ریکارڈ ہوتے ہیں جیسا کہ بعض قرآنی آیات میں اس جانب اشارہ ملتا ہے۔ سورۂ زمر میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ترجمہ: ’’زمین اپنے رب کے نور سے چمک اٹھے گی، کتاب اعمال لاکر رکھ دی جائے گی، انبیاء اور تمام گواہ حاضر کردیئے جائیں گے لوگوں کے ساتھ ٹھیک حق کے ساتھ فیصلہ کردیا جائے گا، ان پر کوئی ظلم نہ ہوگا۔ حسی اعضاء مختلف محسوسات سے پیدا ہونے والی حسی تنبیہات سے متاثر ہوتے ہیں اور عصبی نبضیں اعصاب سے ہوکر دماغ میں مرکز احساس تک پہنچتی ہیں جس سے ادراک حسی وجود میں آتا ہے۔ قرآن کریم نے متعدد آیات میں بعض اہم اعضاء حس کی جانب اشارہ کیا ہے۔ ادارک حسی کے ضمن میں آیت ہے کہ ’’وہ اللہ ہی تو ہے جس نے تمہیں سننے اور دیکھنے کی قوتیں دیں اور سوچنے کو دل دیئے مگر تم لوگ کم ہی شکرگزار ہوتے ہو۔‘‘ **(المومنون 87)** قرآن کریم نے انسان کی جلد میں الم کا احساس کرنے والے کچھ مخصوص اعضاء کے وجود کی طرف اشارہ کیا ہے اس طرح انسانی جلد میں خصوصاً ہاتھ کی انگلیوں میں حاسہ لمس کے وجود کی طرف اشارہ کیا ہے۔ ’’جن لوگوں نے ہماری آیات کو ماننے سے انکار کردیا ہے انہیں ہم بالیقین آگ میں جھونکیں گے اور جب ان کے بدن کی کھال گل جائے گی تو اس کی جگہ دوسری کھال پیدا کردیں گے تاکہ وہ خوب عذاب کا مزہ چکھیں۔ اللہ بڑی قدرت رکھتا ہے اور فیصلوں کو عمل لانے کی حکمت خوب جانتا ہے۔ **(نساء 52)**

آدم خور اونٹ سے خوفناک ملاقات

رؤف راہی، فیصل آباد

میں پٹھانے کی لاش کو دیکھنا چاہتا تھا۔ پٹھانے کے بھائی نے جب لاش پر سے کپڑا اٹھایا تو میں دہشت سے کانپ اٹھا۔ چار پائی پر کھوپڑی اور چند بڑی بڑی ہڈیاں پڑی تھیں۔ جسم کا سارا گوشت نوچ لیا گیا تھا۔ اف خدایا! کتنا خوفناک تھا وہ منظر۔۔۔!

میں لائل پور سے بس پر سوار ہوا۔ میری منزل تحصیل لیہ تھی۔ میں نے فتح پور سے بارہ میل اور چوک اعظم سے آٹھ میل کے فاصلے پر صحرائی علاقے میں جانا تھا۔ پل حیات کے مقام پر میں بس سے اترا۔ چک ابھی چار میل دور تھا۔ گرمیوں کی آمد آمد تھی۔ میں دوپہر کے وقت ریت کے اونچے نیچے ٹیلوں پر سفر کرتے ہوئے اپنا راستہ بھول گیا۔ ایک بلند ٹیلے پر چڑھ کر ادھر اُدھر نظر دوڑائی۔ پانچ چھ فرلانگ کے فاصلے پر درختوں کے جھنڈ میں چند مکان دکھائی دیئے۔ جب میں وہاں پہنچا تو مجھے عورتوں کے رونے اور بین کرنے کی آوازیں سنائی دیں۔ بستی میں پہنچا تو ایک مکان کے سامنے بہت سے لوگ جمع تھے۔ معلوم ہوتا تھا گاؤں میں کوئی افسوسناک واقعہ رونما ہوا ہے۔

بڑے بڑے خوفناک کتوں نے میرا استقبال کیا' ایک آدمی آیا اس نے مجھے کتوں کے نرغے سے نکالا اور درخت کے نیچے چار پائی ڈال دی اور گھر سے ٹھنڈے دودھ کا پیالہ مجھے پیش کیا دودھ پی کر میری جان میں جان آئی۔ میں نے اسے سارا ماجرا کہہ سنایا۔ وہ تسلی دیتے ہوئے بولا: فکر نہ کرو' یہ چک نمبر 290 ہے۔ تمہارا چک یہاں سے پانچ میل کے فاصلے پر ہے۔ آج شام تمہارے چک کا چوکیدار یہاں آنے والا ہے اس کے ساتھ چلے جانا۔

میں نے عورتوں کی آہ وبکا کے بارے میں دریافت کیا۔ تو وہ غم میں ڈوب گیا کیا بتاؤں باؤجی' پٹھانے کو اونٹ نے کھالیا ہے' اس نے سر جھکا کر کہا' پٹھانا ہمارا پڑوسی تھا' کچھ عرصہ پہلے اس نے ایک اونٹ خریدا۔ یہی اونٹ اسے نگل گیا۔ وہ دیکھئے' سامنے درخت کے نیچے بندھا ہوا ہے۔ درخت کے نیچے ایک موٹا تازہ اونٹ کھڑا جگالی کر رہا تھا' اس کے جبڑوں میں ابھی تک خون لگا ہوا تھا۔ پھر میں نے پٹھانے کے بھائی کو بلایا تو اس نے کہا پندرہ بیس دن پہلے ہم نے یہ اونٹ فتح پور سے ستر ہزار روپے میں خریدا تھا۔ اونٹ غصہ ور ضرور تھا مگر ہمارے وہم وگمان میں بھی نہ تھا کہ خونخوار بھی ہوگا۔ بھائی کی موت کے بعد کچھ لوگوں نے بتایا ہے کہ اس نے پہلے بھی دو آدمیوں کو کھالیا تھا۔ میں پٹھانے کی لاش کو دیکھنا چاہتا تھا۔ پٹھانے کے بھائی نے جب لاش پر سے کپڑا اٹھایا تو میں دہشت سے کانپ اٹھا۔ چار پائی پر کھوپڑی اور چند بڑی بڑی ہڈیاں پڑی تھیں۔ جسم کا سارا گوشت نوچ لیا گیا تھا۔ اف خدایا! کتنا خوفناک تھا وہ منظر۔۔۔!

پٹھانے کے بھائی نے حادثے کی تفصیلات بتانی شروع کیں: ''فتح پور منڈی سے ہم دونوں بھائی اسی اونٹ پر سوار ہو کر آئے اور دو ہفتے تک اس سے کوئی کام نہ لے سکے یہ تھان پر بندھا ہوا چارہ کھاتا رہا۔ آج صبح ہمیں اپنے کھیتوں سے سرسوں کا بیج لانا تھا۔ بھائی نے اسے نکیل ڈالی اور چک کے ایک اور آدمی محمد علی کو ساتھ لے کر کھیت کی طرف چل دیا۔ گاؤں سے تھوڑی دور جا کر اونٹ نے گردن کو ادھر ادھر جھٹکے دیے اور پھر زمین پر بیٹھ گیا۔ بھائی نے اسے کھڑا کرنے کی بہت کوشش کی لیکن کامیاب نہ ہوا۔ تنگ آ کر وہ اسے ڈنڈے سے پیٹنے لگا۔ بدقسمتی سے ڈنڈے کی ایک ضرب اونٹ کی نکیل پر لگی نکیل ناک سے نکل گئی اور اونٹ آزاد ہوگیا' بس پھر کیا تھا باؤ جی! وہ آہ بھر کر بولا: اونٹ نے میرے بھائی کو گردن سے دبوچا۔ نیچے گرا کر اس پر اپنا پاؤں رکھ دیا اور منہ سے اس کا گوشت نوچنے لگا۔ یہ منظر دیکھ کر محمد علی شور مچاتا اور واویلا کرتا ہوا گاؤں کی طرف بھاگا۔ ہم ڈنڈے اور کلہاڑیاں لے کر دوڑے۔ لیکن جب ہم لوگ وہاں پہنچے' لاش کی جگہ وہ ہڈیاں پڑی تھیں جو آپ دیکھ کر آئے ہیں۔ میں نے کہا آپ ایسے اونٹ کو گولی کیوں نہیں مار دیتے؟ وہ کہنے لگا ہمیں اس اونٹ کا تیس ہزار روپیہ مل رہا ہے وہ درخت کے نیچے بیٹھا شخص اس کا خریدار ہے۔ عصر کے بعد وہ شخص اونٹ کی قیمت ادا کر کے چلا گیا۔ شام کو چوکیدار کے ساتھ میں اپنے چک آ گیا اور چند دن وہاں ٹھہر کر واپس فیصل آباد لوٹ آیا۔ بعد میں کچھ پتہ نہ چل سکا کہ آدم خور اونٹ نے اپنے نئے مالک کا کیا حشر کیا۔

وہ جنت میں ضرور جائیگا

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ کی روایت ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص سال میں پانچ راتوں کو ساری رات اللہ کی عبادت کیلئے بیدار رہے وہ ضرور جنت میں داخل ہوگا۔ وہ پانچ راتیں یہ ہیں: 1۔عیدالفطر کی رات' 2۔یوم عاشورہ کی رات۔ 3 یوم ترویہ کی رات۔ 4۔عرفہ کی رات۔ 5 مزدلفہ کی رات۔

(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ)

کتنے عظیم ہیں یہ بے زبان؟

زینب بی بی

ہم سے یہ بے زبان پرندے اور حیوان بہتر ہیں جو دُکھ سُکھ' مصیبت اور ظلم کے وقت ایک دوسرے کی مدد کرتے ہیں

ایک دفعہ میں ایک بچی کو سکول چھوڑنے جا رہی تھی کہ واپسی پر ایک چھوٹا سا چڑیا کا بچہ گلی میں بیٹھا ملا۔ میں نے اسے پکڑا اور گھر لے گئی اور اسے ایک جالی دار ٹوکری میں بند کر دیا اور اسے دانہ دنکا بھی ڈالا' پکڑا اس لیے تھا کہ وہ اڑنے کے قابل نہیں تھا کہیں کوئی بلی نہ کھا جائے یا کسی کے پاؤں کے نیچے آ کر نہ مر جائے۔ بچے دیکھ کر خوش ہونگے اور کھیلیں گے۔ لیکن بچے کو صحن میں ٹوکری کے نیچے بند کرتے ہوئے کچھ چڑیوں نے دیکھ لیا تھا لہٰذا چند چڑیوں نے مسلسل ٹوکری کے پاس احتجاج کیا' خوب شور مچایا' ٹوکری کے گرد گھومتی پھرتی رہیں آخر میں نے سوچا یہ بچہ پکڑنے اور بند کرنے کی وجہ سے پریشان ہے لہٰذا میں نے بچہ کو آزاد کر دیا۔ انہوں نے تقریباً آدھا گھنٹہ بچہ کو اڑنا سکھایا' پھر اڑا کر ساتھ لے گئیں۔ لیکن! میں آج تک سوچتی ہوں ہم سے یہ بے زبان پرندے اور حیوان بہتر ہیں جو دُکھ سُکھ' مصیبت اور ظلم کے وقت ایک دوسرے کی مدد کرتے ہیں' احتجاج کرتے ہیں اور احساس بھی کرتے ہیں لیکن ہم......! انسان عقل وشعور رکھتے ہوئے ہر برائی' ظلم' بدی' ناانصافی کو نہ برا سمجھتے ہیں' نہ کسی کی مدد کرنے کو تیار ہیں' خودغرضی' نفس پرستی' اذیت دینا' اذیت میں انسان کو دیکھ کر خوش ہونا ہمارا شیوہ بنتا جا رہا ہے جبکہ کسی شاعر نے انسان کا مقصد حیات کچھ یوں بیان کیا ہے:

درد دل کے واسطے پیدا کیا انساں
ورنہ اطاعت کیلئے کچھ کم نہ تھے کروبیاں

کاش! ہر مسلمان اس طرح کی صفات اپنے اندر پیدا کرنے کی کوشش کرے' یہ عاجزی وانکساری بہت بڑی دولت ہے جس کو ہر نبی اور ولی نے اپنایا اور آخرت میں یہ بخشش کا سامان بھی ہے۔

پیپ پڑنے کا آرام دہ علاج

اکثر انگلی یا کسی حصہ میں پیپ پڑ جاتی ہے اس کے علاج کیلئے ایک تولہ گندم لیکر اس کو گرائنڈ کر کے پیس کر بکری کے دودھ میں کھیر بنا کر پیپ پر باندھ دیں' پیپ خود بخود نکل کر زخم صاف ہوجائیگا' اگر بکری کا نہ ملے تو گائے کا استعمال کریں۔ **(محمد ادریس' ایبٹ آباد)**

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

☆ریشہ اور منہ سے بدبو☆نیند کا علاج☆ بھوک بہت لگتی ہے☆ کان میں کیڑے☆ نیند کا علاج

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

چھائیاں اور میں۔۔۔!

میری عمر 40 سال ہے۔ آٹھ سال پہلے بچے کی پیدائش کے بعد میرے چہرے پر ہلکے چھائیوں کے نشان پڑ گئے تھے۔ میرا خیال تھا کہ وقت کے ساتھ خود بخود ختم ہوجائیں گے لیکن اتنے سال گزر جانے کے بعد ختم ہونے کے بجائے اور زیادہ بڑھ گئے ہیں اور اب بھی بڑھ رہے ہیں۔ ہونٹ' گال' ناک اور ماتھا چھائیوں سے بھر گیا ہے۔ **(فاطمہ سجاول' کوئٹہ)**

مشورہ: آپ کیلشیم سے بھرپور غذائیں کریں' خاص طور پر دودھ کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ آپ کے جسم میں کیلشیم کی کمی ہے۔ رات سونے سے ایک گھنٹہ پہلے ایک گلاس نیم گرم دودھ میں دو چمچ شہد ملا کر استعمال کریں۔۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جب سے بالغ ہوا ہوں

میری عمر 25 سال ہے' جب سے میں بالغ ہوا ہوں' بدخوابی کا مسئلہ ہے' قبض نہیں ہوتا' بدخوابی کی وجہ سے جاگ جاتا ہوں تو تلوے جلتے ہیں' میں اپنے اس مسئلے کی وجہ سے جب سے بالغ ہوا ہوں تب سے زندگی میں کبھی بھی پیٹھ کے بل چت سو کر نیند نہیں لے سکا ہوں۔ **(مبین احمد' دبئی)**

مشورہ: یہ مسئلہ حرام مغز سے متعلق معلوم ہوتا ہے۔ کمر کی مختلف ورزشیں کریں۔ سبزیاں' تازہ پھل' چاول' دودھ وغیرہ سے پرہیز کریں۔ سرد چیزیں نہ کھائیں۔ بہت عمدہ قسم کا اصلی عرق عنبر ایک اونس غذا کے بعد دن میں تین بار پئیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

85 کلو وزن پھر بھی کمزور

میری عمر 25 سال ہے۔ میرا وزن 85 کلو ہے' کھانا بہت کم کردیا' ورزش بھی بہت کی۔ میرے سر کے آدھے سے زیادہ بال سفید اور نظر کمزور ہوگئی ہے۔ **(محمد شاکر' کراچی)**

مشورہ: روزانہ باقاعدگی سے کھیل کود میں حصہ لیں' ازخود ڈائٹنگ خطرناک ہے' کسی ماہر مستند طبیب کے مشورے کے بغیر ڈائٹنگ نہ کریں۔ عرق ماء اللحم عنبری صبح وشام پئیں' ازخود غذا میں کمی نہ کریں۔ طبیعت کے مطابق ہلکی غذا شدید بھوک پر لیں اور بھوک رکھ کر کھائیں۔ **غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

نیند کا علاج

میری عمر 26 سال ہے' ایم اے کررہی ہوں' نیند بہت آتی ہے' کتاب آنکھوں کے سامنے اور آنکھیں بند! کوئی آسان سا نسخہ بتائیں کہ نیند اڑ جائے اور میں سکون سے پڑھ سکوں۔ **(شیزہ' لاہور)**

جواب: خشک دھنیا کوٹ کر سفوف بنالیں اور کپڑ چھان کرلیں۔ صبح وشام کھانا کھانے کے بعد آدھی چمچ صبح شام تازہ پانی سے لیں۔ تین چار روز میں نیند کا غلبہ کم ہوجائے گا۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

[redacted]

مجھے درد شقیقہ کی تکلیف ہے۔ آدھے سر میں درد رہتا ہے' جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں' یہ درد صبح کو شروع ہوتا اور سورج کے چڑھنے کے ساتھ ساتھ شدت اختیار کرتا جاتا ہے۔ کوئی آسان سے علاج بتائیے۔ **(محمد وریام' کراچی)**

جواب: گندم کے آٹے کو لے کر اس کی روٹی پکائیں' ایک جانب سے پک جائے مگر دوسری جانب کچی رکھیں۔ کچی جانب کو تلوں کے تیل سے تر کرلیں اور مریض کے سر پر باندھیں دو، دو گھنٹے بعد تین دفعہ کریں۔ شقیقہ کا درد رفع ہوجائے گا۔ **غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

کان میں کیڑے

میرے کانوں میں کیڑے ہیں جس کی وجہ سے میرے دن رات بے چینی میں گزرتے ہیں' بہت سے علاج کروائے وقتی طور پر فائدہ ہوتا ہے لیکن بعد میں پھر وہی مرض دوبارہ ہوجاتا ہے۔ براہ مہربانی کوئی آسان سا علاج بتائیے۔ **(محمد اشرف' راولپنڈی)**

جواب: تمباکو کے سبز پتوں کا پانی نکال کر ہر نصف گھنٹہ بعد نیم گرم کرکے 3,3 قطرے کانوں میں ڈالیں' کیڑے مرکر یا زندہ ہی نکل جائیں گے۔

گلا خراب

میرا گلا بہت خراب رہتا ہے' میں مقامی مسجد میں مؤذن ہوں' اذان دیتا ہوں تو اذان کے دوران ہی گلا بیٹھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بہت پریشانی ہوتی ہے' علاج سے مطلع کریں۔ **(حافظ رمضان' خانیوال)**

جواب: مصری' الائچی خورد' جڑ پان اور ملٹھی ایک ایک ماشہ لے کر بیس پڑیا بنالیں اور صبح' دوپہر' شام اور رات ایک ایک پڑیا منہ میں رکھ کر چوسیں' آواز صاف ہوجائیگی۔ **غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

بھوک بہت لگتی ہے

میری عمر 21 سال ہے' مجھے بھوک بہت لگتی ہے' بھوک سے اتنا بے چین ہوجاتا ہوں کہ جو سامنے آتا ہے کھا جاتا ہوں چاہے اس چیز کا مالک کوئی بھی ہو جس کی وجہ سے مجھے بعض اوقات بہت پریشانی اور شرمندگی اٹھانا پڑتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی نسخہ بتائیں کہ مجھے بھوک بہت کم لگے۔ **(عبدالرشید' کوئٹہ)**

جواب: عبدالرشید صاحب اس مرض کو جوع الکلب کہتے ہیں اس صورت میں آپ تازہ مکھن لے کر جتنا کھایا جاسکے کھائیں یہ عمل ہفتہ بھر کریں۔ جھوٹی بھوک ختم ہوجائے گی۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

ہچکی کی شکایت

میرے والد صاحب کو ہچکی کی شکایت ہے' ہٹنے کا نام ہی نہیں لیتی' اس بیماری کی وجہ سے میرے والد صاحب کو بہت پریشانی ہوتی ہے اور بعض اوقات سانس اکھڑ جاتی ہے کچھ بھی کھایا پیا نہیں جاتا' کوئی آسان سی ترکیب بتائیں جس سے ہچکی سے نجات مل جائیں۔ **(عبدالحمید' کراچی)**

جواب: ہلدی کی گانٹھ لے کر باریک پیس لیں اور تمباکو کی چلم میں دو چٹکی تمباکو کی جگہ رکھیں اور بیمار سے کہیں کش لگائیں چند دن کرنے سے پرانی سے پرانی ہچکی دور ہوجائیگی۔ **غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

قبض کا علاج

محترم حکیم صاحب! مجھے قبض بہت پرانی ہے' میں نے بہت سے حکیموں اور ڈاکٹروں سے پورے پورے کورس کروائے ہیں لیکن یہ نامراد مرض میری جان نہیں چھوڑ رہا' براہ مہربانی

قبض کیلئے تیر بہدف نسخہ بتائیں۔ **(ملک وسیم لاہور)**

جواب: دن میں ہر آدھے گھنٹے بعد پانی کا ایک گلاس پئیں اور رات سوتے وقت 3 تولہ گڑ کھالیں' قبض دور ہوجائی گی۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

کالا یرقان کا علاج ہے؟؟؟

آج کل کالا یرقان عام ہے۔ ہمارے گاؤں میں اکثر لوگ اس کا شکار ہیں' کئی مریضوں کو ڈاکٹروں کے پاس لے کر گئے' ایک سال سے زیادہ ہوگیا انہیں فائدہ نہیں ہوا' کیا طب اسلامی میں اس کا علاج ممکن ہے؟ **(لیاقت علی' بہاولپور)**

جواب: لیاقت صاحب! اس کا علاج طب اسلامی میں ہی ممکن ہے۔ ڈاکٹر صاحبان اس کیلئے ٹیکے استعمال کراتے ہیں' مگر وہ فائدہ مند ثابت نہیں ہوتے' صبح وشام قرص جگر 3-3 گولی اور بعد غذا دواء الکبد' چوتھائی چمچ اور نصف کپ عرق مرکب استعمال کریں۔ انشاء اللہ 3 ماہ میں ہیپا ٹائٹس سی نیگٹو ہوجاتی ہے۔ ہیپا ٹائٹس ای اگرچہ پاکستان میں نہیں ہوتی لیکن چند ماہ پہلے کینیڈا سے آنے والی ایک خاتون کو بھی اس سے فائدہ ہوا اگر ایل ایف ٹی بڑھا ہوا ہو تو صبح شام 2-2 ماشہ کشتہ سنکھ ایک پاؤ دہی میں ملا کر نہار منہ لیں تو وہ بھی نارمل ہوجائے گی۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

خروج مقعد کا عارضہ

میری عمر 55 سال ہے' مجھے خروج مقعد کا عارضہ لاحق ہے' بہت سے ڈاکٹری علاج بھی کارگر ثابت نہیں ہوئے' نہ آرام سے بیٹھ سکتی ہوں' نہ سو سکتی ہوں' نہ چل پھر سکتی ہوں' بہت پریشانی میں زندگی گزر رہی ہے' براہ مہربانی حکیم صاحب کوئی اچھا سا ٹوٹکہ بتائیں۔ **(ساجدہ بیگم' گجرات)**

جواب: آدھ تولہ پھٹکڑی لے کر چار کلو ٹھنڈے پانی میں حل کریں اور دن میں 5,4 مرتبہ آبدست لیا کریں' اس سے نہ صرف خروج مقعد بلکہ خونی بواسیر اور بھگندر کو بھی فائدہ ہوگا۔ مسلسل ایک ہفتہ استعمال کریں۔ **غذا نمبر 1 استعمال کریں۔**

حمل ساقط

محترم حکیم صاحب! میرا حمل تین بار ساقط ہوچکا ہے' میں انتہائی پریشان ہوں' اگر آپ کے پاس کوئی علاج ہے تو بتائیں۔ (پوشیدہ)

جواب: بہن! جس تکلیف کی آپ بات کرتی ہیں' اسے اٹھراہ کہتے ہیں' اس صورتحال میں حمل ٹھہرنے سے ولادت تک صبح کے وقت دھنیا کے 21 ثابت دانے اور شام زیرہ سیاہ کی دو چٹکیاں ٹھنڈے پانی سے لے لیا کریں۔ انشاء اللہ اسقاط سے محفوظ رہیں گی۔ **غذا نمبر 3 استعمال کریں۔**

بال گر رہے ہیں

میرے بال بہت گر رہے ہیں' اگرچہ عمر صرف 24 سال ہے' ہر وقت شرمندہ رہتا ہوں' دوست رشتہ دار میرا مذاق اڑاتے ہیں۔ کوئی ترکیب بتائیں کہ نئے بال اُگ آئیں۔ **(عبدالرحمن' لاہور)**

جواب: جس مقام سے بال گر رہے ہیں' وہاں لگائیں' پانچ تولہ تلوں کو کوٹ کر 20 تولہ پانی میں جوش دیں۔ پھر رات کو بالوں کو اس پانی سے دھوئیں۔ بال لمبے اور گھنے ہوجائیں گے۔ **غذا نمبر 2 استعمال کریں۔**

چہرے کی خشکی دور کرنے کا لوشن

روغن بادام 2 چائے کا چمچ' گلیسرین' لیموں' عرق کھیرا تینوں ہم وزن یعنی 6,6 چمچ' روغن زیتون ایک ٹی سپون' شہد ایک ٹی سپون۔ یہ تمام چیزیں ایک بوتل میں اچھی طرح ملا کر مکس کریں' بہت لاجواب لوشن تیار ہے۔

(عظمیٰ عبدالستار)

خوشخبری

درج ذیل شہروں میں ادویات اور کتب کی ایجنسی لینے کے خواہشمند حضرات دفتر عبقری سے رابطہ کریں۔ ایجنسی پہلے آئیں پہلے پائیں کی بنیاد پر دی جائے گی۔ مالی طور پر مستحکم پارٹیاں رجوع کریں جو ادویات کا سٹاک رکھ سکیں۔

سیالکوٹ۔ علی پور۔ حاصل پور۔ پاکپتن۔ شورکوٹ۔ بھیرہ شریف۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ وزیر آباد۔ ڈسکہ۔ خان پور۔ صادق آباد۔ قلعہ دیدار سنگھ۔ بنوں۔ کوٹ ادو۔ تونسہ شریف۔ کوہاٹ۔ مری۔ ساہیوال۔ رائے ونڈ۔ ٹیکسلا۔ مردان۔ بھمبر۔ پلندری۔ تلہ گنگ۔ نوشہرہ۔ سوات۔ چارسدہ۔ شجاع آباد۔ خیرپور ٹامیوالی۔ ہری پور۔ دوآبہ آباد۔ ٹھینکی۔ مانسہرہ۔ ڈیرہ غازیخان۔ منڈی یزمان اور ایسے شہر جہاں ایجنسی نہیں وغیرہ۔۔۔!

قواعد وضوابط لاگو ہونگے۔ (ادارہ)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقیٰ' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک رس ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' بند' براؤن بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' نمکین دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' مسمی' میٹھا' لیچی' امرود' کھیرا' چھاچھ' کدو' ناریل کا پانی۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری' گھیا کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگی' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' انجیر تھوڑی مقدار میں' ڈبل روٹی سادہ براؤن بریڈ' رس' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ڈرائی فروٹ' زیتون کا پھل' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے کی زردی' چھوٹا مغز

سلسلہ وار آپ بیتی قسط نمبر 37

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

بیٹیوں کی شادی کا مسئلہ کس نے حل کروایا

مجھے آج ان باتوں سے وہ سارا تجربہ وہ سارا مشاہدہ وہ سارا ثبوت یاد آ گیا۔ مجھے خوشی ہوئی کہ چلو اس جن نے اپنے مشاہدات بھی بتا دیئے اور میری بات کی تصدیق بھی کر دی۔ ایک بونے جن نے ایک بات بتائی کہنے لگے کہ جب سے آپ نے موتی مسجد کا بتایا تو کراچی سے دو بوڑھے میاں بیوی یہاں آئے ان کی بیٹیوں کی شادی کا مسئلہ تھا اور وہ بہت پریشان تھے بیٹیوں کے بال سفید ہو گئے تھے‘ کسی بھی طرح رشتہ نہیں ہوتا تھا اور زندگی کے دن رات یونہی مایوسی میں گزر رہے تھے ہر صبح ایک نئی امید اور ہر شام حسرت و یاس میں چلی جاتی وہ پریشان تھے کہ آخر کیا ہوگا؟ عبقری میں آپ کا مضمون پڑھ کر وہ آئے تو روتے روتے موتی مسجد میں ان کی ہچکی بندھ گئی‘ ہمیں ان کے مسائل کی چونکہ خبر ہوگئی اس لیے ہم ان کے ساتھ چلے گئے۔ وہ ٹرین سے چونکہ کراچی پہنچے‘ ہم ان سے پہلے کراچی پہنچ گئے اور ان کے گھر پہنچ کر ان کے گھر کے ایک کونے کے اندر کچھ ایسے تعویذ دبے ہوئے تھے جن کا تعلق رشتوں کی بندش سے تھا ہم نے ان کو نکالا اور جا کر سمندر میں ڈال دیا جب سمندر میں ڈالا تو ان کی وہ چیزیں ختم ہوگئیں تو جب وہ گھر پہنچے تو رشتے والے ان کی طرف رجوع کرنے لگے۔ تین بیٹیاں تھیں جن میں سے ایک کی شادی ہوگئی‘ ایک کا رشتہ طے ہوگیا ہے اور تیسری کیلئے رشتے آ رہے ہیں۔

ہمیں تو موتی مسجد سے عشق ہے

میں نے ان جنات کا شکریہ ادا کیا کہ آپ نے میرا مضمون پڑھنے والے قارئین کی مدد کی۔ وہ بونے جنات کہنے لگے ہمیں تو موتی مسجد سے عشق ہے‘ ہمیں موتی مسجد محبت اور پیار ہے‘ ہم تو ہر آنے والے کو اپنا مہمان سمجھتے ہیں اور ہر آنے والا ہمارا دوست اور ہمارا مخلص ساتھی ہوتا ہے‘ ایسے ایسے لوگ آئے جن کے پاس وسائل کم تھے‘ مسائل زیادہ تھے ہم نے ان کے گھر جا کر مدد کی‘ بعض لوگوں کے شیاطین جنات سے ہم نے خود لڑائی کی اور ان جنات کو ختم کیا‘ بعض لوگوں کے جادو ختم کیے اور بعض لوگوں کی آپس میں صلح کروائی‘ نفرتیں اور دل کے کینے ختم کیے‘ ان کے دل کی دنیا آباد ہوئی‘ بعض لوگ اپنی اولاد کی نافرمانی سے پریشانی ہو کر آئے ان کے ساتھ ہم خود گئے اور اولاد کو نافرمان بنانے کیلئے جو خبیث جناتی چیزیں مسلط تھیں اور جو انہیں ہر وقت منفی سوچ دیتی تھیں‘ انہیں مثبت طریقوں اور نیکی کی راستوں سے ہٹاتی تھیں ان سے ہم نے جنگ کی اور انہیں دور کیا اور ان نوجوان بیٹے اور بیٹیوں کو ہم نے اپنی روحانی نظر سے پاک کیا اور ان کے اوپر روحانی دم کیے اور واپس آ گئے۔ میں حیرت سے ان نیک جنات کی کارگزاری سن رہا تھا اور مجھے اچھا لگا کہ اللہ تیرا شکر ہے کہ تو نے مجھے مخلوق خدا کو موتی مسجد تک پہنچانے کا ذریعہ بنایا۔

ایک بددعا۔۔۔اور نسلیں برباد

ایک جن نے بتایا یعنی بونے جن نے کہ ایک جوڑا ہمارے پاس موتی مسجد میں آیا میں نے انہیں ٹوکا کہ ہمارے پاس سے کیا مراد ہے؟؟؟ تو کہنے لگا کہ ابھی تو ہم نے آپ سے کہا ہے کہ موتی مسجد میں آنے والا ہر شخص ہمارا مہمان ہوتا ہے۔۔ ہمارے پاس ایک جوڑا آیا ان کے ہاں اولاد نہیں تھی‘ انہیں شک تھا کہ ان کے اوپر کسی نے جادو کیا ہے حالانکہ ان پر جادو نہیں تھا اور نہ ہی ان کے اوپر جنات کا اثر تھا۔ دراصل ان کے پیچھے ایک بددعا تعاقب کر رہی تھی اور وہ بددعا یہ تھی کہ ان کے دادا نے ایک فقیر کو ستایا تھا اور اس کی توہین کی تھی اور ان کے گھر کے اندر ایک خاتون کام کرتی تھی اس خاتون کو انہوں نے بری طرح جھڑکا تھا اور بہت زیادہ سزا دی تھی جبکہ ان کی غلطی بہت تھوڑی تھی‘ اس کے دل سے دکھی آہ نکلی اور آہ یہ نکلی کہ تیری نسلیں کبھی آباد نہ رہیں اور واقعی ایسا ہوا ان کی اولاد یا تو پیدا ہوتے ہی مر جاتی تھی یا پھر اس کی اولاد ہوتی ہی نہیں تھی تو ہم نے ان کی بددعا کا ازالہ یہ کیا کہ ان کے مال میں سے بہت سا حصہ صدقہ کیا اور وہ صدقہ اس خاتون کو جو کہ بہت عرصہ پہلے فوت ہوگئی تھی اور جس کی بددعا لگی تھی اس کی روح کو پہنچایا۔ مزید قرآن پاک سے مخصوص آیات ہم نے ان پر دم کیں اور جب وہ گھر پہنچے تو ہفتے بعد ہی اس خاتون کو امید ہوگئی اور اب وہ خاتون امید سے ہے۔

میری خوشی و مسرت

میں ان کی باتیں سن رہا تھا اور خوشی بھی ہو رہی تھی اور مسرت بھی......حتیٰ کہ خوشی اور مسرت سے میری آنکھوں سے آنسو نکل آئے۔ بونے جنات بہت سارے تھے میں نے ان سے پوچھا کوئی اور بات سنائیں کہ مجھے آپ کی باتوں سے دلی سکون مل رہا ہے کہ مخلوق خدا کی مشکلیں ٹلیں۔

موتی مسجد سے چوری کرنیوالے کا انجام

کہنے لگے یہاں کچھ لوگ جائے نماز جھاڑو اور کچھ چیزیں چھوڑ کر گئے پھر کچھ لوگوں نے انہیں اٹھا کر بیچنا شروع کر دیا‘ جس جس نے بھی یہ کام کیا یعنی چیزیں بیچیں ہم نے انہیں سزائیں دی‘ کسی کے بیٹے کو نقصان پہنچایا‘ کسی کے گھر کو نقصان پہنچایا‘ کسی کا حادثہ کرایا‘ کسی کی ہڈی تروادی اور کسی کے گھر کے اندر لڑائی کروا دی‘ کسی کو مالی کسی کو جانی بہت نقصان پہنچایا کیونکہ یہ کام وہ تھا جو کہ مسجد کا تھا اور یہ ہماری محبوب مسجد‘ ہماری مسجد سے کوئی چیز چوری کرے تو ہم اسے پرسکون نہیں دیکھ سکتے وہ یقیناً پریشان ہوگا اور اسے پریشان ہونا بھی چاہیے۔ ہم نے جی بھر کر انہیں پریشان کیا۔

بونے جنات کی دعائیں

یہاں جو عبادت کرنے آئے اور خلوص سے آئے ہم نے جی بھر کر ان کیلئے دعائیں کیں‘ کچھ کی مدد کی‘ ورنہ سب کو دعاؤں کے ساتھ بھیجا اور سب کو ہم نے روحانی دم کیا‘ ہر آنے والا شخص یہاں سے خالی نہیں گیا‘ ہاں وہ شخص جس کے اندر یقین نہیں وہ ضرور خالی جائے گا کیونکہ ہر شخص یہاں یقین کی خیرات پاتا ہے‘ اللہ بھی یقین والوں کے ساتھ ہے بے یقین کے ساتھ تو خود رب بھی نہیں ہے‘ ہم نے یقین کی دنیا میں ان لوگوں کو دیکھا ہے۔ جنات بتا رہے تھے کہ بعض لوگ موتی مسجد میں ایسے آئے جو تین تین دن یہاں ٹھہرے‘ صبح آتے تھے شام کو چلے جاتے تھے‘ پھر اگلی صبح آتے تھے‘ بعض ایسے ہیں جو سات سات دن ٹھہرے‘ بعض ایسے جو دو دو تین تین ہفتے ٹھہرے اور یہاں مسلسل عبادت‘ اعمال اور وہ نوافل جو آپ نے بتائے تھے کرتے رہتے تھے اور وہ پا کر گئے۔ بعض لوگ چونکہ جلدی میں ہوتے ہیں اور تسلی سے عبادت نہیں کرتے اس لیے انہیں مراد نہیں ملتی۔ جو تسلی سے وہ نفل پڑھے اور بار بار یہ عمل کرے وہ جلدی یا دیر سے۔۔۔۔ دراصل دیر اس لیے ہوتی ہے ان کے گناہ زیادہ ہوتے ہیں‘

ان کی پریشانیاں اس لیے ہوتی ہیں یا ان کے اوپر جادو سخت ہوتا ہے' بندشیں سخت ہوتی ہیں' یا ان کے پیچھے کوئی بددعا تعاقب کررہی ہوتی ہے اس لیے دیر لگتی ہے جو عمل کو متواتر کرتا رہے اور جو عمل میں تواتر کرے اسے دیر نہیں لگتی' پریشانیاں اور مصیبتیں دور ہوجاتی ہیں' مصیبتیں دور کرا کے بہت خوشگوار ہلکا پھلکا موتی مسجد سے نکلتا ہے۔

اسم یاقہار۔۔۔اور خبیث جنات کا شکوہ

میں نے ایک بونے جن سے پوچھا یاقھار کے کوئی تجربات آپ کے مشاہدے میں آئے ہوں۔

کہنے لگے جب سے آپ نے یاقھار بتایا ہے اور وہ لوگ جو عبقری پڑھتے ہیں وہ یاقھار پڑھتے ہوئے جب بھی شاہی قلعے میں آتے ہیں تو اس شاہی قلعے کے شاہی محلے یعنی ہیرا منڈی کے جس کونے کا میں نے پہلے تذکرہ کیا اس کونے کے وہ جنات جو بیت الخلا کی طرف رہتے ہیں وہ بہت پریشان ہیں اور ان کے کئی جنات مر گئے ہیں ان کے گھروں کو آگ لگ گئی ہے وہ ہمارے پاس آئے اور کہا کہ آپ علامہ صاحب کو روکیں کہ علامہ صاحب لوگوں کو یاقھار نہ پڑھنے دیں ہم علامہ صاحب کو نقصان نہیں پہنچا سکتے کیونکہ ان کے گرد مضبوط روحانی قلعہ ہے' ان کی نسلوں کی بھی حفاظت رہے گی انشاء اللہ تعالیٰ کیونکہ ان کی نسلوں کے گرد بھی روحانی قلعہ ہے لیکن ہمارے تو گھر اجڑ گئے برباد ہوگئے تو وہ بونا جن مجھ سے کہنے لگا کہ میں نے ان سے کہا کہ تم لوگوں کو تنگ کرنا چھوڑ دو کہنے لگا کہ شرارت تو ہمارے خمیر میں ہے ہم کیسے تنگ کرنا چھوڑ دیں؟

انسان و جنات کیلئے خیر کا ذریعہ

میں نے ان سے کہا تم مسلمان ہوجاؤ' کہا ہم مسلمان نہیں ہوسکتے' میں نے ان میں سے کئی لوگوں کو اسلام کی طرف دعوت دی اور شاہی محلے کے کئی ہندو اور عیسائی جنات مسلمان ہوگئے' بہت سوں پر محنت جاری ہے۔ واقعی یاقھار کا پڑھنا جہاں انسان کے تقویٰ و تربیت کا ذریعہ بنتا ہے وہاں جنات کیلئے بھی ہدایت اور خیر کا ایک ذریعہ بنتا ہے جنات بھی اس کو مانتے ہیں جنات بھی اس کو تسلیم کرتے ہیں یہ ایک مختصر نشست کا تذکرہ تھا جو میں نے جنات کے ساتھ کی۔

لاہور شہر کے نیچے ایک اور آباد شہر.......!!!

ایک بات بتانا میں بھول گیا وہ یہ ہے کہ شاہی قلعہ کے اردگرد کچھ ایسے راز اور بھی ہیں جو کبھی میں آپ بتاؤں گا ان رازوں کا تعلق اللہ کی قدرت سے ہے جس جگہ شاہی قلعہ بنا ہے یہاں پہلے اونچے اونچے ٹیلے ہوتے تھے اور ویسے بھی پرانا شہر تمام ان پرانے ٹیلوں پر بنا ہوا تھا۔ انوکھی بات یہ ہے کہ ان ٹیلوں کے نیچے صدیوں اور ہزاروں سال پہلے بہت پرانا شہر آباد تھا' قدرت خدا کی وہ شہر ختم ہوگیا' پھر اللہ کا نظام کہ اللہ نے اپنی طاقت وقوت سے مٹی کو حکم دیا اور پھر یہاں بہت بڑے بڑے ٹیلے بن گئے ان ٹیلوں کے نیچے یعنی شاہی قلعہ کے نیچے اور پورے پرانے لاہور شہر کے نیچے ایک بہت بڑا اور بہت پرانا شہر ہے جس کی اپنی ایک مخصوص تہذیب اور تمدن اور جس کے اندر اپنا ایک مخصوص نظام ہے اور وہاں بھی ایک مخلوق آباد ہے جو انسان نہیں اور جنات بھی نہیں وہ اور مخلوق ہے جو صرف اللہ کے قبضہ قدرت میں ہے۔۔۔ میں یعنی علامہ لاہوتی بھی اس کائنات کے رازوں کو تھوڑا سا پاسکا ہوں زیادہ نہیں پاسکا اور زیادہ پانے کی کوشش کرہی نہیں سکتا کیونکہ وہاں کا نظام صرف اور صرف اللہ کے امر کے ساتھ چلتا ہے جس طرح آسمانوں کے اوپر مخلوق ہے' زمین کے اوپر مخلوق ہے' زمین کے نیچے بھی مخلوق ہے زمین کے نیچے بھی کائنات ہے اور وہ اللہ کے امر میں ہے اللہ جس طرح چاہ رہا اس طرح ہورہا۔ اللہ نے اپنا نظام اپنے چند بندوں کیلئے کھولا ہے ہر بندہ اس نظام کو پہنچ نہیں سکتا اگر ہر بندہ اس نظام کو پہنچ جائے تو کائنات کا راز راز نہ رہے کیونکہ یہ راز اب سب کے بس کا کام نہیں ویسے بھی روح کی دنیا پراسرار دنیا لاہوتی دنیا' ملکوتی دنیا' جبروتی دنیا' ناسوتی دنیا اور ارواح کی دنیا یہ کائنات کے پوشیدہ رازوں میں سے ایک راز ہے' اس دنیا کو پہنچنے کیلئے ایک لمبی منزل ہے' ایک عظیم شخص کا ہاتھ ہونا پھر اس کی مسلسل اتباع ہونا' پھر اس کے ساتھ مسلسل رابطہ ہونا اس کے بغیر ایسا ممکن نہیں کیونکہ میں نے بہت سے اللہ والوں کی اور نیک جنات کی مسلسل صحبت اٹھائی ہے اب بھی ان نیک جنات جو کہ بچپن سے میرے ساتھ ہیں اور اب بھی وہ نیک جنات مسلسل مجھے اپنے ساتھ لیکر چلتے ہیں۔ قدم قدم پر میری رہبری کرتے ہیں اور قدم قدم پر مجھ سے محبت اور پیار کرتے ہیں اور قدم قدم پر میرے ساتھ اپنی محبت اور پیار کا تعلق جگاتے ہیں میں بعض اوقات ان لوگوں کو مشکور ہوتا ہوں کہ وہ نیک جنات مجھے اپنے شاہی اڑن جہازوں میں لیکر چلتے ہیں جو کہ گدھ نما پرندے کے طرز پر بڑے بڑے بنے ہوئے ہوتے ہیں اور بعض اوقات مجھے اپنے ساتھیوں میں بلاتے ہیں' قرآن کی محفل میں بلاتے ہیں' نکاحوں میں بلاتے ہیں' ولیموں میں بلاتے ہیں زندگی میری ان ہی کے ساتھ مسلسل گزر رہی ہے۔

میں آپ کے سامنے کن کن رازوں سے پردہ اٹھاؤں' بہر حال کچھ راز ایسے ہوتے ہیں جن کا اظہار کردیتا ہوں کچھ راز ایسے ہوتے ہیں جن کا اظہار نہیں کرسکتا جتنا ہوتا ہے آپ کو بتا دیتا ہوں' بہت کچھ نہیں بتا سکتا اور بتانا بھی نہیں چاہیے کہ میرے پڑھنے والے بھی برداشت نہیں کرسکتے اور بعض اس کو ڈھکوسلہ دھوکہ اور فریب کہتے ہیں لیکن اکثریت ایسی ہے جو اس سے فائدہ حاصل کرتی ہے جو اس سے استفادہ حاصل کرتی ہے اور جو اس سے فیض پاتی ہے۔ کتنے لاکھوں ایسے ہیں جن کی مشکلات ٹلیں' کتنے لاکھوں ایسے ہیں کہ جنکی پریشانیاں دور ہوئیں' کتنے ایسے ہیں کہ میرے کالم کو پڑھ کر ان کے گھر شادو آباد ہوئے' انکی ویرانیاں دور ہوئیں' ان کے چہرے پر مسکراہٹیں اور شادمانیاں آئیں' ان کی زندگی کی پریشانیاں دور ہوئیں' ان کے مسائل حل ہوئے' میں خوش ہوتا ہوں' میں مطمئن ہوتا ہوں۔ مجھے دل کے اندر سکون ملتا ہے کہ میری وجہ سے لوگ خوشیاں پا رہے دکھ دور ہورہے غم دور ہوگئے' مسائل حل ہورہے' میں یہی چاہتا ہوں اور یہی میرے دل کی آواز ہے۔

علامہ لاہوتی کا قارئین سے وعدہ

دوستو! میری زندگی کی خبر نہیں لیکن میں آپ سے وعدہ کرتا ہوں جتنا بھی ہوسکا آپ کو دوں گا جتنا بھی ہے وہ آپ کا ہے لیکن مجبور ہوں بعض کائنات کے ایسے راز ہیں جو کہ میں آپ کو نہیں بتا سکتا کہ مجھے حکم نہیں کیونکہ اگر وہ بتاتا ہوں تو کائنات کے رازوں میں خلل آتا ہے میں ایسا نہیں کرسکتا۔ لیکن جتنا زیادہ سے زیادہ ہوگا میں بتاتا رہوں گا۔

قارئین سے معذرت خواہ ہوں

میں نے پچھلے دنوں ایک بات کہی اور لکھی تھی کہ ایک جن ایک کلام پڑھ کر عورتوں کو اٹھالیتا تھا اور ہر کسی کو اپنی طرف مائل کرلیتا تھا جب سے یہ چیز لکھی اس وقت سے مسلسل میری طرف لوگوں کی پیغامات آنا شروع ہوئے کہ وہ اسم ہمیں بتایا جائے ہم اسے ہرگز ناجائز استعمال نہیں کریں گے اس سلسلے میں میں ایک بات بتاؤں کہ انسان بہت کمزور اور نادان ہے وہ بہت جلد اپنے وعدے توڑ دیتا ہے' انسان نے تو اللہ سے وعدہ کیا وہ توڑ دیا تھا' انسان سے وعدہ کیسے پورا کرسکتا ہے اور بعض چیزیں ایسی ہیں جو انسان کو گناہ اور غلطیوں کی طرف مائل کردیتی ہیں اس لیے میری کوشش ہوتی ہے کہ ایسی چیزیں بتاؤں جو نیکی کی طرف' عبادت کی طرف' للّٰہیت کی طرف' اخلاص کی طرف اور اللہ کی محبت کی طرف مائل کردے۔ اس لیے میں ایسی چیزوں کو بتانے سے آپ سب قارئین سے معذرت خواہ ہوں **اور براہ مہربانی اس کیلئے اصرار بھی مت کیجئے گا۔ (جاری ہے)**

کسی بزرگ کا مزار

خواب: میں اپنے گھر سے آنٹی کے ساتھ باہر نکلتی ہوں اور گلی میں سے گزر کر سڑک پر جاتی ہوں تو ایک لڑکا میرے پیچھے پڑ جاتا ہے۔ مجھے بہت غصہ آتا ہے۔ میں سڑک پار کر کے مزار میں جاتی ہوں۔ مجھے ایسا لگتا ہے جیسے یہ کسی بزرگ کا مزار ہے (حقیقت میں اس جگہ پر دکانیں ہیں) میں سوچتی ہوں یہاں مزار کیسے ہوسکتا ہے تو پھر میرے دل میں آتا ہے کیا پتہ یہ بزرگ کا ہی مزار ہو۔ میں آنٹی سے کہتی ہوں کہ میرے ساتھ رہیے گا مگر وہ آگے نکل جاتی ہیں۔ وہ لڑکا میرے پیچھے مزار پر بھی آجاتا ہے۔ میں جلدی سے مزار پر پھول اور پیسے ڈالتی ہوں اور لڑکے سے دور بھاگتی ہوں تو وہ لڑکا برا مانتا ہے‘ خواب یہیں پر ختم ہوگیا۔ (س۔ا۔کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو کسی مصیبت یا پریشانی میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہوگا لیکن کسی نیک بزرگ کی دعا سے یہ پریشانی انشاءاللہ جاتی رہے گی۔

اچھی ازدواجی زندگی

خواب: میں کسی نامعلوم گھر کی چھت پر ہوں اور چارپائی پر بیٹھی یا لیٹی ہوں (مجھے یاد نہیں) اور چھوٹا بھائی جھولے میں بیٹھا ہے۔ اچانک ایک لڑکی آتی ہے اور کہتی ہے کہ میں آپ کو اپنی گائے دکھاؤں میرے منع کرنے کے باوجود وہ گائے چھت پر بلا لیتی ہے۔ وہ بہت موٹی اور کئی رنگوں میں ہوتی ہے وہ لڑکی مجھے کہتی ہے ڈرو نہیں بلکہ اس کو پیار کرو۔ گائے دس یا بارہ ہوتی ہیں۔ لڑکی کہتی ہے کہ ہم نے یہ دودھ لینے کیلئے رکھی ہیں پھر میں نیچے ان کے باورچی خانے میں جاتی ہوں تو وہاں ایک اور عورت ہوتی ہے وہ بھی مجھ سے کہتی ہے کہ تم کیوں ڈر رہی ہو تو میں کہتی ہوں اب نہیں ڈروں گی۔ میں گائے کے پاس جانے لگتی ہوں تو ایک گائے گوبر کر دیتی ہے اور میں پیچھے ہٹ جاتی ہوں اور گوبر زمین پر گر جاتا ہے۔

دوسرا خواب: میں نے اپنی شادی کیلئے استخارہ کیا تھا‘ میں دیکھتی ہوں کہ میں ہاتھ پر مہندی لگاتی ہوں اور پھر جب مہندی اتارتی ہوں تو مہندی کا رنگ نہیں چڑھتا‘ میں پھر مہندی لگا کے دیکھتی ہوں اور کہتی ہوں اس بار رنگ ضرور چڑھے گا (میری پہلی شادی ختم ہوچکی ہے) خواب یہیں ختم ہوجاتا ہے۔ (یاسمین‘ رحیم یار خان)

تعبیر: آپ کے دونوں خواب ایک ہی تعبیر رکھتے ہیں یعنی انشاءاللہ آپ کو اچھی ازدواجی زندگی نصیب ہوگی‘ نیز خوشی اور خوشحال زندگی بسر ہونے کا بھی اشارہ ہے۔

سیاہ رنگ کا سانپ

خواب: میں اکثر سیاہ رنگ کا سانپ دیکھتا ہوں جو پیچھے لگا ہوا ہے کبھی ایک اور کبھی دو سانپ دیکھتا ہوں اور جب یہ خواب آنا شروع ہوتا ہے تو عملی زندگی میں پریشانیاں شروع ہوجاتی ہیں۔ نقصانات ہونے لگتے ہیں۔ اکثر خواب دیکھتا ہوں کہ کہیں جارہا ہوں یا کوئی محفل ہے‘ میرے پیروں میں چپل نہیں ہوتی‘ میں ننگے پاؤں ہوتا ہوں‘ لباس اچھا ہوتا ہے‘ اکثر دیکھتا ہوں کہ امتحان دے رہا ہوں اور کمرہ امتحان میں سب لکھ رہے ہوتے ہیں اور مجھ سے کچھ لکھا نہیں جاتا‘ لاکھ کوشش کے باوجود پیپر خالی رہتا ہے۔ اکثر خواب میں دیکھتا ہوں کہ میرے گھر کے راستے میں چڑھائی آتی ہے‘ آنے جانے والے لوگ آرام سے آجارہے ہوتے ہیں اور مجھ سے چڑھائی چڑھی نہیں جاتی۔ (روشن علی‘ راولپنڈی)



تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے ساتھ بندش کا مسئلہ چل رہا ہے جو کہ کسی بدخواہ یا حاسد کی نظر آپ پر لگ رہی ہے تاہم آپ گوشت کا صدقہ دیں اور روزانہ صبح اور رات سورۂ فاتحہ بمعہ تسمیہ 41بار‘ آیۃ الکرسی 41بار اور چاروں قل 41بار پڑھ کر پانی میں دم کر کے پی لیا کریں۔ یہ عمل کم از کم 41دن پابندی سے کریں۔

اختلافات اور جھگڑے

میری بیٹی کی عمر تقریباً 15 سال ہے۔ اس نے خواب میں دیکھا کہ وہ اپنی نانی کے گھر کی چھت پر کھڑی ہے۔ چھت کے اوپر دو سانپ ہیں‘ کالے رنگ کے‘ ان کا سیاہ رنگ نیچے ٹپک رہا ہے۔ پھر ایک دم بہت شدید زلزلہ آتا ہے۔ ساری عمارتیں ہلنے لگ جاتی ہیں اور ہر طرف چیخ و پکار شروع ہوجاتی ہے۔ ہر طرف پریشانی کا عالم ہے۔ یہ خواب صبح 7 بجے کے قریب دیکھا۔ (ع۔ل۔بہاولپور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے خاندان میں شدید قسم کے اختلافات اور جھگڑے پیدا ہونے کا اندیشہ ہے تاہم سورۂ حجرات ایک بار اور سورۂ فرقان کی آیت 74 اکتالیس بار روزانہ پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔

درود شریف نے بچالیا

خواب: میں نے دیکھا کہ جیسے میں گلی میں ہوں اور میرا پاؤں پھسلتا ہے تو میں ایک کتے کی کمر پر جا گرتی ہوں‘ میں سوچتی ہوں کہ میں نے تو کچھ نہیں کیا تو پھر کیسے میں اس کتے پر گر پڑی۔ مجھے بہت ڈر لگتا ہے کہ اب یہ مجھے کاٹ لے گا تو پھر مجھے یاد آتا ہے کہ درود شریف پڑھنے سے یہ کچھ نہیں کہے گا۔ میں درود شریف پڑھتی ہوں (حقیقت میں بھی یہی درود شریف پڑھتی ہوں) تو میں دیکھتی ہوں کہ دو سفید ہاتھ کتے کا منہ پکڑ لیتے ہیں اور اس کا منہ مروڑ دیتے ہیں اور پھر آواز آتی ہے ”اب اٹھ جاؤ“ کچھ نہیں ہوگا اور پھر دوسرا ایک ہاتھ میرے ہاتھ میں آتا ہے اور وہ مجھے کتے کے اوپر سے اٹھنے میں مدد دیتا ہے اور مجھے اس سے کوئی نقصان نہیں ہوتا ہے۔ (فائزہ‘ لاہور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق کسی پریشانی اور تکلیف میں آپ کے مبتلا ہونے کا خدشہ ہے لیکن درود شریف پڑھنے کی برکت سے یہ پریشانی یا مصیبت جلد دور ہوجائے گی۔

نیلا اور ہرا پانی

خواب: میں دو تین مہینے سے خواب میں پانی دیکھتی ہوں‘ کبھی تالاب کبھی جھیل اور کبھی دریا اور خود کو اس پانی میں کبھی نہاتے ہوئے اور کبھی کنارے پر کھڑے ہو کر اس سے انجوائے کررہی ہوتی ہوں‘ خواب ہفتے میں دو بار ضرور آتا ہے‘ پانی کبھی نیلا اور کبھی ہرا ہوتا ہے۔ (ت۔ن‘ کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کی پریشانیاں دور ہونے کا اشارہ ہے‘ نیز کسی اہم کام میں اچھی کامیابی ملنے کی بھی امید ہے۔ آپ ہر نماز کے بعد یَابَدِیْعُ 25بار پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔

دانتوں کی سخت سے سخت میل کو دور کریں

ھوالشافی: کوئلہ کیکر 5 تولہ‘ پھٹکڑی بھنی ہوئی دو تولہ‘ نمک لاہوری ایک تولہ مکس کر کے منجن بنا کر دانتوں پر ملیں۔ یہ منجن دانتوں کی سخت سے سخت میل دور کردیتا ہے۔ (ملک بشیر‘ چکوال)

مسز سید اعجاز شبیر بخاری' تلہ گنگ

20 سال پرانا مرض چھ ماشہ ہلدی سے دور

اسی طرح میری ایک دوست دوسرے شہر سے آئی ہوئی تھیں وہ بھی شوگر کی مریضہ تھیں اور مسوڑھوں میں شدید تکلیف تھی واپس چکوال جانا تھا' میں نے ان کو کہا کہ آپ زیتون اور ہلدی کاٹن کا لگا کر مسوڑھوں کے اردگرد رکھ لیں گھر پہنچتے پہنچتے ان کو آرام آ گیا۔

آج کل کینسر کا مرض بہت عام ہو گیا ہے' دانتوں کی تکلیف ہو تو دانت نکلوانے سے اکثر لوگ کینسر جیسے موذی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں جنہیں دیکھ کر بہت دکھ ہوتا ہے' میری ایک ملنے والی شوگر کی مریضہ ہیں' منہ لپیٹ رکھا تھا' پوچھنے پر بتایا کہ شوگر کی وجہ سے دانتوں' مسوڑھوں میں بہت تکلیف ہے' کھانے پینے سے بہت ہی تکلیف ہے' میں نے انہیں بتایا کہ ابھی آپ جا کر زیتون کا تیل ہلکا سا گرم کریں اور اس میں ہاف ٹی سپون ہلدی ڈال کر کاٹن صاف ستھری لے کر منہ میں لگائیں اور کاٹن کا ٹکڑا مسوڑھوں کے آس پاس ہلدی اور زیتون سے لتھڑ کر منہ میں رکھ لیں' بہت پانی نکلے گا اور یہ عمل دن میں دو چار بار کرتی رہیں' وہ صبح مجھے ملیں تو بہت دعائیں دیں کہ میری رات آرام سے گزر گئی۔ اسی طرح میری ایک دوست دوسرے شہر سے آئی ہوئی تھیں وہ بھی شوگر کی مریضہ تھیں اور مسوڑھوں میں شدید تکلیف تھی واپس چکوال جانا تھا' میں نے ان کو کہا کہ آپ زیتون اور ہلدی کاٹن کا لگا کر مسوڑھوں کے اردگرد رکھ لیں گھر پہنچتے پہنچتے ان کو آرام آ گیا۔

اب کچھ ہلدی کے بارے میں لکھتی ہوں:۔

ہلدی کا مزاج گرم اور خشک ہے' اسے تین ماشہ تک کھا سکتے ہیں' یہ ایک پہاڑی نبات کی جڑ ہے' یرقان میں ہلدی کو ''مکو'' کے کاڑھے میں استعمال کراتے ہیں' چوٹ لگنے' خون جم جانے پر دودھ میں ملا کر دیتے ہیں' تلوں کے تیل یا زیتون کے تیل میں مکس کر کے مقام ماؤف پر نیم گرم باندھتے ہیں' ہلدی اور چونے کو گھوٹ کر موچ پر باندھتے ہیں' بند زکام میں دہکتے ہوئے کوئلوں پر ہلدی کا سفوف ڈال کر دھونی لیتے ہیں' ناک کھل کر رطوبت بہنے لگتی ہے' یہ دھونی رات سوتے وقت لینی چاہیے' ہلدی اور جو یا گیہوں کا آٹا ملا کر کچے دودھ میں ملا کر بطور ابٹن منہ پر ملنے سے چھائیاں اور داغ صاف ہو جاتے ہیں۔

قرحہ سوزاک: خواہ بیس سال پرانا ہو بہت سی ادویات کرتے کرتے مریض تھک جائے اور مایوس ہو جائے' صرف چھ چھ ماشہ باریک ہلدی صبح و شام پانی کے ہمراہ کھلائیں ایک یا دو ہفتہ میں آرام آ جائے گا۔ پرانا آتشک بھی ٹھیک ہو جاتا ہے' اگر سخت کھجلی ہو تو ہلدی کو پانچ تولہ چار سیر پانی میں ڈال کر آہستہ آنچ پر پکائیں جب پانی ایک سیر رہ جائے تو چھان کر ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں ڈال دیں رات کو یہ پانی کھجلی کی جگہ پر مل کر سو رہیں صبح صابن سے نہالیں' سخت سے سخت کھجلی تین چار دن میں دور ہو جائیگی' ہر چیز کو مناسب مقدار میں لینا ہی درست ہے زیادہ مقدار دل کو نقصان دیتی ہے' لیموں سے اس کی اصلاح ہو جاتی ہے۔

چھاتی کے کینسر میں مدد دیتی ہے' کینسر کے خلیات کو ختم کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے' ٹیومر کے خلاف لڑنے کا کام سرانجام دیتی ہے' نظام ہاضمہ کو آرام دیتی ہے' اس لیے سالن میں اس کو استعمال کرتے رہنا چاہیے۔ گوشت جو بھی ہو بکرے کا' مرغی یا بڑا گوشت دھونے کے بعد اگر ہلدی لگا کر کچھ دیر کیلئے رکھ دیں تو مزے دار ہونے کے علاوہ جلدی گل بھی جاتا ہے مگر ریزہ ریزہ نہیں ہوتا' گوشت فریز کرنا ہو تو ہلدی اور تھوڑا سا سرکہ مل کر رکھ لیں۔

دھماسہ: یہ ایک مفروش کانٹے دار بوٹی ہے' کینسر کا ذکر کیا تو سوچا ساتھ اس کا بھی ذکر کیا جائے' میری نوکرانی ایک لڑکی تھی اس کی ٹانگ میں ایک سال پرانا پھوڑا تھا' میں نے اس کو دھماسہ کی ٹہنیاں وغیرہ جو کہ میں اپنی عادت کے مطابق ایسی چھوٹی موٹی فائدہ مند چیزیں سنبھال کر رکھ دیتی ہوں۔ دھماسہ کی ٹہنیوں کو بھگو کر فریج میں رکھا ہوا تھا' تقریباً آدھی پیالی سے کچھ کم تھا تین دن ایک ایک چمچ ہلکا سا نمک ڈال کر پلایا تو اس کا پھوڑا بالکل ٹھیک ہو گیا' دھماسہ کے پتے بہت چھوٹے چھوٹے اور پھل دانہ سا لگتا ہے' پھول اس کے کانٹوں کے سروں پر لگتے ہیں' یہ خصوصاً دریاؤں کے کنارے ریتلی زمین میں پیدا ہوتی ہے' یہ مسکن' دافع بخار' معدہ کو طاقت دیتی ہے اور جگر کو صاف رکھتی ہے' مصفی خون ہے' پیاس بجھاتی ہے' یہ چٹکی بھر پانی کے ہمراہ روز لیں تو کینسر نہیں ہوتا۔ دمہ کے مریض اس کو نہیں پی سکتے کیونکہ غبار سا جو اٹھتا ہے اس سے سانس رک جاتی ہے' ہمارے ادھر گاؤں کے لوگ بخار' قے اور اسہال میں ایک چٹکی بھر ہلکے سے نمک کے ساتھ پاؤڈر بنا کر استعمال کرتے ہیں یہ بہت آزمودہ ہے۔

سختی اور غم دور کرنے کا عمل

تاجر نے اسم **الودود** پڑھ پڑھ کر دعا کی جس پر اللہ تعالیٰ نے ایک فرشتہ اس چور کے قتل کرنے کو بھیجا

قبول توبہ کا عمل

اَلْحَکِیْمُ الرَّءُوْفُ یہ دونوں اسم قبول توبہ اور معافی کے لیے بہت مفید ہیں' گنہگار ان اسماء کا ذکر کرے تو اللہ تعالیٰ اس کی توبہ کو قبول کر لیتا ہے اور مزید گناہوں سے باز رکھے گا۔

قبولیت دعا اور خلق میں مقبولیت

اَلْغَفُوْرُ الْوَدُوْدُ یہ دونوں اسماء قبول توبہ کے لیے مخصوص ہیں' ان کے ذاکر پر خود بخود لوگوں کے دل مائل ہوں گے اور جو شخص اس کو دیکھے گا وہ اس کا عاشق ہو جائے گا۔ ایک تاجر کو ایک مرتبہ ایک چور نے آن گھیرا' تاجر نے اسم الودود پڑھ پڑھ کر دعا کی جس پر اللہ تعالیٰ نے ایک فرشتہ اس چور کے قتل کرنے کو بھیجا' چنانچہ اس فرشتہ نے آ کر چور کو قتل کر دیا۔

قلوب میں محبت پیدا ہوگی

اَلْحَنَّانُ: اس اسم کے ذاکر کی محبت لوگوں کے قلوب میں پیدا ہوتی ہے اور چالیس مرتبہ پاک برتن میں لکھ کر انڈے کی سفیدی سے اس کو دھو کر آگ سے جلے ہوئے پر اس کو ملے تو وہ فوراً اچھا ہو جاتا ہے۔ اس اسم کے ذکر سے گرم امراض کو بھی فائدہ ہوتا ہے۔

سختی اور غم دور کرنے کا عمل

اَللَّطِیْفُ: یہ اسم رنج و غم دور کرنے کیلئے بہت زود اثر ہے' سختی میں اس اسم کے ذکر سے فوراً سختی دور ہو جاتی ہے اور جو ہمیشہ اس کا ذکر کرے اللہ تعالیٰ اس کی سختیاں جلد تر اس سے دور کر دیتا ہے۔ کم از کم 160 بار اس اسم کا ذکر کرنا چاہیے۔

امراض سے شفاء

اَلشَّافِیْ: اس اسم میں بیماریوں سے شفاء پانے کی خاص تاثیر ہے اس کے ذاکر کو اللہ تعالیٰ ہر عیب و نقص و مرض سے محفوظ رکھتا ہے اگر مریض پر 43 بار یہ اسم پڑھ کر دم کریں اور سورۂ فاتحہ سات مرتبہ پڑھ کر یہ دعا پڑھیں اور دم کریں تو وہ مریض شفاء پاتا ہے۔ دعا یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ اَنْتَ الشَّافِیْ لَاشِفَآءَ اِلَّا شِفَآءُ کَ یَااَللّٰہُ شِفَآءً لَایُغَادِرُ سَقَمًا وَلَا اَلَمًا

اَلرَّقِیْبُ: اس اسم کے ذاکر پر اللہ تعالیٰ اپنی بے پناہ برکتیں نازل فرماتا ہے۔

جڑی بوٹی......... دوا

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بھوکوں کی طرح کھاتی ہوں

بچپن سے ہی کیڑے مار دوائیاں کھا رہی ہوں، مجھے بھوک بہت لگتی ہے اتنی کہ برداشت نہیں ہوتی، دن میں چار بار پیٹ بھر کر روٹی کھاتی ہوں، ہضم ہوجاتی ہے۔ کھانا بھوکوں کی طرح جلدی جلدی کھاتی ہوں، روٹی نہ ملے تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ پیٹ میں گیس بن رہی ہے۔ ہاتھ پاؤں کانپنے لگتے ہیں۔ روٹی کھاتے ہی میں ٹھیک ہوجاتی ہوں۔ اس مرض کی وجہ سے میں اکثر تقریبات میں سخت شرمندگی اٹھاتی ہوں۔ لوگ میری طرف دیکھ کر ہنستے ہیں اس وجہ سے اب میں تقریبات میں بہت کم جاتی ہوں۔ (ثانیہ حیدر، لاہور)

مشورہ: آج کل آڑو تو نہیں ہیں لیکن جب آڑو کا موسم ہو تو شام کا کھانا کھانے کے بجائے پانچ آڑو کھا لیجئے۔ یہ علاج تین ہفتے کیجئے۔ دو تین دن بعد چھوٹے بڑے کیڑے خارج ہونے لگیں گے اور ان کی افزائش بھی ختم ہوجائے گی۔ آڑو کا یہ علاج آزمودہ ہے۔ اس کے علاوہ امرود بھی کثرت سے استعمال کریں۔ دوسری اہم بات یہ کہ آپ کھانے سے پہلے ہاتھ دھوئیے، بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھیے اور پھر کھانا شروع کیجئے، چبا چبا کر کھائیے۔ جب کھانا کھا چکیں تو اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیجئے اور کہیے "اے اللہ! تیرا شکر ہے تو نے مجھے کھلایا، پلایا اور مسلمان بنایا" پھر دونوں ہاتھ منہ پر پھیر لیجئے۔ جس کھانے سے قبل بسم اللہ نہ پڑھی جائے اس میں برکت نہیں ہوتی۔ کہنے کو تو یہ چھوٹی بات لگتی ہے مگر اس میں بڑی فضیلت ہے۔ آپ کر کے دیکھئے آپ کو خود پتا چل جائے گا۔ پہلے زمانہ میں سب اہل خانہ دسترخوان پر بیٹھ کر کھاتے تھے اور کھانے کے باقاعدہ آداب تھے۔ آخر میں دعا مانگ کر اٹھا جاتا تھا۔ اب وہ زمانہ نہیں رہا۔ سڑکوں پر اور پارکوں میں ایک ہاتھ میں مشروب کی بوتل اور دوسرے ہاتھ سے لوگ برگر کھاتے چلتے پھر نظر آتے ہیں جس کی وجہ سے مسائل میں اضافہ ہو رہا ہے۔

بربادی کا علاج

میری عمر اٹھارہ سال ہے، میری دوست اچھی نہیں ہیں، ان کی وجہ سے میری صحت برباد ہوتی جارہی ہے، میرا جسم سوکھتا جارہا ہے، میں اپنی حرکتوں پر نادم ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں، آپ جواب ضرور دیجئے، الٹے سیدھے خیالات نے مجھے بری طرح متاثر کیا ہے، ایک نافرمان بیٹی سمجھ کر ہی مجھے مشورہ دیجئے۔ میں اب کیا کروں......؟؟؟؟؟ **(پوشیدہ)**

مشورہ: نافرمان بیٹی! آپ کی یہ بات اچھی لگی کہ آپ کو جلد احساس ہوگیا کہ آپ کی دوست اچھی نہیں، انسان اپنے دوستوں سے پہچانا جاتا ہے۔ آپ ان دوستوں سے ملنا جلنا چھوڑ دیجئے۔ صبح سویرے اٹھ کر ہلکی پھلکی چہل قدمی کریں، صبح صبح کی ٹھنڈی ہوا میں زور زور سے سانس لیں، صبح کی نماز پڑھنے سے تمام دن اچھا گزرتا ہے، شروع شروع میں آپ کو تھوڑی سی مشکل پیش آئے گی مگر پھر آپ محسوس کریں گی کہ نماز کے بغیر آپ کو دن گزارنا مشکل ہوتا ہے۔ پانچوں وقت کی نماز پڑھنے سے آپ کے الٹے سیدھے خیالات بھی دور ہوجائیں گے۔ عشاء کی نماز پڑھ کر جلدی سونے کی کوشش کیجئے تاکہ صبح چار بجے آنکھ کھل جائے، نماز پڑھ کر آپ کم ازکم دس منٹ ورزش کیجئے۔ رات کو گیارہ بادام اور ایک چمچ کشمش پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح پانی پھینک کر بادام اور کشمش کھا کر ایک گلاس دودھ پیجئے۔ اس مزیدار ناشتے سے آپ کا جسم موٹا ہونے لگے گا۔ سلاد اور سبزیاں خوب کھائیے۔ موسمی پھل کھائیے پھل کھانے سے صحت اچھی رہتی ہے۔ گوشت زیادہ کھانے سے نقصان ہوتا ہے۔ روزانہ مرغن غذا کھانے سے پیٹ کا نظام بگڑ جاتا ہے۔ بیٹی! بات یہ ہے کہ مذہب سے دوری ہمیں گمراہ کرتی ہے۔ آپ نماز شروع کریں تو چند ہفتوں ہی میں آپ کو اپنی صحت میں فرق محسوس ہوگا۔ پہلے گھر میں مشترکہ خاندانی نظام ہوتا تھا بچے کو شروع سے دادا، دادی اور گھر کے دوسرے بزرگ نماز کی تلقین کرتے تھے اچھی باتوں کی تعلیم دی جاتی تھی، ٹیلی ویژن، موبائل، انٹرنیٹ نہیں تھا۔ رات کو سوتے وقت اخلاق اور مذہبی کہانیوں سے بچوں کے ذہن پر صحت مند اثرات مرتب ہوتے تھے۔ آپ کے گھر میں ضرور مذہبی کتابیں، تفسیر وغیرہ ہوں گی۔ وقت نکال کر آپ پڑھنا شروع کیجئے۔ اپنے اسلاف کے بارے میں پڑھ کر آپ حیران رہ جائیں گی۔ خالی ذہن شیطان کی آماجگاہ ہوتا ہے۔ آپ اوٹ پٹانگ باتوں کی بجائے مطالعے پر زور دیجئے۔ دل لگا کر علم حاصل کیجئے، انشاء اللہ سب کچھ ٹھیک ہوجائے گا۔

صرف بال گرتے ہیں

میرے سر کے بال گرتے ہیں، جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں، بہت سے شیمپو اور کنڈیشنرز استعمال کیے لیکن فرق نہیں پڑتا، میرے سر میں خشکی نہیں صرف بال گرتے ہیں۔ **(شائستہ، فیصل آباد)**

مشورہ: شائستہ بیٹی! آپ زیتون کے تیل میں تھوڑا سا کسٹرآئل ملائیے اور ہر تیسرے دن، رات کے وقت بالوں کی جڑوں میں خوب لگائیے، صبح سر دھوئیے کلونجی اور میتھی کے بیج کے بجائے آپ سیکا کائی آدھ پاؤ اور آملے ایک پاؤ منگا کر رکھ لیجئے، دو پھلیاں سیکا کائی اور مٹھی بھر آملے رات کو پانی میں بھگو دیجئے، صبح پیس کر اس سے اپنا سر دھو لیجئے۔ کسٹرآئل لگانے کے بعد شیمپو یا صابن سے سر دھوئیے تاکہ چکنائی نکل جائے۔ بادام آپ کیلئے بہت مفید ہیں۔ کم ازکم سات بادام صبح کھائیے۔ اس کے ساتھ دودھ کا ایک گلاس پی لیں تو اور بھی فائدہ ہوگا۔

خون کی شدید کمی

میرا رنگ بے حد پیلا ہے، لوگ مجھے بیمار سمجھتے ہیں، میں علاج کرا کرا کے تھک چکی ہوں، فرسٹ ایئر کی طالبہ ہوں، دودھ موافق نہیں آتا، خون کی بہت کمی ہے، میرا ہاضمہ بھی خراب رہتا ہے، مجھے مشورہ دیجئے۔ **(ثمرین، جھنگ)**

مشورہ: رات کو گیارہ عدد بادام اور تھوڑی سی کشمش پانی میں بھگو کر صبح نہار منہ کھائیے دن کے دس بجے کوئی موسمی پھل لیجئے، ہفتے میں ایک بار بکرے کی کلیجی ہلکی سی بھون کر ضرور کھائیے۔ آلو پالک، گوشت پالک اور قیمہ پالک ہفتے میں کم ازکم دو بار کھائیے۔ صبح کی سیر ضرور کیجئے، سورج جب نکلتا ہے تو اس کی کرنوں کے سامنے کھڑے ہو کر گہرے گہرے سانس لیجئے۔ گہرا سانس لے کر ایک منٹ کیلئے روکیے، پھر آہستہ آہستہ سانس باہر نکالیے۔ شام کا کھانا جلد کھا کر گھر کے صحن میں کم ازکم پندرہ منٹ ٹہلیے۔ کھانا کھا کر فوراً لیٹ جانے سے کھانا ہضم نہیں ہوتا۔ ایک ماہ اسی طرح کیجئے۔ آپ ڈاکٹر سے پوچھ کر وٹامن تجویز کرا کر بھی کھا سکتی ہیں۔ تازہ یا سوکھے پودینے کے پندرہ پتے لے کر آپ چائے کی طرح پانی میں دم دیجئے۔ ایک پیالی پانی کافی ہوگا، اسے ٹھنڈا کر کے پیجئے۔ اس سے آپ کا ہاضمہ بھی درست ہوگا۔ اس میں آپ ایک چھوٹی الائچی بھی ڈال سکتی ہیں اس کے پینے سے رنگت صاف ہوجائے گی۔

گھر سے موتی گھر سے لعل......ایک کام

جادو اور جنات سے (پوشیدہ) نجات کیسے ملی؟

دوسرے دن لوگوں نے بتایا کہ بشیر کا گاؤں سے فون تھا' پوچھ رہا تھا کہ عتیق خیرت سے تو ہے نا! اس کا فون نہیں آیا' میں نے سمجھا کہ وہ میرا خونی رشتہ دار ہے' اس کو میری پریشانی کا کوئی خواب آیا ہوگا' حالانکہ اس نے ان دنوں جادو جنات کا فیصلہ کن حملہ کیا تھا۔

بندہ کا آبائی گاؤں شیخوپورہ میں ہے' آج کل ملازمت کے سلسلہ میں سکھر شہر میں مقیم ہوں۔ بچپن میں ہی (1971ء) ایک ہی سال میں والدین یکے بعد دیگرے وفات پا گئے' ہم 4 بہن بھائی تھے' پڑوس میں تایا کا گھر تھا جس سے والدین کی زندگی میں بھی تعلقات کشیدہ تھے والد صاحب نے اپنی آخری بیماری میں بتایا تھا کہ میرے بچوں کا تایا میرے مرنے کے بعد ان کو بڑا تنگ کرے گا اور مکان چھیننے کی کوشش کرے گا۔ والدہ نے بھی ہمیں وصیت کی کہ تایا اور تائی سے بچ کر رہنا' لیکن ہم بچ نہ سکے۔ جوان ہونے پر تایا کے بیٹے اور بیٹی سے میری اور میری بہن کی ادلے بدلے کی شادی ہوئی چند ماہ بعد ہی عدالت میں فیملی مقدمات شروع ہوگئے۔ تایا نے ہمارے مکان کا دعویٰ کر دیا' طلاقیں ہوئیں' مکان اور جائیداد کے تین چار مقدمات بن گئے۔ تایا نے اپنی دوسری بیٹی کی شادی غیروں میں کی' تایا کے اس داماد کے پاس جنات تھے' میری دوسری شادی 1981ء میں ہوئی۔ شادی کے دن بڑا لمبا جھگڑا ہوا۔ میں نے اپنی بہن کا بھی دوبارہ نکاح کیا لیکن بھائی کی شادی نہ ہوسکی۔ 1990ء میں جب میں اکیلا مقدمات سے تھک چکا تھا۔ لوگوں کی وساطت سے تایا کو کہا کہ مکان بھی لے لیں' میری جان چھوڑ دیں' تایا کے داماد نے رات کو سب کو اکٹھا کیا اور جنات بھی بلائے' ان کے آگے ہمارا مسئلہ پیش کیا انہوں نے راضی نامے کی منظوری دی' تایا مکان دینا نہیں چاہتا تھا میں نے معمولی قیمت کے عوض مکان ان کو دے کر گاؤں کو خیر باد کہہ دیا۔

تائی مجھ سے بہت حسد کرتی تھی' ان لوگوں نے جادو جنات سے ہمارے گھر پریشانیاں بنائیں' ہم میاں بیوی میں کئی بار ناراضگی اور جدائی ڈلوائی' کئی بار پیسے غائب ہوئے' تین بار موٹر سائیکل چوری ہوئی' بیٹے پر چوری کا جھوٹا مقدمہ بنا' پچھلے سال ایک لڑکی کا اغوا کا مقدمہ بن گیا' اصلی ملزم کا دوست قرار دے کر میرے بیٹے کو ملوث کیا گیا حالانکہ لڑکی نے کسی تیسری جگہ نکاح کیا ہوا تھا اس مقدمے پر میرا ایک لاکھ روپیہ ضائع ہوا اور اذیت الگ کاٹی۔

اکتوبر 2010ء میں ایک ایسا ناقابل برداشت اور ناقابل ذکر واقعہ ہوا کہ اس نے کمر توڑ دی' سارے گھر کا نظام درہم برہم ہوگیا' پھر میری بیوی کا آپریشن ہوا تو ڈاکٹرز نے رسولی کے ٹیسٹ کے بعد کینسر بتایا۔ مارچ 2011ء میں میری زندگی کی پریشانی کی انتہا تھی' ان دنوں تایا کے بیٹے کا دفتر میں فون آیا' میں پریشانی کی وجہ سے دفتر نہ جاسکا۔ دوسرے دن لوگوں نے بتایا کہ گاؤں سے فون تھا' پوچھ رہا تھا کہ تم خیرت سے تو ہونا! تمہارا کا فون نہیں آیا' میں نے سمجھا کہ وہ میرا خونی رشتہ دار ہے' اس کو میری پریشانی کا کوئی خواب آیا ہوگا' حالانکہ اس نے ان دنوں جادو جنات کا فیصلہ کن حملہ کیا تھا۔

جادو کی شدت اتنی تھی کہ اس سے پہلے بھی دو عاملوں نے نام لے کر بتایا کہ ان کے جنات سارے مسئلے بنا رہے ہیں لیکن جادو کی وجہ سے ان کی طرف دماغ نہیں جاتا تھا بلکہ دل ان کیلئے اداس رہتا تھا۔ مئی 2011ء کے مہینے میں جنات ہمارے گھر میں تقریباً مکمل طور پر قبضہ کرچکے تھے' پراسرار آوازیں' عجیب حرکات' پتھر پھینکنے کی آوازیں وغیرہ میں نے تایا سے 1988ء میں راضی نامے کے بعد ان کے بارے میں کبھی برا نہیں سوچا' ان کی چار شادیوں پر گیا' فوتگیوں پر بھی گیا' بڑے جادوگر کا بیٹا نہر میں ڈوب گیا' میں وہاں جاکر روتا رہا' بڑا جادوگر میرے تایا کا داماد ہے' اس نے یہ علم اپنے سالے (میرے تایا زاد) کو سکھایا۔ دونوں نماز نہیں پڑھتے۔ اللہ مہربان نے مجھ پر مہربانی کی اور مجھے حضرت حکیم صاحب سے ملایا۔ انہوں نے وظائف و اعمال بتائے' جادوگروں کا راز فاش ہوگیا' پچیس سال سے جادو جنات سے حملہ کرنے والے پکڑے گئے' علاج جاری ہے' حضرت صاحب نے فرمایا ہے جتنی بیماری پرانی ہوتی ہے اتنا ہی علاج لمبا درکار ہے۔ میرے تایا زاد نے مجھے جولائی میں فون کیا میں نے اس سے صرف ایک بات کہی ''انسان جتنی محنت دوزخ کیلئے کرتا ہے اس سے کم محنت سے اس کو جنت مل سکتی ہے۔'' اس کو پتہ چل گیا کہ راز فاش ہوگیا ہے شاید اسے جنات نے بھی بتایا ہو' پھر اس نے فون بیوی کو دیدیا میں نے اس کی بیوی سے کہا اللہ کی طاقت جنات سے زیادہ ہے۔ قارئین عبقری سے بھی گزارش ہے کہ میرے لیے دعا کریں' ساری زندگی جادو جنات کے حملے برداشت کرنے میں گزر گئی۔

رزق میں فراخی و برکت کے اسباب

محمد زبیر فارسٹ کالج' پشاور

☆ عاشورہ کے دن فراخی پورے سال اہل وعیال میں فراخی لاتی ہے۔ ☆ گھر میں سلام کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔

☆ اشراق کے نوافل پڑھنے سے رزق میں برکت ہوتی ہے۔ ☆ نماز پڑھنے سے رزق کی تنگی دور ہوجاتی ہے۔ ☆ صدقہ کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ صلہ رحمی کرنے سے رزق میں وسعت ہوتی ہے۔ ☆ والدین کی خدمت کرنے سے رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ سچ بولنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ صبح کے کاموں میں برکت ہوتی ہے۔ ☆ حج وعمرہ کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ تقدیر پر راضی رہنا رزق بڑھاتا ہے۔ ☆ نکاح کرنے سے رزق میں برکت ہے۔ ☆ اہل وعیال پر فراخی رزق میں اضافہ کرتی ہے۔ ☆ نکاح میں سادگی برکت لاتی ہے۔ ☆ عاشورہ کے دن فراخی پورے سال اہل وعیال میں فراخی لاتی ہے۔ ☆ گھر میں سلام کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ کمزوروں کی دلجوئی کرنے سے رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ رزق کا ادب کرنے سے رزق حاصل ہوتا ہے۔ ☆ کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ باوضو رہنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ سفر کرنا روزی میں برکت لاتا ہے۔ ☆ شکر ادا کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ تقویٰ اختیار کرنے سے رزق میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ درود شریف پڑھنا مال کو بڑھاتا ہے۔ ☆ استغفار کرنے سے رزق بڑھتا ہے۔ ☆ سورۂ واقعہ کی تلاوت فاقہ کو دور کرتی ہے۔ ☆ سورۂ اخلاص پڑھنے سے پڑوسیوں کا بھی فاقہ ختم ہوجاتا ہے۔ ☆ آیۃ الکرسی پڑھنا فقر کو دور کرتا ہے۔ ☆ پاک' صاف دسترخوان پر گرے ہوئے لقمے کو اٹھا کر کھالینے سے رزق میں برکت ہوتی ہے۔

بالوں کو لمبا کرنے کا نسخہ خاص

آکاش بیل چھوٹی والی جو سرخی مائل ہوتی ہے اور اس کے بیج بھی ہوتے ہیں ایک سیر پختہ لے کر اس کو قیمہ کی مشین میں باریک پیس لیں اور اس کو تل کے خالص تیل آدھ سیر میں ڈال کر ہلکی آگ پر رکھیں۔ اتنا جلائیں کہ تل نہ جلیں جب قدرے پک جائیں تو آگ سے اتار لیں اس کو اچھے طریقے سے مکس کر کے چھان لیں۔ رات کو سر پر مالش کریں اور صبح سر کو دھولیں۔ انشاء اللہ چند دن کے استعمال کے بعد بال گرنا بند ہوکر لمبے اور گھنے ہوجائیں گے۔ (نام نہیں ہے۔)

فاطمہ صادق‘ دبئی

ڈیپریشن کا سائنسی اور روحانی علاج

آپ اپنے ساتھیوں اور اپنے ماتحت افراد پر نظر رکھیں نیز ڈیپریشن کی علامات بھی ذہن میں محفوظ کر لیں جبکہ ساتھ ہی ہوشیار رہیں کہ کہیں آپ کا کوئی ساتھی اس مرض کے چنگل میں پھنس تو نہیں رہا......!!!

ڈیپریشن انسان کا دشمن ہے......ایک ایسا مرض جو انسان کی زندگی پر براہ راست اثرانداز ہوتا ہے۔ یہ اثرات تباہ کن ہیں کہ ڈیپریشن کا شکار مریض بڑے بڑے کام تو کجا‘ روزمرہ کے معمولی کاموں کو بھی بمشکل انجام دے پاتا ہے۔ ان تباہ کن اثرات کے باوجود ڈیپریشن کا مرض پوری دنیا میں ایک فیشن کی طرح پھیلتا جارہا ہے جس کا نہ تو کوئی مداوا ہے اور نہ ہی ازالہ...... کچھ بڑے اور نامور لوگ اسٹیٹس سیمبل کے طور پر ڈیپریشن کے نام کو اپنی ذات کے ساتھ جوڑ لیتے ہیں۔ اس طرز عمل کی وجہ سے اس مرض کے شکار حقیقی مریضوں کے مرض کی تشخیص صحیح طور پر نہیں ہو پاتی اور اس طرح ڈیپریشن کے شکار لوگ بیماری کی انتہا تک پہنچ جاتے ہیں۔ ایسی انتہا جہاں سے علاج کی امید معدوم ہوجاتی ہے۔ لہٰذا یہ ضروری ہے کہ ڈیپریشن کے بارے میں صحیح معلومات حاصل کی جائیں اور ان معلومات کی مدد سے خود کو اور دوسروں کو اس مرض سے نمٹنے کی ترکیب فراہم کی جائے۔

انسان کا دماغ ایک کنٹرول روم کی مانند ہے جو انسان کے جسمانی اور جذباتی معاملات کو قابو میں رکھنے کا ذمہ دار ہے۔ ڈیپریشن کے ذریعے ایک ایسی دماغی حالت پیدا ہوجاتی ہے جو دماغ کو اپنا کام صحیح طریقے سے انجام دینے سے روک دیتی ہے۔ یہ ایک ایسی کیفیت ہے جسے نظرانداز کرنا انتہائی خطرناک ہے لیکن ہم میں سے اکثر افراد اسے نظرانداز کر دیتے ہیں اور اس پر توجہ دے کر اس کے علاج کی طرف مائل ہونے سے کتراتے ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ لفظ ’’ڈیپریشن‘‘ کے ساتھ بہت سی غلط فہمیاں جڑ گئی ہیں اور یہ غلط فہمی ہی دراصل ایک غلط عمل کا راستہ فراہم کرتی ہے۔ اس کی مثال کچھ یوں بھی لے لیں کہ عام طور پر ڈیپریشن کو ایک بیماری سمجھا ہی نہیں جاتا بلکہ یہ ایک خاص طرح کی کیفیت سمجھی جاتی ہے جو کسی انسان پر ایک خاص عرصے تک طاری رہتی ہے جسے ہم کبھی مایوسی‘ کہیں افسردگی اور کہیں ملول ہونے کا نام دے دیتے ہیں اور کسی کو ڈیپریشن کی جانب توجہ دینے کی فکر تک نہیں ہوتی۔

ذرا سوچیے......! کیا ہم ایک ایسے ورکر‘ ایسے سٹوڈنٹ‘ ایسے ساتھی یا ایسے کھلاڑی کو اپنی ٹیم سے علیحدہ کر سکتے ہیں جو چست‘ محنتی‘ ایماندار اور اعلیٰ صلاحیتوں کا حامل ہو لیکن محض کچھ وجوہ کی بنیاد پر اپنی پوری کارکردگی نہیں دکھا پا رہا ہو......؟ یقیناً ہم ایسا نہیں کر سکتے کیونکہ ایسے کارآمد شخص کو اپنی ٹیم سے نکال دینا سراسر حماقت ہے۔ ہاں اگر آپ ایسے شخص کے ذہنی مسائل کو اس کے ذہن سے نکالنے کی کوششیں شروع کر دیں تو یہ آپ کی ٹیم اور ادارے کیلئے زیادہ بہتر اور نتیجہ خیز ہوگا لہٰذا جتنی جلدی ممکن ہو ان مسائل پر سنجیدگی سے سوچیں اور اس کے حل کیلئے معاونت کریں۔

وقت گزرنے سے پہلے مرض کی تشخیص اور پھر اس کا صحیح علاج مریض کو بہتری کی طرف جلد ہی لے آتا ہے۔ ماہرین نفسیات نے ڈیپریشن کو جانچنے کی کچھ علامات اور اس سے نمٹنے کیلئے کچھ تجاویز پیش کی ہیں جو ہر ذی شعور انسان کیلئے فائدہ مند ہے۔ آپ اپنے ساتھیوں اور اپنے ماتحت افراد پر نظر رکھیں نیز ڈیپریشن کی علامات بھی ذہن میں محفوظ کر لیں جبکہ ساتھ ہی ہوشیار رہیں کہ کہیں آپ کا کوئی ساتھی اس مرض کے چنگل میں پھنس تو نہیں رہا......!!!

ڈیپریشن کی علامات: اکثر مریضوں کی نقل و حمل اور نشست و برخاست ان علامات کو ظاہر کر دیتی ہے اگر آس پاس اپنے ساتھی کے روزمرہ معمولات میں مندرجہ ذیل تبدیلیاں دیکھ رہے ہیں تو سمجھ جائیے کہ آپ کا ساتھی خطرے میں ہے۔ اس مرض کی علامات یہ ہیں:۔ (۱) بلاوجہ فکرمند‘ غیرضروری طور پر بے چین یا افسردہ نظر آنا۔ (۲) روزمرہ کے کاموں میں دلچسپی اور خوشی کا ختم ہونا۔ (۳) بہت زیادہ بے چینی یا بہت زیادہ سستی کا طاری رہنا۔ (۴) لگاتار نیند کا کم یا بہت زیادہ آنا۔ (۵) وزن یا بھوک میں تیزی سے تبدیلی آنا۔ (۶) اپنے آپ کو بالکل بے وقعت محسوس کرنا (احساس کمتری) (۷) تقریباً سارا دن بلاوجہ تھکن کا محسوس ہونا۔ (۸) قوت فیصلہ میں کمی یا کسی چیز پر توجہ نہ دے سکنا۔ (۹) زندگی سے اکتاہٹ کا احساس ہونا۔ موت یا خودکشی کرنے کے خیالات کا آنا۔ اگر پہلی دو علامات میں سے کم از کم ایک اور باقی سات علامات میں سے کم از کم چار علامات دو ہفتے یا اس سے زیادہ عرصے سے موجود ہوں تو آپ ڈیپریشن میں مبتلا ہیں۔ ان کے علاوہ بعض مریضوں میں دوسری علامات بھی پائی جاتی ہیں۔ جلد غصہ آجانا۔ چکر آجانا۔ تنہائی پسند۔ مایوسی مستقبل تاریک محسوس ہونا۔ شور برداشت نہ ہونا۔ بدہضمی ہونا۔ دماغ سن محسوس ہونا۔ ذہن پر بوجھ محسوس ہونا۔ اپنا اندر خالی خالی محسوس ہونا۔ غنودگی محسوس کرنا۔ کسی سے بات نہ کرنے کو جی چاہنا۔ ڈر محسوس ہونا۔ یہ محسوس ہونا کہ جیسے سب کچھ ختم ہوگیا ہے۔ قوت ارادی انتہائی کم ہوجانا۔ لوگوں کو ملنے سے کترانا۔ کام ادھورے چھوڑ دینا۔ رونے کو جی چاہنا۔ محفلوں میں جی نہ لگنا۔ گردن کے پٹھوں میں کھنچاؤ۔ کسی بھی کام میں بہت ثابت قدمی نہ ہونا۔ آنکھیں بوجھل رہنا۔

ڈیپریشن کا سائنسی و روحانی علاج

ڈیپریشن سے بچاؤ کیلئے نماز باقاعدگی سے پڑھیں۔ **یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ** کا ورد کریں عفو و درگزر سے کام لیں۔ دوسروں کی رائے کا احترام کریں۔ زندگی میں میانہ روی اختیار کریں۔ مفاد عامہ کے کاموں میں حصہ لیں۔ انا کے خول سے باہر آکر مثبت طرز فکر اور رویہ اپنائیں غیبت اور جھوٹ سے بچیں۔ ظالمانہ رویہ ترک کر دیں۔ نفرت کینہ بغض اور رشک کرنا چھوڑ دیں۔ کسی کو مسکرا کر اخلاق سے ملنا بھی نیکی ہے۔ باقاعدگی سے مراقبہ کرنا ڈپریشن سے بچاؤ ہی نہیں بلکہ اس کا علاج بھی ہے۔ ڈپریشن کا روحانی علاج یہ ہے۔ **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

درس کی برکت سے سٹوڈنٹ کا رزلٹ بہترین

حضرت میرا نام محمد ثاقب ہے اور اپنی کلاس میں میں بالکل نااہل تھا‘ میرا ایک دوست عبدالرحمن وہ کافی عرصہ سے میرے پاس آتا اور آپ کے درس کی باتیں بتاتا پہلے تو میں نے توجہ نہ کی جب امتحان قریب آئے تو میں نے اسے کہا کہ آپ حکیم صاحب کی بہت تعریف کرتے ہیں اگر میں درس میں جاؤں تو مجھے کیا ملے گا؟ کیا میں پاس ہوجاؤں گا؟ تو اس نے کہا انشاء اللہ‘ تم رزلٹ آنے تک درس باقاعدگی سے سنو اور گھر میں بھی گانے سننے کی بجائے درس کی سی ڈی سنو تو تم بہت اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤ گے۔ میں نے اس کی باتیں سن کر درس میں آنا شروع کر دیا اور گانے سننے کی بجائے سی ڈی پر درس سننا شروع کر دیا‘ جب میں نے اپنا رزلٹ دیکھا تو مجھے یقین ہی نہیں آرہا تھا کہ میرے اتنے اچھے نمبر آئے ہیں۔ محترم حکیم صاحب! یہ ساری برکت آپ کے درس سننے کی ہے۔ اب میرا گانے سننے کو بالکل بھی دل نہیں کرتا‘

معدہ اور السر کے مریض ضرور کریں اور پڑھیں!

جس کی طبیعت میں ہروقت بے چینی رہتی ہو' ذہنی اعصابی کھچاؤ' تناؤ رہتا ہو' پٹھوں میں کمزوری رہتی ہو میں نے انہیں یہ دوائی استعمال کروائی انہیں بہت فائدہ اور نفع پہنچا۔ ہر وہ شخص جو دن رات کی محنت سے عاجز آ گیا ہو اور اب سکون کی زندگی چاہتا ہو وہ یہ دوائی ضرور استعمال کرے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپا تا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

فاسٹ فوڈز اور غذاؤں کا بکثرت استعمال اور نقصان

فاسٹ فوڈ اور غذاؤں کا بکثرت استعمال پھر جلتی پر تیل یہ جو مصالحے موسم سرما میں استعمال کرنے تھے وہی مصالحے موسم گرما میں بھی استعمال ہورہے ہیں مثلاً موسم گرما میں دھنیا خشک یا سبز' سفید زیرہ دہی' ہلدی' آلو بخارا یہ مصالحے موسم گرما کیلئے استعمال ہونے ہیں یعنی سالن اور پکانے والی چیزوں میں۔ افسوس یہ ہے کہ موسم سرما کے مصالحے مسلسل موسم گرما میں استعمال ہورہے ہیں تو پھر نقصان کیوں نہ ہو! ہر دوسرا فرد معدے اور جگر کو تھامے پھرتا ہے دل کے مرض کی شکایت کرتا ہے جب تک ہم اپنا دسترخوان نہیں بدلیں گے اس وقت تک ہماری صحت اور تندرستی وہ نہیں ہوسکتی جو ہمیں مطلوب ہے ساری عمر دوائیں کھاتے رہیں گے ایک دل کے بہت بڑے ڈاکٹر نے مجھے رازداری کے انداز میں بتایا کہ میرے پاس دل کا علاج کرانے والے اکثر وہ لوگ ہوتے ہیں جو بظاہر دل کے مریض ہوتے ہیں' حقیقتاً وہ معدے کے مریض ہوتے ہیں جنہیں مصالحہ جات اور باہر کی غذاؤں نے تباہ کردیا ہوتا ہے۔ معدے کے احتجاج کا اثر دل پر پڑتا ہے اور علاج معدہ کا ہونا چاہیے اور پرہیز بھی معدے کا ہی ممکن ہے لیکن اس طرف کوئی توجہ نہیں دیتا۔ اور یوں صحت و تندرستی روز بروز ختم ہوکر ہم دواؤں کے سہارے پر چلنا شروع کردیتے ہیں۔ معدے کا السر تیزابیت اور بدہضمی جب شروع ہوجاتی ہے تو اس کے بعد بیماریاں مختلف شکلوں میں سر اٹھاتی ہیں کبھی دل کی بیماریاں' یورک ایسڈ' کولیسٹرول اور کبھی گھٹنوں کی تکلیف' جوڑوں کا درد' ہڈیوں کا چٹخنا' طبیعت میں کمزوری' دل کی اکتاہٹ' ذہنی پریشانی' اعصابی کھچاؤ ان سب کے پیچھے ہوتا صرف معدہ ہے۔ بجائے اس کے کہ ہم اپنی غذاؤں پر اور اپنے دسترخوان پر کنٹرول کریں ہم فوراً دواؤں میں لگ جاتے ہیں پھر دوائیں بھی وہ جو بہت سٹرانگ اور تیز ہوتی ہیں۔ پاکستان ملٹی نیشنل کمپنیوں کی سب سے بڑی منڈی ہے جہاں جو دوا جس طرح کی ہو وہ فروخت ہوجاتی ہے بس صرف دوا بیچنے والے کو رشوت چاہیے اے سی' فریج' بچوں کی فیس' موبائل کے بیلنس' باہر ملک کے ٹرپ' فائیو یا سیون سٹار ہوٹلوں کے کھانے' بھوربن' مری کے چونچلے اور عمرے کی لالچ...... یہ ملے اور سب سے گھٹیا دوائی جس طرح بکوانی ہے بکوالیں۔

قارئین! اپنی صحت کو دسترخوان سے درست کریں۔ میں آج آپ کو ایک تحفہ دیتا ہوں جسے آپ آزما کر یقیناً مطمئن ہوں گے اور آپ کو احساس ہوگا کہ فطری اور نبوی ﷺ ادویات میں کیا کمال ہے۔ یہ تحفہ مجھے ایک پہاڑی سفر کے دوران ملا پھر میں نے اسے بے شمار لوگوں کو دیا جسے بھی دیا اس نے اسے استعمال کیا یہ تحفہ مندرجہ ذیل بیماریوں میں نہایت مفید ہے اگر چند دن' چند ہفتے اور چند مہینے اعتماد سے استعمال کیا جائے۔ میں نے آج تک اس حیرت انگیز تحفے کو کبھی ناکام ہوتے نہیں دیکھا۔

☆ معدے اور السر کے وہ پرانے مریض جو سب دوائیں کھا کر عاجز آ چکے ہیں روز بروز معدہ برباد سے برباد تر ہوتا جارہا ہے غذائیں کم سے کم تر ہوتی جارہی ہیں اور دوائیں زیادہ سے زیادہ بڑھتی چلی جارہی ہیں ان کیلئے یہ دوا' دوائے شافی سے کم نہیں۔ ایسے لاعلاج مریضوں کو میں نے یہ دوا استعمال کروائی جو بڑے بڑے ہسپتالوں اور مہنگے مہنگے ٹیسٹوں سے عاجز آ چکے تھے اور اللہ کے فضل و کرم سے اس دوا کے کچھ عرصہ استعمال سے انہیں نہایت حیرت انگیز فائدہ ہوا اور بہترین رزلٹ ملا۔

☆ جس کی طبیعت میں ہروقت بے چینی رہتی ہو' ذہنی اعصابی کھچاؤ' تناؤ رہتا ہو' پٹھوں میں کمزوری رہتی ہو میں نے انہیں یہ دوائی استعمال کروائی انہیں بہت فائدہ اور نفع پہنچا۔ ہر وہ شخص جو دن رات کی محنت سے عاجز آ گیا ہو اور اب سکون کی زندگی چاہتا ہو وہ یہ دوائی ضرور استعمال کرے۔

☆ کولیسٹرول یوریا' یورک ایسڈ' جوڑوں کا پرانا سے پرانا درد' گھٹنوں اور ٹخنوں کی سوزش' پنڈلیوں کی سوزش ان سب کیلئے یہ دوائی نہایت مفید ہے ایسے لوگ جو پرانی اور دائمی قبض کا شکار ہوں اور پرانی اور دائمی بواسیر ان کی جان نہ چھوڑتی ہو انہیں یہ دوائی ضرور استعمال کرانی چاہیے۔

☆ آپ خون بنانا چاہتے ہیں' رنگت میں نکھار چاہتے ہیں اور طبیعت میں ہروقت فریشنس چاہتے (باقی صفحہ نمبر 41 پر)

حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ

جو شخص ان ایام کے ثواب و فضیلت کا قائل نہ ہوگا اس کا ٹھکانہ دوزخ ہے

ایک دن ہزاروں کے برابر: آنحضرت ﷺ نے فتح مکہ کے زمانے میں ایک روز فرمایا اے مسلمانو! اللہ تعالیٰ نے تم کو ماہ ذی الحجہ عنایت فرما کر عزت بخشی۔ پس اس مبارک مہینے میں اللہ تعالیٰ کی تعظیم بدرجۂ کمال بجالاؤ اور اٹھتے بیٹھتے' چلتے پھرتے ہروقت ہر گھڑی اس کی یاد میں لگے رہو۔ اس مہینے کے شروع دس دن کی عظمت نماز' روزہ کی کثرت سے کرو ان میں ہر ایک دن کو اللہ تعالیٰ نے ایک ہزار دن کے برابر قرار دیا ہے۔ (یعنی اس مہینہ میں ایک دن عبادت کرنے کا ثواب ہزار دن عبادت کرنے کے ثواب کے برابر ہے۔) **(نزہۃ المجالس)**

☆ حدیث شریف میں آیا ہے کہ جو شخص عشرۂ ذی الحجہ کی راتوں میں ہر روز شب کو سورۂ والفجر سات مرتبہ پڑھ لیا کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کو اور اس کے گھر والوں اور اس کی اولاد اور ماں باپ کو بخش دیتا ہے اور جو شخص دن رات میں سو بار درود شریف پڑھا کرے اللہ تعالیٰ اس کے جسم کو آتش دوزخ پر حرام کردے گا اور جو شخص ان ایام کے ثواب و فضیلت کا قائل نہ ہوگا اس کا ٹھکانہ دوزخ ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں اِنَّ الَّذِیْنَ لَایَرْجُوْنَ لِقَآءَنَا (یونس 7) یعنی جو لوگ ہماری ملاقات کے امیدوار نہیں ان کیلئے جہنم ہے۔ بعض علماء نے کہا ہے کہ لقا سے مراد اجر و ثواب ہے اور بعض کا قول ہے کہ لقا کے معنی دیدار الٰہی کے ہیں۔ (تذکرۃ الواعظین)

پچیس سال کی عبادت کا ثواب

حدیث شریف میں آیا ہے کہ جو شخص ماہ ذی الحجہ کی پہلی تاریخ کی رات کو چار رکعت نفل پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص 25 مرتبہ پڑھے۔ اللہ تعالیٰ اس کے نامہ اعمال میں پچیس برس کی عبادت کا ثواب درج فرمائیں گے اور وہ مرنے سے پہلے بہشت میں اپنا مقام دیکھ لے گا۔ **(تذکرۃ الواعظین)**

حساب کتاب سے بری: جس شخص نے نویں ذی الحجہ کو چھ رکعتیں تین سلام سے پڑھیں اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص اور ہر سلام کے بعد سو بار لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْمَلِکُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ اور دس دس مرتبہ درود پڑھا تو وہ حساب کتاب سے بری ہوگیا۔ **(انیس الواعظین)**

اس طرح کے مزید وظائف پڑھنے کیلئے حکیم صاحب کی شہرہ آفاق کتاب **''حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ''** کا مطالعہ کریں۔

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

اچھا گریڈ لانا ہے

میرے والدین مجھ سے ناراض رہتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ میں پڑھتا نہیں۔ مجھے پڑھنے کا شوق ہے۔ میرے خاندان میں سب ہی تعلیم یافتہ ہیں۔ مگر جب پڑھنے بیٹھتا ہوں جمائیاں آنے لگتی ہیں اور کتاب منہ پر رکھ کر سوجاتا ہوں۔ امتحان میں چند ماہ باقی ہیں۔ اچھا گریڈ بھی لانا ہے۔ کبھی زبردستی آنکھیں کھول کر اور منہ دھو کر جاگنے کی کوشش کرتا ہوں تو بھی گھبراہٹ ہوتی ہے اور کچھ پڑھنے میں ناکام ہی رہتا ہوں۔ یہ میرا مسئلہ ہے جس کی وجہ سے شرمندگی کا سامنا ہے۔ **(حافظ سعد مسعود، کراچی)**

مشورہ: تمام مصروفیات سے فارغ ہوکر کتابیں کھولتے ہیں۔ اس وقت ذہن تھکا ہوا ہوتا ہوگا اس لیے نیند آتی ہے۔ لہٰذا صبح فجر میں نماز کے بعد پڑھنا شروع کریں اور اہم مضامین کی تیاری کیجئے۔ اس وقت گھبراہٹ بھی نہیں ہوگی اور اگر آپ رات کو جلد سوتے ہوں گے تو نیند بھی نہیں آئے گی۔ اس کے علاوہ یہ غور کرنے کی ضرورت بھی ہے کہ جو کچھ آپ پڑھ رہے ہیں وہ سمجھ میں بھی آرہا ہے یا نہیں، اگر نہیں تو کسی سے مدد لیں۔ مطالعہ میں یکسوئی شرمندگی سے بچاسکتی ہے۔ زندگی کامیاب گزارنا چاہتے ہیں تو والدین کو بھی ناراض نہ کریں۔ آپ کی تعلیم زندگی میں جس قدر آپ کو فائدہ پہنچاسکتی ہے کسی اور کو نہیں۔

کس سے شادی کروں؟؟؟

میٹرک میں اچھے نمبر لانے پر میرا آرمی میں سلیکشن ہوگیا۔ یہ ملازمت بہت مشکل ہے۔ میرا دل چاہتا ہے کہ اسے چھوڑ دوں، کوئی اور روزگار تلاش کیا جائے۔ دوسرا مسئلہ شادی کا ہے۔ ایک لڑکی کو میں پسند کرتا ہوں وہ بھی مجھ سے محبت کرتی ہے جبکہ دوسری لڑکی کو بھی میں پسند کرتا ہوں، پتہ نہیں وہ میرے بارے میں کیا رائے رکھتی ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کس سے شادی کی جائے۔ دونوں کا خیال آتا ہے۔

مشورہ: آرمی میں ملازمت کو تو لڑکے خواہش رکھتے ہیں، رہی مشکلات کی بات تو وہ ہر جگہ کچھ کم زیادہ ہوتی ہی ہیں۔ محنت کے بعد ہی کوئی مقام ملتا ہے۔ شادی کیلئے کسی ایک لڑکی کو پسند کرلینا کافی ہے۔ مزید الجھنیں نہ بڑھائیں اور ایک کو پسند کرکے بھی والدین کو بتانا ضروری ہے کیونکہ ان کی رائے سب سے اہم ہے۔ اگر آپ شادی کا معاملہ اور اپنی شریک حیات کا انتخاب انہی پر چھوڑ دیں تو زیادہ بہتر ہوگا۔

مجھے وہم ہے

میری عمر 25 سال ہے۔ بی اے کرچکی ہوں، گزشتہ چند ماہ سے وہم ہونے لگا ہے کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں، گندے ہیں۔ اس کے ساتھ دوسروں کو بھی گندہ سمجھتی ہوں۔ اپنے ہاتھ بار بار دھوتی ہوں، اس قدر کہ ہاتھوں کی جلد بہت نرم پڑ جاتی ہے۔ دھلے ہوئے کپڑے دوبارہ دھوتی ہوں، گھر میں کوئی آجائے اور میری کرسی پر بیٹھ جائے تو فوراً اسے جھاڑتی ہوں۔ بستر کی چادریں بدلتی رہتی ہوں۔ والدہ ناراض ہوتی ہیں تو سوچتی ہوں کہ گھر چھوڑ کر چلی جاؤں۔ **(حنا، راولپنڈی)**

مشورہ: اپنے گھر میں وہم کی وجہ سے بہت زیادہ صفائی کرتی ہیں۔ اگر دوسرے کسی گھر میں گئیں تو کوئی بھی آپ کی یہ عادت برداشت نہ کرپائے گا۔ والدہ آپ کی اصلاح چاہتی ہیں۔ حقائق پر غور کریں۔ آپ خود بھی سمجھ رہی ہیں کہ وہم ہوا ہے یعنی دراصل گندگی موجود نہیں ہوتی، یہ محض آپ کا خیال ہی ہے، جب ہاتھ دھوئیں تو خیال رکھیں کہ صرف ایک بار دھونے ہیں اور پھر ہاتھ صاف ہوجائیں گے۔ ذہن کس قدر ہی مجبور کرے آپ بلاضرورت ہاتھوں پر پانی نہ بہائیں۔ اسی طرح کسی کے آجانے سے بھی پریشان نہ ہوں۔ چادر بدلنے کا خیال آئے تو خود کو روک لیں اور سمجھائیں کہ چادر صاف ہے، یہ میرا وہم ہے کہ چادر گندی ہے یا بدلی جائے۔ شعوری کوشش کیجئے اور اس عادت کو پختہ نہ ہونے دیں ورنہ نفسیاتی مرض کی صورت اختیار کرسکتی ہے۔

چڑچڑاپن

میری عمر 17 سال ہے۔ غصہ بہت آتا ہے۔ چھوٹی سے چھوٹی بات زہر لگتی ہے۔ کوئی بات ذہن میں بیٹھ جائے تو کبھی نہیں نکلتی۔ مزاج چڑچڑا رہتا ہے۔ **(ثناء شیخ، کراچی)**

مشورہ: غصہ ایک فطری جذبہ ہے، اس کی کوئی نہ کوئی وجہ بھی ہوتی ہے۔ ذہنی طور پر صحت مند لوگوں کو کسی نہ کسی وجہ سے غصہ آتا ہے اور وہ بھی حد سے نہیں بڑھ پاتا۔ انہیں اپنے غصے پر قابو ہوتا ہے۔ موقع دیکھ کر ناراضگی کا اظہار کرتے ہیں۔ غصہ احساس محرومی کی وجہ سے بھی آتا ہے۔ یہ اپنے ساتھ ہونے والی زیادتی کا اظہار بھی ہے لیکن اگر کسی کو بلاوجہ شدید غصہ آتا ہے تو سمجھ لینا چاہیے کہ یہ نفسیاتی مرض کی علامت ہے۔ چھوٹی اور غیراہم باتوں پر برہمی کے بجائے انہیں نظرانداز کردینا بہتر ہے۔ کسی تکلیف دہ بات کو ذہن میں جگہ نہ دیں اور اس کیلئے اپنی توجہ کسی دوسری دلچسپ اور اچھی بات کی طرف مبذول کرلیں۔ مزاج اچھا بنانے کیلئے بھی ارادہ کرنا ہوگا۔

عجیب کشمکش

میرے والد کا بہت پہلے انتقال ہوچکا تھا، اس وقت میری عمر دس سال ہوگی، میں نے اور میری ماں نے بہت محنت کی اور آج میں کامیاب زندگی گزار رہا ہوں۔ پہلے لوگ ہم سے ملنا پسند نہیں کرتے تھے اور اب ہم لوگوں سے رشتے داری کرنا نہیں چاہتے ہیں۔ میں نے سوچ لیا ہے خاندان میں شادی نہیں کرنی ہے۔ آفس میں ایک لڑکی ہے وہی مجھے پسند ہے مگر وہ لوگ دوسری ذات کے ہیں۔ اس نے شادی سے انکار کردیا ہے اب میری عمر چالیس سال کے قریب ہے، والدہ سب کو تیس بتاتی ہیں عجیب کشمکش میں ہوں۔

مشورہ: کبھی آپ بچپن کی تلخیاں یاد کرتے ہیں تو کبھی موجودہ حالات کے اچھے ہونے کا احساس کررہے ہیں۔ خواہ مخواہ کی الجھنوں کا شکار ہوکر کوئی فیصلہ نہ کرنا تو وقت گنوانا ہے۔ آفس والی لڑکی کو بھول جائیں۔ والدہ کی پسند پر کسی بھی اچھی لڑکی سے شادی کرلیں۔ فی الحال آپ کو کوئی ایسا مسئلہ نہیں جس پر فکر کی جائے۔ عمر جو ہے وہی رہتی ہے کم بتانے سے کم نہیں ہوتی۔ اگر یونہی چند سال اور کشمکش کا شکار رہے تو والدہ آپ کی عمر تیس سال نہ بتاسکیں گی۔

اللہ کے نام کا ادب کرنے سے دنیا و آخرت سنور گئی

عزیز الرحمن عزیز، پشاور

میرے گھر سے کچھ فاصلے پر ایک بہت بڑی نالی (پورے علاقے کا پانی اس نالی سے ہوکر جاتا ہے) تھی میں بازار میں ناگاہ میری ایک پورے اخبار پر نظر پڑی اور قریب سے دیکھا تو کوئی خاص مذہبی ایڈیشن تھا جس پر بہت ہی جلی حروف میں قرآن عظیم الشان کی آیت مبارکہ درج تھی

میں نے بہت عرصہ پہلے ایک اللہ والے کا واقعہ پڑھا تھا جن کا نام بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ تھا۔ بغداد کے رہنے والے تھے اور شراب کے رسیا تھے روزانہ شام میکدہ میں ہی گزارتے تھے رات گئے پینے پلانے سے فارغ ہوتے اور گھر کی طرف روانہ ہوجاتے تھے' نشے میں مدہوش لڑکھڑاتے بلکہ گرتے پڑتے بڑی مشکلوں سے گھر پہنچتے تھے۔

خدا کا کرنا ایک دن شراب خانے کی طرف مےنوشی کیلئے جارہے تھے کہ راستے میں ایک ناپاک جگہ پر ایک کاغذ کا پرزہ گرا ہوا تھا جس پر اللہ جل شانہٗ کا نام لکھا ہوا تھا جیسے ہی ان نظر پڑی دل پر ایک چوٹ لگی۔ انہوں نے اس کو نہایت احترام سے اس گندگی سے اٹھایا اس کو صاف کیا اور دو درہم جو شراب کیلئے رکھے تھے اس کی خوشبو خریدی اور اس کاغذ پر لگادی اور وہ کاغذ ایک اونچی جگہ پر رکھ دیا اور پھر حسب معمول شراب خانے کی طرف چل پڑے اس دن انہوں نے اُدھار شراب پی اور اسی حال میں مست ہوگئے۔ اُدھر ایک اللہ کے صالح شخص کو خواب آیا کہ ہمارا ایک دوست شراب خانے میں ہے جس کا نام بشر ہے۔ اسے جاکر خوشخبری دیدو کہ میں نے اسے اپنے دوستوں میں شامل کرلیا ہے۔ وہ درویش اٹھے لیکن اسے ایک خواب سمجھ کر دوبارہ سوگئے دوسری مرتبہ پھر یہی خواب دیکھا پھر اٹھے لیکن ایک خواب سمجھ کر پھر لیٹ گئے۔ تیسری بار پھر یہی کچھ دیکھا تو گھبرا کر بھاگے جب اس مےکدہ کے باہر پہنچے تو آواز دی۔ اندر سے بشر جھومتے ہوئے نکلے اور پوچھا کیا بات ہے؟ تو وہ اللہ والے کہنے لگے میرا نام یہ ہے اور میں نے ایسے تین بار خواب دیکھا ہے اور مجھے پیغام دیا گیا ہے کہ جیسے تم نے ہمارے نام کو اونچا کیا ہم نے تمہیں اونچا کردیا۔۔۔ جیسے تم نے ہمارے نام کو خوشبودار کیا ہم نے تمہارے نام کو خوشبودار کردیا۔ آخر تمہارا ایسا کون سا عمل ہے؟ بشر نے جب یہ سنا تو ایک چیخ مار کر بیہوش ہوگئے جب ہوش میں آئے تو دل کی دنیا پلٹ چکی تھی اور پھر وہ صاحب کمال بنے اور نامور اولیاء اللہ میں ان کا شمار ہوا۔

(یہ ان دنوں کی بات ہے کراچی سے ایک اخبار نکلتا تھا اس میں قرآنی آیت کا ترجمہ سنگل کالم 3 تا 4 تک ہوتا تھا) یہ بازاروں اور گلیوں میں پڑے ملتا رہتا اور اسی طرح کئی سال گزر گئے اور مذکورہ اخبار بعد میں بند ہوگیا۔ مگر یہ میرے والا سلسلہ مسلسل جاری اور کسی نہ کسی موڑ پر قرآنی آیت یا آیت کا ترجمہ مل جاتا لیکن ایک دن میں رات دیر سے گھر جارہا تھا کہ میرے گھر سے کچھ فاصلے پر ایک بہت بڑی نالی (پورے علاقے کا پانی اس نالی سے ہوکر جاتا ہے) تھی میں بازار سے گزر رہا تھا کہ ناگہا میری نظر ایک پورے اخبار پر پڑی جب میں نے قریب سے دیکھا تو یہ اس اخبار کا کوئی خاص ''مذہبی ایڈیشن'' تھا اور باہر کا صفحہ تھا جس پر بہت ہی جلی حروف میں قرآن عظیم الشان کی آیات مبارکہ اور احادیث مبارکہ درج تھیں میں نے جب یہ دیکھا تو میرے ہوش اڑ گئے میں لرز کر رہ گیا' انتہائی غم اور دکھی حالت میں وہ اخبار اٹھایا اور کافی دیر تک روتا رہا۔

اس دن کے بعد میں نے اس چیز کا خاص اہتمام شروع کردیا کہ راہ چلتے ادھر اُدھر نظر ڈالتا جاتا ہوں اور اگر کوئی اخبار کا ٹکڑا یا کوئی ایسا کاغذ جس پر قرآن کی آیت کا ترجمہ' اللہ کا نام یا کوئی احادیث مبارکہ لکھی ہو تو اس کو احتیاط سے اٹھاتا ہوں اور ایسی جگہ رکھ دیتا ہوں جہاں بے ادبی اور بے احتیاطی کا احتمال نہ ہو۔ اس کے ساتھ ساتھ میں نے اپنی کوشش کی حد تک ایسے اخبارات اور جرائد کو مطلع کیا اور ان کو اس چیز کا احساس دلایا کہ آپ کے اس لکھنے سے کتنی زیادہ بے ادبی ہوتی ہے۔ آپ اس چیز کو نہ لکھا کریں اب کوئی مانے یا نہ مانے۔ میں تو اپنی ہرممکن کوشش کرتا ہوں اور کرتا رہوں گا۔ شاید یہی میرے لیے باعث نجات بن جائے۔

قارئین! آپ بھی اپنے اردگرد جب نظر دوڑائیں گے تو بہت سے ایسے اوراق نظر آئیں گے کیا ہم پر جو اجتماعی عذاب آرہے ہیں وہ اس وجہ سے تو نہیں کہ ہم گستاخ قرآن ہیں؟؟؟

شب قدر کے برابر ثواب

تمام سال میں عبادت کے لیے محبوب تر اللہ کے نزدیک اول دن ذی الحجہ کے ہیں بیشک ان دنوں کا ایک روزہ سال بھر کے روزوں کے برابر ہے اور ان کی راتوں میں سے کسی ایک رات کا قیام شب قدر کے قیام کے برابر ہے' پس ان ایام میں تسبیح' تہلیل اور تکبیر کی کثرت کرو۔ (انیس الواعظین) **(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے**

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

پیغمبر اسلامؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 76

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیرو کار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

امیرالمومنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے ذریعہ بیت المقدس کے باشندوں کیلئے جو صلح نامہ لکھا اس میں تحریر تھا: ''ایلیا اور بیت المقدس والوں کی جان' مال' گرجے' صلیب' بیمار' تندرست سب کو امان دی جاتی ہے' ان کے گرجاؤں میں سکونت نہ کی جائے گی اور نہ وہ ڈھائے جائیں گے یہاں تک کہ ان کے احاطوں کو بھی نقصان نہ پہنچایا جائے گا' نہ ان کی صلیبوں اور مالوں میں کسی قسم کی کمی کی جائے گی' نہ مذہب کے بارے میں کسی قسم کا تشدد کیا جائے گا۔

تاریخ جنگ صلیبی میں میشو لکھتا ہے کہ ''جس وقت حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے بیت المقدس فتح کیا' انہوں نے عیسائیوں کو کسی طرح کی تکلیف نہیں دی اس کے برخلاف جب صلیبیوں نے اس شہر پر قبضہ کیا تو انہوں نے نہایت بے رحمی سے مسلمانوں کا قتل عام کیا اور یہودیوں کو جلادیا۔

مشہور انگریز مورخ گبن لکھتا ہے: ''خلیفہ عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے بیت المقدس تو فتح کیا' لیکن اس کے باشندوں پر نہ تو دست اندازی کی اور نہ ان کے مذہب میں مداخلت کی' شہر کا ایک حصہ عیسائیوں' پادریوں اور اسقف اعظم کے لیے مخصوص کردیا گیا' اس کے تحفظ کے بدلے عیسائیوں کو محض دو دینار فی کس سالانہ ٹیکس کے طور پر دینا پڑتے تھے بیت المقدس کی زیارت روکنے کے بجائے مسلمانوں نے اسے فروغ دیا تاکہ آمدورفت کے ذریعے تجارت کی افزونی ہو اس کے چار سو ساٹھ سال بعد جب یہ مقدس شہر دوبارہ یورپ کے مسیحوں کے ہاتھوں میں پہنچ گیا تو مشرقی عیسائی عرب خلفاء کی رواداری حکومت کو یاد کرتے تھے۔

فالج سے چھٹکارے کا آسان حل

عقر قرحا کو منہ میں چبائیں منہ کڑوا ہوگا' پانی نکلنے دیں' بعد میں تین چار دن بعد میں شہد استعمال کریں۔ انشاء اللہ کچھ عرصہ اسی طرح استعمال سے مریض کی حالت بہتر ہونا شروع ہوجائے گی۔ **(ملک بشیر' چکوال)**

بچوں کا صفحہ

بچو! ہر حال میں اللہ کا شکر ادا کریں

ثانیہ علی، کراچی

''امی! اللہ تعالیٰ نے ہمیں غریب کیوں بنایا ہے......؟ اس نے ہمیں بھی ڈھیرے سارے پیسے کیوں نہیں دیئے......؟ اس نے ہمیں کھلونے کیوں نہیں دیئے......؟ بتاؤ نا امی......!!! اس نے وہ سب کچھ ہمیں نہیں دیا جو شازیہ بی بی کے امی ابو کے پاس ہے......؟؟؟

کمرہ کھلونوں سے بھرا ہوا تھا۔ ہر طرف کھلونے ہی کھلونے تھے۔ خوب صورت اور پیارے پیارے، عائشہ حیرت و خوشی کے ملے جلے تاثرات چہرے پر سجائے ان کو دیکھ رہی تھی پھر اچانک اس نے جھک کر پیروں کے پاس پڑا ہوا خوبصورت ہیلی کاپٹر اٹھالیا۔ عائشہ کو ہیلی کاپٹر بہت اچھا لگتا تھا۔ اس کی خواہش تھی اس کے پاس بھی ایسا خوبصورت ہیلی کاپٹر ہو جس کے ساتھ وہ کھیل سکے۔

اس نے اپنی امی سے ہیلی کاپٹر لانے کیلئے کہا چونکہ ہیلی کاپٹر بہت قیمتی تھا، اس لیے امی نے اسے ٹال دیا تھا یوں عائشہ کی یہ خواہش اس کے دل ہی میں رہ گئی تھی۔ عائشہ نے پیارے ہیلی کاپٹر پر ہاتھ پھیرا اور پھر اسے چوم کر واپس رکھ دیا۔

جس وقت اس نے ہیلی کاپٹر واپس رکھا عین اسی وقت شازیہ کمرے میں داخل ہو رہی تھی۔ اس نے عائشہ کو ہیلی کاپٹر رکھتے ہوئے دیکھ لیا تھا۔

وہ تیر کی طرح اس کی طرف آئی اور پھر کمرہ چٹاخ کی آواز سے گونج اٹھا۔ شازیہ کا ہاتھ عائشہ کے گال پر پڑا۔ اس کی آنکھوں میں آنسو امڈ آئے۔ اس نے بے بسی سے شازیہ کی طرف دیکھا اور پھر سر جھکا لیا۔ ''ذلیل! تمہیں میرے ہیلی کاپٹر کو ہاتھ لگانے کی ہمت کیسے ہوئی، اگر ٹوٹ جاتا تو......؟

شازیہ کی آنکھیں آگ برسا رہی تھیں، غصے کی شدت سے اس کا چہرہ سرخ ہوا جا رہا تھا۔ عائشہ نے کوئی جواب نہ دیا۔ خاموش کھڑی رہی۔ اس کی خاموشی نے شازیہ کا غصہ مزید بڑھا دیا۔ ''بولتی کیوں نہیں...... کیوں ہاتھ لگایا تھا، میرے ہیلی کاپٹر کو؟'' ''وہ جی...... جی وہ...... وہ'' عائشہ کے ہونٹ کانپ کر رہ گئے۔ ''وہ جی...... جی وہ...... کیا ہوتا ہے...... کہو، کیوں ہاتھ لگایا تھا۔''

''شازیہ بی بی! مجھے یہ ہیلی کاپٹر اچھا لگتا ہے۔'' عائشہ نے جلدی سے کہا۔ اس کا سر ابھی تک جھکا ہوا تھا۔ ''اچھا لگتا ہے تو پھر خرید لو بازار سے جا کر۔''

''امی خریدنے گئی تھیں لیکن......''

بہت قیمتی تھا، اس لیے خالی ہاتھ لوٹ آئی۔ یہی کہنا چاہتی ہو نا'' ''جی...... جی۔''

دفع ہو جاؤ اور خبردار! جو آئندہ میرے کمرے میں بلا اجازت آنے کی کوشش کی یا کھلونوں کو چھونے کی ہمت کی۔''

''جی بہتر......'' عائشہ نے کہا اور آنکھوں میں آنسو سجائے کمرے سے نکل گئی۔

رات ماں کے پہلو میں لیٹتے وقت اس نے پوچھا: ''امی! اللہ تعالیٰ نے ہمیں غریب کیوں بنایا ہے......؟ اس نے ہمیں بھی ڈھیرے سارے پیسے کیوں نہیں دیئے......؟ اس نے ہمیں کھلونے کیوں نہیں دیئے......؟ بتاؤ نا امی......!!! اس نے وہ سب کچھ ہمیں نہیں دیا جو شازیہ بی بی کے امی ابو کے پاس ہے......؟؟؟

''میری بچی! اللہ جس کو، جو چاہتا ہے...... دیتا ہے......۔ ہم مجبور ہیں اور اس کے سامنے دم نہیں مار سکتے۔ ہمیں ہر حال میں اس کی مرضی کے آگے سر جھکانا چاہیے اور میری بچی! وہ لوگوں کو آزماتا ہے کسی کی تمام خواہشات پوری کر کے تو کسی کی چھوٹی سی خواہش بھی پوری نہ کر کے......!! وہ دیکھنا چاہتا ہے کہ کون ہے جو اس کے امتحان پر پورا اترتا ہے۔ میری بچی! اللہ تعالیٰ نے ہمیں غریب بنایا ہے اس نے ہمیں شازیہ بی بی کے باپ کی طرح مال و دولت سے نہیں نوازا تو اس میں بھی کوئی مصلحت ہے۔ ہمیں ہر حال میں اس کا شکر ادا کرنا ہے جو لوگ ایسا کرتے ہیں اللہ انہیں مایوس نہیں کرتا۔''

ماں خاموش ہوئی تو عائشہ جلدی سے بولی: ''وہ تو ٹھیک ہے، لیکن کیا اللہ تعالیٰ مجھے شازیہ بی بی جیسا ہیلی کاپٹر نہیں دے سکتے؟ مجھے، ہیلی کاپٹر چاہیے......!!! آپ اللہ تعالیٰ سے کہیں وہ مجھے ہیلی کاپٹر دیں۔'' عائشہ کی آنکھوں میں آنسو تیرنے لگے۔

ماں نے بیٹی کا منہ چوم لیا۔ اسی وقت دروازے پر دستک ہوئی۔ ماں، بیٹی نے چونک کر دروازے کی طرف دیکھا: ''کون ہے؟'' ''زبیدہ...... دروازہ کھولو......''

شازیہ کی امی کی آواز پہچان کر عائشہ تیزی سے اٹھی اور دروازہ کھول دیا اس کے سامنے شازیہ کی امی کھڑی تھیں۔

''بیگم صاحبہ......! آپ اور اس وقت یہاں......'' عائشہ کے لہجے میں حیرت تھی۔ عائشہ نے دیکھا، عائشہ کی امی کے دونوں ہاتھ ان کی کمر کے پیچھے تھے۔ یوں لگ رہا تھا جیسے انہوں نے کوئی چیز چھپا رکھی ہے۔ وہ مسکرائیں اور بولیں: ''حیران ہونے کی ضرورت نہیں، میں تمہارے لیے تحفہ لائی ہوں......''

''تحفہ اور میرے لیے!!'' عائشہ کی حیرت دیکھنے والی تھی۔ وہ تصور بھی نہیں کر سکتی تھی......شازیہ بی بی کی امی جو شہر کے مشہور دولت مند گھرانے سے تعلق رکھتی تھیں اس کیلئے تحفہ بھی لا سکتی ہیں۔

''شازیہ کی زبانی معلوم ہوا کہ تمہیں ہیلی کاپٹر بہت پسند ہے تو میں نے فوراً بازار سے منگوا لیا یہ دیکھو......''

شازیہ کی امی نے کمر کے پیچھے سے ہاتھ نکالے تو عائشہ مارے خوشی کے اچھل ہی تو پڑی۔ انہوں نے ہاتھ میں خوبصورت ہیلی کاپٹر پکڑا ہوا تھا۔ عائشہ کو یوں محسوس ہوا جیسے ہیلی کاپٹر اس سے کہہ رہا ہو: ''لو...... میں تمہارے پاس آ گیا ہوں، تمہاری خواہش تھی نا کہ میرے ساتھ کھیلو...... میں تو اسی لیے آیا ہوں۔''

عائشہ کا چہرہ خوشی سے چمکنے لگا۔ اس نے لپک کر شازیہ کی امی کے ہاتھ سے ہیلی کاپٹر لے لیا۔ اس کی امی ارے...... ارے...... کرتی رہ گئی اور وہ ہیلی کاپٹر تھامے تیزی سے اندر کی طرف بھاگ کھڑی ہوئی۔

ہچکی‘ جوڑوں کا درد اور دمہ کا آخری علاج

جب پانی ایک کلورہ جائے تو یہ خوراک دو دن صبح وشام لینی ہے۔ایک ماہ متواتر یہ دوا استعمال کرنی ہے۔دوران دوا لونگ کا تیل اور زیتون کا تیل ملا کر ٹھیک ٹھاک مالش کریں۔رانا صاحب نے دو ہفتے یہ خوراک استعمال کی کہ جوڑوں کے درد کا نام ونشان تک نہ رہا

ہچکی کیوں اور کیسے آتی ہے؟؟؟

(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج)

جب انسانی معدے میں صفرا یا بلغم چمٹ جائے یا معدہ میں کوئی گراں چیز گرے تو ہچکی پیدا ہو جاتی ہے جس طرح پھیپھڑوں کی حرکت سے کھانسی کی آواز آتی ہے اس طرح جب معدے کا منہ حرکت کرتا ہے تو ہچکی کی آواز نکلنا شروع ہو جاتی ہے۔ ہچکی دور کرنے کے چند نسخہ جات پیش خدمت ہیں۔

☆ پانی میں شکر ملا کر پییں۔ ☆ نرم گنے گنڈیریاں مسلسل چوسیں۔ ☆ پیاز دھو کر نمک لگا کر کھائیں۔ ☆ مور کے پر لیں اندر کے گول چاند لے کر جلالیں‘ راکھ کو شہد میں ملا کر چٹائیں۔ ☆ کیکر کے کانٹے دو تولہ لیکر آدھ کلو پانی میں جوش دیں‘ چھان کر ایک تولہ شہد ملا کر پییں۔ ☆ لونگ کھالیں‘ آرام آجائے گا۔ ☆ تین گرام کلونجی کا سفوف ایک چمچ مکھن میں ملا کر کھائیں۔ ☆ چھوٹی الائچی چھلکے سمیت چلم میں رکھیں‘ اس کا دھواں اندر لے جائیں۔ ☆ چھوٹی الائچی کے چھلکے چھ ماشہ لیں‘ پانی میں جوش دے کر پلائیں۔ ☆ ترش اور کھٹ میٹھا انار کھائیں۔ ☆ ایک کالی مرچ سوئی میں چبھوئیں آگ لگا کر بجھا دیں۔ دھواں مریض کی ناک میں ڈالیں۔ ☆ دھنیا خشک کو تمباکو کی جگہ چلم میں رکھیں اور دھواں اندر لے جائیں۔ ☆ مولی کو پانی میں جوش دے کر پلائیں۔ ☆ پیپل کی چھال کو جلا کر کوئلہ بنائیں اور پانی میں بجھا دیں‘ یہ پانی پلائیں۔ ☆ اندرائن کی جڑ تین ماشہ باریک پیس لیں‘ 5 تالہ پانی میں حل کریں دو تین بوندیں مریض کی ناک میں ڈالیں۔ ☆ درخت خرما کے شگوفہ کا چھلکا خشک کر کے اور کوٹ کر ایک مثقال برابر مریض کو دیں۔ ☆ امرت دھارا (ست پودینہ‘ کافور‘ اجوائن ہم وزن) ایک سے دو بوند بتاشہ میں ڈال کر کھائیں۔ ☆ ست پودینہ ایک رتی‘ گل قند دو تولہ ملا کر کھائیں۔ ☆ لیموں کاٹ لیں اور رس چٹائیں۔ ☆ پودینہ کی پتیاں تین ماشہ کھلائیں۔ ☆ سرکہ 12 ملی لیٹر ہچکی کے وقت لیں۔ ☆ ایک دو منٹ سانس روک لیں یا ایک گلاس سرد پانی تیزی کے ساتھ پییں۔ ☆ ہلدی‘ تمباکو کی جگہ چلم میں ڈالیں اور کش لگائیں۔ ☆ انسان کے سر کے بال باریک کپڑے کی پوٹلی میں باندھیں اور توے پر گرم کر کے مریض کو سونگھنے کیلئے کہیں‘ ہچکی فوراً بند ہو جائے گی۔ ☆ رائی کو پانی میں حل کریں‘ پندرہ منٹ کیلئے خم معدہ کے اوپر لیپ کر دیں۔

جوڑوں کا درد

جھنگ‘ فیصل آباد روڈ پر اڈہ ٹھیکری والا سے شمال مغرب کی جانب چار کلومیٹر کے فاصلے پر چک 41 ج۔ب واقع ہے وہاں میرے ایک دوست ریٹائرڈ ہیڈ ماسٹر ہائی سکول رانا محمد اکرام صاحب جوڑوں کے درد میں مبتلا تھے کہ اٹھنا بیٹھنا ان کیلئے دشوار ہو چکا تھا۔ چند ماہ قبل ان سے ملاقات ہوئی تو ٹھیک ٹھاک چل رہے تھے۔ جوڑوں کے درد کا نام ونشان تک نہ تھا۔ استفسار کرنے پر ان سے جو نسخہ ملا وہ قارئین کی نذر کر رہا ہوں۔ایک کلو نلیوں والی ہڈیاں کٹا (بھینسا) کی لے لیں۔انہیں تین کلو پانی میں پکائیں‘ ادرک‘ کالی مرچ‘ لہسن نمک حسب ذائقہ ڈالیں۔ جب پانی ایک کلورہ جائے تو یہ خوراک دو دن صبح وشام لینی ہے۔ایک ماہ متواتر یہ دوا استعمال کرنی ہے۔ دوران دوا لونگ کا تیل اور زیتون کا تیل ملا کر ٹھیک ٹھاک مالش کریں۔رانا صاحب نے دو ہفتے یہ خوراک استعمال کی کہ جوڑوں کے درد کا نام ونشان تک نہ رہا۔

دمہ! پرہیز علاج سے بہتر ہے

(حاجی محمد وارث‘ راولپنڈی)

دمہ سانس کی نالی کی پرانی سوزش سے ہوتا ہے جس سے سانس لینے کا عمل دشوار ہو جاتا ہے۔ ☆ دمہ کے مریض کے ساتھ رہنے والے یا کام کرنے والوں کو گھبرانے کی ہرگز ضرورت نہیں ☆ گھروں میں بچھائے جانے والے قالین اور ان میں چھپا گرد دمہ کا باعث بنتے ہیں۔ ☆ دمہ کے مریض کو قطعی طور پر مایوس نہیں ہونا چاہیے تاہم مناسب دیکھ بھال ضروری ہے۔ ☆ تشخیص میں مریض کی بیماری کی کہانی (ہسٹری) بہت اہم ہے‘ خون بلغم کا معائنہ الرجی دیکھنے کیلئے زیادہ شدید درد میں اس کے ایکسرے بھی کیے جاتے ہیں۔

پیک فلومیٹر: یہ ایک انتہائی اہم اور سستا آلہ ہے جس سے مریض کی تشخیص میں مدد ملتی ہے اور اس کی بیماری کی نوعیت کا پتا چلتا ہے‘ دمہ کی تشخیص یا علاج کیلئے دنیا بھر کے ماہر امراض اس بات پر متفق ہیں کہ الرجی ٹیسٹ کروانے کی مجموعی طور پر اور ویکسی نیشن کی قطعی ضرورت نہیں۔

دمہ سے بچاؤ کی احتیاطیں: مجموعی طور پر کہا جاتا ہے کہ پرہیز علاج سے بہتر ہے دمہ میں یہ بات بہت اہم ہے کہ وہ الرجی سے بچے۔موسم بہار میں باغات یا پارکوں میں جانے سے احتیاط کریں‘ گرد وغبار سے بچیں‘ گھر میں جھاڑ پونچھ کے وقت منہ اور ناک کو ڈھانپ کر رکھیں۔ مریض کی موجودگی میں گھر میں صفائی گیلے کپڑے سے کی جائے اور صفائی سے پہلے پانی کا چھڑکاؤ کر لیا جائے‘ بعض مریض مناسب دیکھ بھال سے اپنی طبی عمر پاتے ہیں لیکن ایک بات دھیان میں رکھنی چاہیے جس طرح بلڈ پریشر اور شوگر کے مریض کو تازندگی ادویات کا استعمال کرنا پڑتا ہے اسی طرح دمہ کے مریض کو بھی تازندگی تھوڑی بہت ادویات کھانی پڑتی ہیں تاہم دمہ کا پروفائل ان دونوں بیماریوں سے کہیں بہتر ہے۔کم سے کم دوائی کی ضرورت پڑتی ہے اس وقت دنیا میں تقریباً سو ملین افراد دمہ کے مرض کا شکار ہے اور کم سے کم دوائی کی ضرورت پڑتی ہے تمام آبادی میں دمے کے مریضوں کا تناسب 7.2 فیصد ہے۔ دمہ کا مرض بچوں میں 10% ہے جبکہ بڑوں میں 6% ہے عورتوں کی نسبت مرد دمے کا زیادہ شکار ہوتے ہیں۔

کالا یرقان کا روحانی علاج

میرے مرحوم ٹیچر رفیق صاحب کے ایک عمل کو میں نے اک ایسے طریقہ سے آزمایا کہ میرے مریض دعا گو ہیں‘ آج میں آپ سب کو بھی دعوت دیتی ہوں‘ آپ بھی کیجئے اور اس کی نحوست کو جڑ سے ختم کیجئے گا‘ میں ہر سال اٹ سٹ کا بیج لوگوں کو دیتی ہوں آپ وہ بیج حاصل کریں اور اپنے گملے میں لگائیں جب اس کا قد بالشت بھر کا ہو تو دو رکعت نفل حاجت برائے شفاء پڑھیں۔ الحمد کے بعد 15 مرتبہ سورۂ اخلاص ایک بار آیۃ الکرسی پڑھیں سلام پھیرنے کے بعد 100 مرتبہ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ ﴿یٰسین ۵۸﴾ پڑھیں اور پودے سے مخاطب ہوں اے پودے تجھے بحکم الٰہی میں فلاں کی فلاں بیماری کیلئے لے کر جا رہا ہوں میرے اللہ کے حکم سے شفاء ہونی چاہیے۔ اب بِسْمِ اللّٰهِ اَللّٰهُ شَافِیْ اَللّٰهُ كَافِیْ یَا كَفِیْلُ پڑھتے ہوئے پودا جڑ سمیت اکھاڑ لیں۔اب مریض کے بستر کے اوپر اس طرح الٹا دھاگے سے باندھ کر لٹکائیں کہ دل کی جگہ پر ہو‘ جب یہ پودا سوکھ جائے تو دوسرا پودا اکھاڑ کر لائیں اس پر سات مرتبہ کریں۔ٹیسٹ کرائیں اور خدا کا شکر بجا لائیں ہمیں بھی یاد رکھیں۔

(ڈاکٹر ایم اے کاظمی‘ لاہور)

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

قارئین! جب دینی زندگی پر زوال آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ تحریر طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جاتا ہے کہ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

احساس کمتری اور احساس برتری

میں احساس کمتری اور احساس برتری دونوں سے دوچار ہوں۔ انتہاپسندی میرے اندر زیادہ ہے۔ اس طبیعت کی وجہ سے ملک کے بدلتے حالات ہوں یا گھریلو باتیں‘ دونوں میرے اوپر بہت زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں۔ بہت جلد باز ہوں اور جلد بازی میں غلط فیصلے کر بیٹھتا ہوں۔ ذہن ایک منٹ کیلئے بھی خالی نہیں ہوتا۔ کچھ نہ کچھ سوچتا رہتا ہوں۔ پوری رات‘ خواب دیکھتا رہتا ہوں جو بہت طویل ہوتے ہیں۔ طبیعت میں استقلال اور ثابت قدمی نہیں ہے۔ اچانک ارادہ تبدیل کر دیتا ہے۔ **(مصور علی‘ کراچی)**

جواب: اکثر اوقات اعصابی کمزوری کی وجہ سے انسان بہت جلد اپنے حواس پر قابو کھو بیٹھتا ہے جب ایسا ہوتا ہے تو انسان درست فیصلے کے قابل نہیں رہتا یا جلد بازی میں غلط اقدام کر بیٹھتا ہے اس کمزوری پر قابو پانے کے طریقوں میں سے ایک یہ ہے کہ قوت ارادی استعمال کرتے ہوئے ہر کام اور ہر بات سے پہلے کچھ دیر وقفہ دیا جائے اور ہر حال میں غصے سے دور رہا جائے۔ زیادہ اور بے معنی گفتگو سے پرہیز کیا جائے۔ اس کے ساتھ نماز فجر کے بعد پانی پر گیارہ بار یَاوَدُوْدُ دم کر کے پانی تین سانسوں میں پی لیں۔ رات سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں بیٹھ کر کمر سیدھی رکھتے ہوئے آنکھیں بند کرلیں اور تصور کریں کہ تمام عالم ایک سمندر ہے جس میں آپ ڈوبے ہوئے ہیں۔ پندرہ منٹ تصور کرنے کے بعد سوجائیں۔

غیر شادی شدہ بھائی

والدین کو فوت ہوئے سولہ سال گزر گئے ہیں۔ تین بھائی شادی شدہ اور ایک غیر شادی شدہ ہے۔ میں تین سالوں سے اس کی شادی کی کوشش کر رہی ہوں لیکن کسی طرح شادی نہیں ہوتی۔ ایک سال پہلے اس کی شادی کی بات طے ہوگئی۔ شادی سے ایک روز پہلے لڑکی والوں نے انکار کر دیا۔ ہم نے ان سے بہت پوچھا لیکن انہوں نے وجہ بتانے سے انکار کر دیا اور اپنے فیصلے پر قائم رہے۔ اس کے بعد بھی دو تین جگہوں پر بات طے ہوگئی اور صرف تاریخ کا تعین باقی تھا کہ انکار ہوگیا۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ آخر کیا خطا ہم سے سرزد ہوگئی ہے کہ اس طرح کے حالات پیش آرہے ہیں۔ **(جویریہ‘ لاہور)**

جواب: وہم سے گریز کریں۔ بھائی سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد آیت کریمہ ایک تسبیح اور نماز فجر کے بعد یَابَدِیْعُ ایک تسبیح پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے فضل وکرم کی دعا مانگا کرے۔ اپنی عملی زندگی میں احتیاط‘ توازن‘ حقوق کی ادائیگی کا خیال رکھے۔ انشاء اللہ مسائل سے حل کا راستہ سامنے آجائیگا۔

دوستی کا خیال

ہمارے بھائی اپنے ایک دوست سے بہت متاثر ہیں۔ دوست کا حال یہ ہے کہ وہ بھائی سے وہ گرم جوشی نہیں دکھاتا جو بھائی اس کیلئے اپنے عمل میں رکھتے ہیں۔ اس کے باوجود بھائی اپنے دوست کا بہت خیال رکھتے ہیں اور اس سے بہت مرعوب ہیں۔ دفتر سے گھر آتے ہی فوراً اس کے پاس پہنچ جاتے ہیں اور پھر رات گئے ان کی واپسی ہوتی ہے۔ گھر والوں کا خیال ہے کہ وہ دوست خود غرض ہے پھر بھی بھائی اس کے گرویدہ ہیں۔ اگر بھائی کا یہی حال رہا تو وہ ضرور کوئی نہ کوئی نقصان اٹھائیں گے۔

جواب: رات کو جب بھائی سو جائیں تو گھر کا کوئی فرد ایک تسبیح اسم یَابَدِیْعُ پڑھ کر بھائی کی شکل کا تصور کر کے دم کر دیا جائے۔ انشاء اللہ بھائی کی طبیعت اعتدال و توازن کی طرف مائل ہوجائے گی۔ گھر والوں کو بھی چاہیے کہ بھائی سے بحث مباحثہ نہ کریں اور بدستور محبت والتفات کا رویہ ان سے قائم رکھیں۔

ایک بے چینی

گزرے ہوئے بہت سے واقعات وحالات زیادہ تر ذہن میں گردش کرتے رہتے ہیں۔ بہت سی باتوں پر یا بہت سے فیصلوں پر کف افسوس ملتا ہوں۔ ان خیالات سے دل دماغ مجروح ہوجاتے ہیں اور ایک بے چینی پورے وجود میں سرایت کر جاتی ہے۔ رات سوتے میں خواب بھی پریشان کن دکھائی دیتے ہیں۔ خواب میں زیادہ تر عورتوں کو دیکھتی ہوں لیکن ان کے عزائم و ارادے اچھے محسوس نہیں ہوتے۔ وہ میری دشمن دکھائی دیتی ہیں میں کسی نہ کسی طرح ان سے پیچھا چھڑانے میں کامیاب ہوجاتی ہوں۔ دوران خواب کوئی قوت وزن کی صورت میں جسم پر مسلط ہوجاتی ہے اور میں حرکت نہیں کرسکتی۔ **(فاطمہ جمشید‘ اسلام آباد)**

جواب: نماز فجر اور نماز مغرب کے بعد دس پندرہ منٹ تک چلتے پھرتے دل ہی دل میں اللہ اللہ کا ذکر کیا کریں۔ نماز عشاء کے بعد سورۂ توبہ کی آخری آیت گیارہ بار پڑھ کر اس کے معنی کو بھی دل میں دہرائیں۔ غذا کا بھی خیال رکھیں۔ متوازن غذا اعتدال کے ساتھ وقت پر کھائیں۔ گھر میں پھول پودے لگا کر ان کی نگہداشت کریں۔

نہایت اہم مسئلہ

میرے لیے یہ مسئلہ نہایت اہم ہے۔ میں اپنے اعصاب و حواس پر قابو پانے میں ناکام رہتا ہوں۔ طبیب کہتے ہیں کہ تمہیں بلڈ پریشر کا مرض ہے۔ دفتر میں جب کسی کام کیلئے مجھے کہہ دیا جاتا ہے تو وہ کام کرتے ہوئے میرے ہاتھ پیر پھول جاتے ہیں۔ ٹھنڈے پسینے آنے لگتے ہیں۔ دل کی دھڑکنیں بہت تیز ہوجاتی ہیں۔ بولتا ہوں تو آواز کی شدت بہت کم ہوجاتی ہے یا آواز گھٹ کر رہ جاتی ہے۔ ان حالات میں ذہن بھی پوری طرح کام نہیں کرتا۔ سیدھی بات بھی غلط کر بیٹھتا ہوں۔ ایک نامعلوم ڈر ہر وقت دل و دماغ میں موجود رہتا ہے۔ **(فاروق احمد‘ کوئٹہ)**

جواب: بلڈ پریشر کے علاوہ آپ اعصابی کمزوری میں مبتلا ہیں۔ بلڈ پریشر کو ہر حال میں قابو میں رکھنے کی تدبیر کریں اور طبیب کے مشورہ پر پوری طرح عمل کریں۔ نروس ہونے کی کیفیت کے ازالے کیلئے آپ علاج کرائیں۔ رات سونے سے پہلے اور صبح ناشتہ سے قبل آرام دہ حالت میں کمر سیدھی رکھتے ہوئے بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور توجہ سانس پر سے ہٹنے نہ دیں۔ سانس کا عمل متواتر دس

پندرہ منٹ تک جاری رکھیں۔ رات سونے سے پہلے سورۂ آل عمران کی دوسری آیت اکیس بار پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرلیا کریں۔ علاج پر سب سے زیادہ توجہ دیں۔

ایک جسمانی عیب

میری عمر بیس سال ہے اور میں نے بی اے کا امتحان دیا ہے۔ میرے اندر احساس کمتری بہت زیادہ ہے۔ ایک جسمانی عیب نے اس میں مزید گہرائی پیدا کردی ہے میں کسی سے بات نہیں کرسکتی اور سمجھ میں نہیں آتا کہ کروں تو کیا بات کروں؟ ذرا سی بات پر احساس کمتری غالب آجاتا ہے۔ لوگ میرا مذاق اڑاتے ہیں تو صدمہ بڑھ جاتا ہے۔ لوگ مجھے ناسمجھ سمجھتے ہیں کسی سے اپنی بات تسلیم نہیں کراسکتی۔ ان حالات نے مایوسی بڑھادی ہے کبھی کبھی تو زندہ رہنے سے دل بھر جاتا ہے جبکہ میں چاہتی ہوں کہ نارمل لوگوں کی طرح زندگی گزاروں۔ **(درخشاں حیات)**

جواب: آپ یہ توقع نہ رکھیں کہ ہر شخص آپ کی مرضی کے مطابق عمل کرے۔ آپ اپنے کام میں مشغول رہیں اور اسے پورا کرنے کی کوشش کریں۔ اپنی صلاحیتوں کو بہتر بنانے اور استعمال کرنے کی بھرپور کوشش و مشق کریں۔ اپنی قوت ارادی کو ایک نقطے پر مرکوز کرنے کی کوشش کریں۔ رات سونے سے پہلے کسی پوری توجہ و یکسوئی کے ساتھ سورۂ آل عمران کی دوسری آیت، دس پندرہ منٹ تک پڑھا کریں۔ انشاء اللہ آپ کو اپنے مسائل کے حل میں بہت آسانی حاصل ہوجائے گی۔

دماغ پر خول

مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے دماغ کے اوپر ایک خول سا چڑھ گیا ہے جس کے اندر میری صلاحیتیں اور دماغی قوتیں مقید ہوکر رہ گئی ہیں۔ یادداشت بھی پہلے جیسی نہیں رہی۔ بات کرتے ہوئے رک رک کر بولنا پڑتا ہے اور لوگوں کے نام اچانک ذہن سے نکل جاتے ہیں۔ ذہن اس تیزی سے کام نہیں کرتا جیسے پہلے کام کرتا تھا۔ ایک بے خیالی سی طاری رہتی ہے۔ **(مشتاق احمد، کوئٹہ)**

جواب: علی الصبح نماز فجر ادا کرتے ہی افق پر نمودار ہونے والی روشنی کو دس منٹ تک پوری توجہ سے نگاہیں جما کر دیکھیں، اس دوران یَارَحِیْمُ کا ورد دل ہی دل میں کرتے رہیں۔ ہلکی روشنی کو دیکھیں، براہ راست سورج یا اس کے گرد موجود تیز روشنی کو دیکھنے سے احتراز کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ شام کو کوئی مناسب کھیل حسب حال کھیلیں یا تیز قدموں سے چلیں۔ علاوہ ازیں متوازن خوراک کا بھی خیال رکھیں۔ چند دانے بادام گری روزانہ کھالیا کریں۔

دل و دماغ پر بوجھ

میں نے چند سال پہلے ملازمت سے قبل از وقت ریٹائرمنٹ لے لی اور اسے حاصل ہونے والی رقم کاروبار میں لگادی لیکن کاروبار میں خاطر خواہ کامیابی نہیں ہورہی جس سے دل و دماغ پر اس وقت بوجھ رہتا ہے۔ مختلف باتیں ذہن میں گردش کرتی رہتی ہیں۔ سوچ رہا ہوں کہ کاروبار اور دکان تبدیل کرلوں۔ **(نذیر حسین، ملتان)**

جواب: اسی کارمعاش میں مختلف تدابیر وطریقے استعمال کریں۔ جلد اور بار بار تبدیلی سے حتی الوسع گریز کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ نماز فجر کے بعد سات بار آیۃ الکرسی اور ایک تسبیح یَافَتَّاحُ یَارَزَّاقُ کی پڑھ کر دعا کریں۔ کاروبار شروع کرنے سے پہلے سورۂ کوثر اور سورۂ اخلاص ایک ایک بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں اللہ تعالیٰ وسائل و اسباب میں فراوانی عطا فرمائیں گے۔

بیمار بھائی

بڑے بھائی کی بیماری نے سب کو پریشان وحیران کردیا ہے۔ دوسال قبل بھائی کے جگر پر ورم آگیا تھا اور پھر یہ بیماری آہستہ آہستہ ختم ہوگئی۔ کچھ عرصہ قبل ٹخنوں کی ہڈیوں میں درد ہوگیا جو ابھی بھی جاری ہے۔ علاج جاری ہے لیکن ابھی تک بہت زیادہ فرق نہیں پڑا ہے۔ ان کا ذہن بھی کمزور ہوگیا ہے۔ بہت سی باتیں بھول جاتے ہیں جلد غصے میں آجاتے ہیں۔ ہنستے بالکل نہیں صرف مسکرا دیتے ہیں۔ مزاج میں چڑچڑا پن بھی زیادہ آگیا ہے۔ **(ابراہیم، لاہور)**

جواب: علاج پر مکمل توجہ دیں، صبح وشام پانی پر سورۂ فاتحہ کے بعد یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ ایک سو ایک بار اور سورۂ کہف کی آیت نمبر 109 تین باردم کرکے پانی بھائی کو پلایا کریں۔ علاوہ ازیں صبح اور رات کو اسماء یَاحَفِیْظُ یَاسَلَامُ اکیس بار پڑھ کر بھائی کے سر پر دم کردیا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ کے بھائی کو شفائے کاملہ جلد عطا فرمادیں۔

گھر کا ماحول

میری تین بیٹیاں ہیں، تینوں آپس میں ذرا ذرا سی بات پر لڑنے لگتی ہیں۔ شوہر کا حال یہ ہے کہ وہ بھی ذرا سی بات پر مجھے ڈانٹتے ہیں اور لڑنے لگتے ہیں۔ شاید یہی وجہ ہے کہ بیٹیوں کے اندر بھی یہ عادت غیرشعوری طور پر دوسرے انداز میں ظاہر ہورہی ہے۔ گھر کا یہ ماحول دیکھ کر میں شدید ڈپریشن میں مبتلا ہوجاتی ہوں۔ **(نیلوفر، گجرات)**

جواب: نماز فجر ادا کرنے کے بعد پانی پر گیارہ بار یَاوَدُوْدُ پڑھ کردم کریں اور یہ پانی گھر کے سب افراد پی لیں۔ اس عمل کو کم ازکم تین ماہ تک جاری رکھیں اور جن دنوں میں نہ پڑھ سکیں وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔ آپ صبر وحوصلے سے کام لیں اور شوہر سے لڑنے اور انہیں جواب دینے سے اجتناب کریں۔ انشاء اللہ فضل الٰہی شامل حال ہوگا۔

ابھی جان نکل جائیگی

یکا یک دل گھبرانے لگتا ہے اور ٹانگوں کی طاقت ختم ہوجاتی ہے، سانس لینے میں بھی دشواری محسوس ہوتی ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ ابھی جان نکل جائیگی۔ طبی امتحانات کے بعد ڈاکٹر کہتے ہیں کہ دل کا کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ اعصابی دباؤ کی وجہ سے ایسا ممکن ہے۔ سکون اور طاقت کی دوائی کھارہی ہوں۔ ایک دن دوائیں چھوڑ دوں تو پھر وہی کیفیت شروع ہوجاتی ہے۔ مسلسل دواؤں کا استعمال طبیعت پر بار بن رہا ہے۔ **(رومانہ شوکت، کوئٹہ)**

جواب: رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو پشت کے بل لیٹ کر آنکھیں بند کرلیں۔ جسم کو زیادہ سے زیادہ ڈھیلا کریں۔ تصور کریں کہ آپ کے اوپر آسمان سے روشنیوں کی بارش ہورہی ہے۔ اس تصور کو قائم رکھیں یہاں تک کہ نیند آجائے دن کے اوقات میں چلتے پھرتے اور کام میں مشغول رہتے ہوئے یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ کا ورد کرتی رہا کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد اعصابی صحت بحال ہوجائے گی۔

بے اولاد بہنوں کیلئے میرا آزمودہ عمل

باریک اون کا دھاگہ جس سے کڑھائی کی جاتی ہے۔ سات رنگ میں لینے ہیں ہر ایک کا رنگ الگ الگ ہو اور سوا گز کا ہو، زیادہ بھی ہو تو حرج نہیں۔ ان سات دھاگوں کو اکٹھا کرلیں پھر سورۂ یٰسین پڑھیں جب پہلی مبین پر پہنچیں تو ان دھاگوں کے بالکل درمیان میں گرہ لگادیں پھر دوسری مبین پر اسی طرح ساتوں مبین پر گرہ لگادیں۔ اول آخر درود ابراہیمی تین بار پڑھ لیں۔ سورۂ یٰسین ایک بار ہی پڑھنی ہے، پھر یہ دھاگہ پیٹ پر باندھ لیں، گرہ ناف کے اوپر آنی چاہیے۔ نہاتے وقت دھاگہ اتارلیں۔ یہ دھاگہ سال چھ ماہ باندھیں۔ انشاء اللہ جلد مراد پوری ہوگی۔ جب اللہ پاک مراد پوری کردیں تو دھاگہ نو ماہ تک پہنیں رکھنا ہے۔ میرا آزمودہ عمل ہے جس کو بھی بتایا اللہ پاک نے اس کی مراد پوری کی۔ **(عائشہ بی بی، قصور)**

فاطمہ عزیز

جھگڑے ختم' رزق میں برکت اور چہرے کی خوبصورتی

عبقری سے ''طب نبویؐ کریم'' اور ساتھ وظیفہ کرتی ہوں جو عبقری کے رسالے سے ملا یااللہ یامصور یاجمیل ہر نماز کے بعد سو بار پڑھ کر چہرے پر دم کرتی ہوں۔ اب اللہ پاک کے فضل و کرم سے منہ پر کوئی دانہ نہیں اور نشان تک ختم ہوگئے ہیں۔

آج کل میں جو وظائف کر رہی ہوں آپ کو بتانا چاہتی ہوں کہ اللہ کے حکم سے مجھے ان وظائف سے پورا پورا فائدہ ہو رہا ہے۔ 1۔ فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ﴿الانعام ۴۵﴾ کسی بھی مقصد کیلئے 3، 7 یا 21 بار پڑھتی ہوں لیکن ہمیشہ جائز مقصد کیلئے کسی کو نقصان پہنچانے کیلئے کبھی نہیں پڑھا۔

اس وظیفہ کی کچھ برکات: ہمارے گھر میں جب بھی لڑائی ہوتی ہے بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے عموماً بھائی والدین کے ساتھ اس طریقے سے بات کرتے ہیں کہ بیان کرنا الفاظ سے باہر ہے۔ روزانہ رات کو جب بھی وہ آتے ہیں کوئی نہ کوئی بات شروع ہوتی ہے اور لڑائی کا سبب بن جاتی ہے۔ میں آیت کا ورد شروع کرتی ہوں اور اللہ رب العزت سے دعا گو ہوتی ہوں کہ اللہ پاک اس آیت کی برکت سے یہ لڑائی ختم ہوجائے اور اللہ انہیں اپنا فرمانبردار بنادے اور اللہ کے حکم سے لڑائی محبت میں بدل جاتی ہے۔ 2۔ ایک دفعہ ساتھ والے گھر میں اتنی زبردست لڑائی شروع ہوئی کہ بات گلیوں تک پہنچ گئی' ہمارے گھر چونکہ صاف آواز آرہی تھی سمجھ نہیں آیا کیا کروں؟ فوراً یہ آیت اللہ پاک نے ذہن میں ڈال دی اس آیت کو پڑھنا شروع کیا آپ یقین کریں لڑائی کی آواز چند ہی لمحوں میں ختم ہوگئی۔ 3۔ ہمارے گھر کے گٹر بند تھے' بہت کوشش کی نہیں کھلے' گٹر صاف کرنے والے کو بلوایا اس سے بھی گٹر نہ کھلا' بہت زیادہ پریشانی تھی' اس آیت کو صرف تین بار پڑھا اس دن سے آج تک ہمارے گٹر ایسے صاف ہیں کہ اللہ کے حکم سے بغیر پیسے کے مسئلہ حل ہوگیا۔ 4۔ بھائیوں کی عادت تھی رات بھر ٹی وی پر گانے سنتے اور دیکھتے تھے اور آواز پورے گھر میں گونجتی تھی' ہر روز اس بات پر لڑائی ہوتی' ہم بہنوں نے نماز اور وظائف کرنے ہوتے تھے لیکن اس کی وجہ سے نہیں کرپاتے تھے۔ روزانہ اس آیت مبارکہ کو ٹی وی' موبائل اور ایم پی تھری کے کانوں پر پڑھ کر پھونکتے تھے۔ آج اللہ کے حکم سے گھر کا ٹی وی خراب ہے۔ موبائل بند ہوگئے' گانے والے اور ایم پی تھری جو بھائی ساری رات سارا دن ہاتھ میں سنتے تھے خود ہی پھینک دیئے۔ اس آیت مبارکہ میں واقعی بہت تاثیر ہے۔

رَبِّ اِنِّيْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيْرٌ ﴿القصص ۲۴﴾ اس آیت مبارکہ کو میں نے عبقری میں پڑھا' سوچا اور پڑھ کر آزمایا جائے۔ 1۔ ہم نے ایک دن باجی کی طرف بہت ضروری کام سے جانا تھا چونکہ ہمارے پاس سواری نہیں' میں اس آیت مبارکہ کو پڑھنا شروع کیا پانچ منٹ میں اللہ پاک نے سواری گھر بھیج دی۔ جمعرات کو درس میں آنا تھا بہت بارش تھی۔ سواری' پیسے پاس نہیں تھے کوئی وسائل بھی نہیں تھے' اس آیت کا ورد شروع کردیا' اللہ پاک نے سواری کا بھی انتظام کردیا اور آنے کیلئے وسائل بھی۔! 2۔ جب بھی کوئی چیز کھانے کا ارادہ ہوتا ہے کوئی وسائل نہ ہوں اس آیت کا ورد شروع کردیتی ہوں' کھانا خود اللہ پاک دے دیتے ہیں۔ 3۔ ایک دفعہ میرے فون میں بیلنس نہیں تھا اس آیت کا ورد شروع کردیا اللہ پاک نے غیب سے مدد کردی۔ اس آیت مبارکہ کو جب بھی پڑھتی ہوں میرا کام فوراً بن جاتا ہے' اس آیت میں واقعی بہت تاثیر ہے۔

کاروبار کیلئے: اَللّٰهُمَّ اكْفِنِيْ بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَاَغْنِنِيْ بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ۔ اس کو اول و آخر 11 بار درود ابراہیمی کیساتھ 313 بار دن میں ایک بار پڑھتی ہوں۔ جب سے اس وظیفہ کو شروع کیا ہمارے کاروبار میں کافی حد تک اضافہ اور برکت ہوئی ہے۔ یہ وظیفہ میں نے آپ کی کتاب ''مشکلات کے پہاڑ'' سے لیا ہے۔

رزق میں اضافہ و برکت کیلئے: اول و آخر گیارہ بار درود ابراہیمی' ایک بار سورۃ الفاتحہ' تین بار سورہ الم نشرح' گیارہ بار سورۃ قدر۔ اس کو روزانہ ایک بار پڑھتی ہوں۔ اس سے ہمارے رزق میں بہت اضافہ ہوگیا ہے۔

دانوں کیلئے: چہرے پر بہت دانے تھے کہ ان سے پانی نکلتا تھا' ہر قسم کا دیسی ٹوٹکہ کیا مگر آرام نہ آیا' ڈاکٹروں سے بھی ہر قسم کی کریم اور دوائی لی مگر فرق نہ پڑا۔ عبقری سے ''طب نبویؐ کریم'' اور ساتھ وظیفہ کرتی ہوں جو عبقری کے رسالے سے ملا یَااَللّٰهُ یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُ یَاجَمِيْلُ ہر نماز کے بعد سو بار پڑھ کر چہرے پر دم کرتی ہوں۔ اب اللہ پاک کے فضل و کرم سے چہرے پر کوئی دانہ نہیں اور نشان تک ختم ہوگئے ہیں۔

عبقری آپ کے شہر میں

(کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-2168390)
(پشاور: اطلس نیوز ناز سینما اشرف روڈ، 091-2573666)
(راولپنڈی: کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194)
(لاہور: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 042-7236688)
(سیالکوٹ: ہلال بک سٹال ریلوے روڈ، 0321-7120318)
(ایبٹ آباد: اعوان نیوز ایجنسی 0992-335847) (خانیوال: طاہر سٹیشنری مارٹ)
(ملتان: ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121)
(رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626)
(علی پور: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684)
(ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622)
(جھنگ: حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441)
(حاصل پور: اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439)
(درگاہ پاکپتن: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044)
(کلورکوٹ: حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس) (ساہیوال: مختار احمد مینار نیوز ایجنسی)
(مظفر گڑھ: مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077)
(گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8443093)
(چشتیاں: حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035)
(شورکوٹ کینٹ: حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211)
(بہاولپور: ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755)
(بوریوالہ: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190)
(وہاڑی: فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714)
(بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177)
(ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845)
(وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591)
(ڈسکہ: نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315)
(حیدر آباد: الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026)
(سکھر: الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548)
(کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805)
(حضرو: خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113)
(اٹک شہر: ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893)
(میلسی: امتیاز احمد صاحب نیوشوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550)
(خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654)
(واہ کینٹ: حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384)
(فیصل آباد: عادل ٹریڈرز۔ 0301-7118200۔ ملک کاشف' اخبار مارکیٹ 0300-6698022) (اوکاڑہ: اشرف نیوز ایجنسی 0300-6968538)
(بھالنگر: المدینہ بک ڈپو 0333-6320766) (بنوں: امیر احمد 0333-9748847)
(صادق آباد: عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624)
(قلعہ دیدار سنگھ: مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال 0300-7451933)
(بھکر: ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693)
(کوٹ ادو: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515)
(کنڈیارو: ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222)
(منڈی بہاؤالدین: 1۔ حذیفہ دواخانہ 0345-6810615۔ 2۔ آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514) (جہانیاں: محمودیہ کتب خانہ 0321-7359861)
(احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی، 7768638-0302)
(نارووال: ناز جی نیوز ایجنسی 0333-8749464)
(گوجرانوالہ: رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516)
(سرگودھا: احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد 0301-6762480)
(چکوال: حاجی برادرز بک سیلرز، 0306-5785684)
(لیاقت پور: بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947)
(گوجر خان: الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032)
(تونسہ شریف: اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728)
(حضرو: بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166)
(مری: حمید برادرز مال روڈ 051-3411116)
(کوہاٹ: عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760)
(جہلم دینہ: سجاد میڈیکوز موڑ غربی 0333-5881892)
(رائے ونڈ: محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737)
(مانسہرہ: متولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095)
(سلانوالی: الوہاب کتب خانہ 0300-5665317)

مجھے موت کے منہ سے کس نے نکالا؟

محمد صغیر

موٹر سائیکل نہر کی طرف ڈھلوان جگہ پر اتر کر پانی کی طرف بیس فٹ تک چلی جہاں پر پانی نہر اور اس وٹ کا فاصلہ پچاس فٹ اور اس میں ڈھلوان کم از کم پندرہ فٹ تھی ہمیں بلکل پتہ نہ چلا کہ موٹر سائیکل کو آگے سے ہینڈ کو پکڑ کر کسی طاقت نے روکا

آج سے بیس سال پہلے کی بات ہے میں وکالت کی مصروفیات سے فارغ ہو کر قریباً بارہ بجے اپنی زمین پر گیا تو گندم کی کٹائی کا موسم تھا چند دن قبل ہلکی بارش ہوئی تھی جس کی وجہ سے گندم کی پڑی ہوئی بوریوں میں نمی آگئی تھی ہم نے بوریوں کو دھوپ میں رکھا تاکہ نمی ختم ہوجائے اور تھریشنگ کرنے میں آسانی ہو پھر میں اپنے بھائی کے گاؤں گیا جہاں پر زمین کے پاس بھٹہ خشت بھی لگایا ہوا تھا وہاں جا کر دیکھا کہ بھٹہ کے منشی کو ہیضہ ہوا ہے میں نے اس کو ساتھ گاؤں لے جا کر دوائی دلوائی۔ایک گھنٹہ میں اس کو کچھ افاقہ ہوا تو میں اپنے ملازم کو لیکر اپنے تیسرے گاؤں اپنی موٹر سائیکل پر سوار ہو کر پتوکی شہر آیا' پتوکی میں ایک قریبی عزیز سے ملاقات ہوئی جس نے کہا کہ گرمی کافی ہے اور مجھے میرے گاؤں شیخم جو کہ حجہ کلاں گاؤں جانے والے راستہ پر پتوکی سے 7/8 کلومیٹر فاصلہ پر واقعہ ہے' چھوڑ آؤ۔ میں نے اس قریبی عزیز کو بھی موٹر سائیکل پر بٹھایا اور اس کو اس کے گھر چھوڑ کر میں ہلہ روڈ سے ہلہ کی طرف سفر کا آغاز کیا جو ہیڈ بلوکی سے ایک سہرابی آر بی تک نکلتی ہے اس کی پٹڑی پر حجہ کلاں گاؤں کی طرف جارہے تھے کہ نیند کا غلبہ ہوا تو میں نے نہر کے کنارے پانی سے منہ پر چھینٹے مارے کہ نیند کم ہوجائے اور سفر کا آغاز کیا پانی چہرے پر لگنے سے نیند زیادہ آگئی اور میں اور میرا ساتھی دونوں چلتی موٹر سائیکل پر سو گئے اور موٹر سائیکل پٹڑی اور نہر کے درمیانی راستے ایک فٹ چوڑائی اور دو فٹ اونچی پر ایک ہزار فٹ تک چلتی رہی اس کے بعد موٹر سائیکل نہر کی طرف ڈھلوان جگہ پر اتر کر پانی کی طرف بیس فٹ تک چلی جہاں پر پانی نہر اور اس راستے کا فاصلہ پچاس فٹ اور اس میں ڈھلوان کم از کم پندرہ فٹ تھی ہمیں بالکل پتہ نہ چلا کہ موٹر سائیکل کو آگے سے ہینڈل کو پکڑ کر کس طاقت نے روکا ورنہ موٹر سائیکل درمیان نہر میں چلی جاتی موٹر سائیکل رک کر ہمارے ساتھ اسی جگہ پر گر گئی' گرنے پر ہماری آنکھ کھلی تو ہم فوری طور پر اٹھے اور موٹر سائیکل کو کھڑا کیا اسی دوران نہر پر پندرہ سو فٹ کے فاصلہ پر ملازم نہری پانی پٹڑی پر چھینک رہا تھا وہ کام چھوڑ کر بھاگا اور ہمارے پاس آگیا اس نے کہا کہ جب تمہاری موٹر سائیکل اس راستے پر چڑھی تو میں نے خیال کیا کہ یہ شرارتیں کر رہے ہیں مگر جب موٹر سائیکل کا رخ پانی نہر کی طرف ہوا تو میں کام چھوڑ کر بھاگا پھر ہم تین آدمیوں نے موٹر سائیکل سٹارٹ کر کے ڈھلوان جگہ سے اور پٹڑی پر چڑھانے کی کوشش کی جو بہت مشکل سے اوپر سڑک پر آئی اب حیرانگی ہوئی کہ سٹارٹ موٹر سائیکل ساڑھے گیارہ فٹ چوڑی جگہ پر کافی مہارت کے باوجود آسانی سے چل نہیں سکتی پھر موٹر سائیکل سٹارٹ اور بیس فٹ کی اونچائی کی طرف چلتی موٹر سائیکل رک نہیں سکتی تھی آخر اس کی وجہ معلوم کرنے کی غرض سے ہم نے موٹر سائیکل اس جگہ سے دور کھڑی کر کے اس جگہ پر گھاس کو آگ لگائی کہ یا تو کوئی اس جگہ گڑھا ہے یا پتھر ہے جس کی وجہ سے موٹر سائیکل رکی ہے مگر آگ لگانے کے بعد اس جگہ پر نہ تو کوئی گڑھا تھا اور نہ ہی پتھر تھا تو پھر یقین آیا کہ یہ وظائف کی وجہ سے بچت ہوئی ہے اور محبوب رب کائنات کا وعدہ کہ دس نوازشوں میں یہ بھی نوازش ہے جو اس وظیفہ کو سو مرتبہ صبح کے وقت اور نماز فجر کے بعد پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس آدمی کے ساتھ دو فرشتے مقرر فرمادیں گے جو رات دن اس کی آفتوں سے بیماریوں سے حفاظت کرتے ہیں تو رب کائنات نے میری فرشتوں کے ذریعے حفاظت فرمائی ہے اور فرماتے ہیں۔وظائف یہ ہیں؛ ۔سیدالاستغفار صبح و شام سات بار اول و آخر درود شریف۔ بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِیْ لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ

طب اور عملیات سیکھنے کی کلاس کا اعلان

پہلی روحانی کلاس سے عوام الناس کو بے انتہا فوائد اور کمالات ملے اور والہانہ پذیرائی پسندیدگی اور مقبولیت کا اظہار کیا گیا۔ شائقین کے بے پناہ اصرار پر حضرت حکیم صاحب اپنے مصروف ترین شیڈول میں سے وقت نکال کر طب اور عملیات سیکھنے والوں کیلئے تربیتی کلاسوں کے اوقات کار کا اعلان کر چکے ہیں' طلب رکھنے والے فوری رابطہ کریں اور دفتر ماہنامہ عبقری میں اپنا نام لکھوائیں۔ **نوٹ:** لاہور کے علاوہ باہر سے آنے والوں کیلئے قیام و طعام کا انتظام فری ہوگا۔روحانی کلاس 9 دسمبر 2012 بروز اتوار صبح 8 بجے سے شام 5 بجے تک۔ (صرف مردوں کیلئے) (نہ فیس' نہ نذرانہ) (ادارہ عبقری)

بے مسئلہ انسان

مولانا وحیدالدین خان

جو لوگ خود مسائل میں مبتلا ہوجائیں وہ صرف دنیا کے مسائل میں اضافہ کریں گے وہ کسی بھی درجہ میں دنیا کے مسائل کو حل نہیں کر سکتے

5 ستمبر 1986ء کو کراچی ایئر پورٹ پر ہائی جیکنگ کا واقعہ ہوا' یہ پان ایم کا جہاز تھا۔اس حادثہ میں جو لوگ مارے گئے ان میں سے ایک 24 سالہ خاتون نیرجا بھانوت بھی تھی۔وہ اس امریکی ہوائی کمپنی میں سینئر فلائٹ پرسر تھی۔اس حادثہ کے بعد اس کے باپ ہریش بھانوت نے ایک مفصل یادداشت لکھی جو ہندوستان ٹائمز میں شائع ہوئی۔ اس یادداشت میں مسٹر ہریش بھانوت نے اپنی لڑکی کے بارے میں جو باتیں لکھی تھیں ان میں سے ایک بات یہ تھی کہ نیرجا اول دن سے بے مسئلہ لڑکی تھی۔عام طور پر چھوٹے بچے گھر کے اندر مسئلہ بنے رہتے ہیں وہ طرح طرح سے اپنے ماں باپ کو پریشان کرتے ہیں۔اس لیے ایسے بچہ کو بے مسئلہ بچہ کہا جاتا ہے جو ہر حال میں مطمئن رہے اور کسی بھی بات پر گھر والوں کیلئے مسئلہ پیدا نہ کرے۔ سب سے بہتر بچہ بے مسئلہ بچہ ہے۔ یہی بات بڑوں کیلئے بھی صحیح ہے۔ وہ آدمی سب سے زیادہ قیمتی ہے جو بے مسئلہ ہو۔ جو دوسروں کیلئے مسائل پیدا کیے بغیر دوسروں کے ساتھ رہ سکے۔اس دنیا میں ذاتی مشکلات کا پیدا ہونا لازمی ہے۔ اس لیے قابل عمل صورت صرف یہ ہے کہ آدمی خود اپنے آپ کو بے شکایت بنالے۔یہ انسانی خصوصیت عام زندگی کیلئے نہایت ضروری ہے اور تحریکوں کیلئے تو وہ لازمی ضرورت کی حیثیت رکھتی ہے۔اس دنیا میں وہی تحریک کامیاب ہوتی ہے جو اپنے گرد ایسے افراد کو جمع کر سکے جو مسائل پیدا کرنے والے نہ ہوں جو مسائل سے بھری ہوئی دنیا میں ایسے بن جائیں کہ گویا دوسروں کی نسبت سے ان کا کوئی مسئلہ ہی نہیں۔جو شخص بے مسئلہ ہو وہی دوسروں کے مسائل کو حل کرتا ہے جو لوگ خود مسائل میں مبتلا ہوجائیں وہ صرف دنیا کے مسائل میں اضافہ کریں گے وہ کسی بھی درجہ میں دنیا کے مسائل کو حل نہیں کر سکتے۔

نامحرموں کو دیکھنے کے اثرات

عادل خیار' لاہور

اگر سفید چادر ہو اور نقاب پر تکلف ہو تو شہوت کی تحریک شدید تر ہوتی ہے۔ (فیشن اپنا اپنا پسند اپنی اپنی تک محدود نہیں رہتی) اور عین ممکن ہے کہ اس لباس میں وہ کھلے چہرے کی نسبت اور بھی زیادہ پرکشش دکھائی دینے لگے

نامحرموں کو دیکھنے سے کون کون سے ذہنی امراض پیدا ہوتے ہیں اور اس سلسلہ میں کون کون سی باتیں حرام' ننگِ انسانیت اور پورے معاشرے میں تباہ کن ہیں؟

اول تو آج کی دنیا میں محرم اور نامحرم کی تمیز ہی اٹھتی چلی جارہی ہے۔ عورتوں میں وہ چند رشتے جن کو قرآن کریم نے نامحرم قرار دیا ان کو آج کا انسان بالعموم پس پشت ڈال رہا ہے۔ پھر اس پر طرہ یہ کہ غیر حقیقی وغیر سگی رشتہ دار' ہر پڑوسن اور پڑوسی' ہر دفتر میں ساتھ کام کرنے والی' ہر ہسپتال ہر تعلیمی ادارے میں کام کرنے والیاں' بے تحاشہ نہایت دیدہ دلیری سے اور بزعم تقویٰ منہ بولی بہن' منہ بولی بیٹی' چاچی' خالہ' آنٹی اور سب سے سستی اور بے ضرر رشتہ دار یعنی ''بھائی'' اور نہیں معلوم کون کون سے رشتے اختیار کر لیے جاتے ہیں۔ یہاں تک کہ جب اس کی گنجائش نہیں رہ جاتی تو ہر مرد ہر عورت کو اپنی دوست اور ہر عورت ہر مرد کو جو بھی اس کے ربط وضبط اور اختلاط اور تقرب میں آجائے۔ کسی پر بدگمانی کرنا اور پھبتی کسنا بھی تو گناہ ہے لہٰذا میں اپنے اس قلم کو زیادہ گنہگار کرنا نہیں چاہتا۔ آپ خود فیصلہ کر لیں کہ خلوت میں کیا رویہ مندرجہ بالا حکایات اور نوشتہ کی رو سے ہوتا ہوگا۔ وہ جانے اور خدائے علیم وبصیر..........

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں: ''یاد رہے کہ یہ بات بہت کم دیکھنے میں آتی ہے کہ کسی چیز پر قادر ہونے کے باوجود کوئی شخص واقعی اس سے اپنے آپ کو محفوظ بھی رکھ سکا ہے پس چاہیے کہ عین ابتداء ہی میں پوری احتیاط ملحوظ رکھی جائے اور ہر کام کی ابتداء آنکھ ہی سے ہوتی ہے چنانچہ علاء بن زیاد کہتے ہیں کہ کسی نامحرم کے لباس و پوشاک کی طرف بھی نہ دیکھنا چاہیے اور ان کی طرف سے آنے والی خوشبو بھی نہ سونگھنی چاہیے اور نہ ان کی آواز (کان دھر کر) سننی چاہیے اور نہ ان سے پیغام وسلام کی سلسلہ جنبانی کرنی چاہیے۔

حضور نبی کریم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ پہلی نظر تیری ہے یعنی اتفاقیہ پر تجھے اختیار نہ تھا لیکن دوسری مرتبہ نظر نہ ڈالنے کا تجھے اختیار تھا اور پھر بھی ڈالی تو اس کا گناہ تجھ پر ہے۔

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ پرانے زمانے کی کچھ بھولی بسری باتیں سناتے ہیں جن کو مشکل سے حلق سے نیچے اتارا جاسکتا ہے یعنی ناقابل عمل سمجھا جانے لگا ہے۔ کیمیائے سعادت میں فرماتے ہیں۔ ''اور یاد رکھو تخم فساد اس سے بڑھ کر نہیں ہے کہ مرد عورتوں کے ساتھ بیٹھیں یا عورتیں مردوں کی مجلس میں شرکت کریں یا دعوتوں اور ضیافتوں میں بے حجابانہ انہیں دعوت نظارہ دیا کریں۔ عورتوں کا صرف چادر یا نقاب اوڑھ لینا بھی کافی نہیں بلکہ اگر سفید چادر ہو اور نقاب پر تکلف ہو تو شہوت کی تحریک شدید تر ہوتی ہے۔ (فیشن اپنا اپنا پسند اپنی اپنی تک محدود نہیں رہتی) اور عین ممکن ہے کہ اس لباس میں وہ کھلے چہرے کی نسبت اور بھی زیادہ پرکشش دکھائی دینے لگے اور اگر سفید چادر اور پر تکلف نقاب سے واقعی یہی کچھ مقصود ہے تو یہ حرام ہے اور جو عورت اس طرح کرے وہ گنہگار ہے اور اس کے باپ بھائی اور شوہر وغیرہ اگر نہیں خود اس کی اجازت دیں تو وہ اس گناہ میں برابر کے شریک ہیں۔''

بہرحال اب یہ ایک ایسا متعدی مرض لگ چکا ہے اور سارے معاشرہ میں گھر گھر وبا پھیل چکی ہے۔ عورت بے چاری اس قدر انارکی میں مبتلا کی جاچکی ہے کہ وہ اپنی موجودہ حالت کو اپنا مقدر سمجھ چکی ہے اس کے علاوہ آزادی عزت و آبرو کا تصور کر ہی نہیں سکتی ہے۔ وہ اپنے گھر کا خرچ چلانے کیلئے طرح طرح کے پیشے اختیار کرنے پر نہ صرف مجبور بلکہ مخصوص ہو چکی ہے۔ اولاد کی تعلیم وتربیت ان کے ہاتھوں سے نکل کر استانیوں کے ہاتھ میں پہنچ چکی ہے۔ آج مغرب جس اخلاقی مصیبت اور سماجی بلاؤں سے کراہ رہا ہے مشرق اس کو دیکھتا ہے' پڑھتا ہے اور پھر انہی کی نقل کرتا ہے غلط ہو یا صحیح سب چلتا ہے.....سب ٹھیک ہے...... چلنے دو...... نفسیاتی امراض کے یہ سب شکار ہیں یا نہیں...... آپ کا خیال ہے؟؟؟ اگر ایک فرد ذہنی مریض ہوجائے تو ڈاکٹر حکیم اس کا علاج کردیں گے مگر جب قوم کی قوم ذہنی اور نفسیاتی مریض بن جائے اس کے ڈاکٹر اور حکیم ان سے زیادہ اس مرض میں مبتلا ہوں تو ایسے ڈاکٹر بھی علاج وہی تجویز کریں گے جو مغرب سے امپورٹ کیا گیا ہو۔ آپ مانیں یا نہ مانیں نفسیاتی امراض کا ماہر آج اسی مرض میں مبتلا ہو کر اپنی جان دے رہا ہے جب طبیب خود ہی مریض بن جائے کون کس کی دوا کرے؟ تمام مغربی ممالک جو ترقی یافتہ کہلاتے ہیں سب نے اس کا اعتراف کر لیا ہے۔ امریکہ کی تازہ ترین رپورٹ کے مطابق ہر چار آدمی پر ایک آدمی ذہنی مرض میں مبتلا ہو چکا ہے اور ہمارے حساب کے مطابق ہمارے پاس آنے والے حضرات وخواتین بشمول ماہرین نفسیات ڈاکٹر اور حکیم قریب قریب سب ہی ذہنی بلوغ اور جنسی اعتدال ختم کر بیٹھتے ہیں۔

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا'' عورت کے لیے جائز نہیں کہ وہ غیر محرم مردوں سے گفتگو کرے' (جو کہ آج کل گھریلو ناچاقیوں کا سبب بن رہی ہیں) اور اگر اتفاقاً کوئی موقعہ آن ہی پڑے تو درشتی اور روکھے پھیکے لہجہ سے (جس میں ذرا بھی لوچ تصنع اور کشش اور مغالطہ کا جذبہ کارفرمانہ ہو) یہ کوئی بداخلاقی نہیں ہے بلکہ تہذیب اور اخلاق اور شرافت کا اعلیٰ نمونہ ہے کہ عورت کا وقار اور تحفظ اسی میں ہے ویسے تو ہی اگر نہ چاہے تو حیلے ہزار ہیں۔ جیسا کہ حق تعالیٰ نے فرمایا ہے ''اگر تم تقویٰ اختیار کرو تو تم (نامحرم مرد سے) بولنے میں (جبکہ بضرورت بات کرنا پڑے) نزاکت مت اختیار کرو (جس سے) ایسے شخص کو (طبعاً) خیال فاسد پیدا ہونے لگتا ہے جس کے قلب میں کجی اور خرابی ہے۔'' قاعدہ (عفت) کے مطابق بات کرو۔'' (سورۂ احزاب آیت نمبر 32)

واہ واہ سبحان اللہ! کیا بلند اور برتر مقام اور رتبہ اللہ پاک نے عورتوں کو عطا فرمایا ہے۔ اس آیت پاک میں آج کل کے شیونیزم (شیخی بازی' اکڑ پھوں) کا منہ توڑ جواب ہے۔ واقعی ہماری ماں' بہن' بیٹیاں' نامحرم غیر مردوں سے کیوں دب کر بات کریں۔ انہوں نے ان کو کیا زرخرید کنیز سمجھ رکھا ہے؟ کھلا ہوا تجربہ ہے جو عورتیں اس آیت پاک پر عمل کرتی ہیں تقویٰ اختیار کرتی ہیں غیر مردوں کے رعب میں یا دھوکہ میں نہیں آسکتی ہیں اور جو عورتیں اس تعلیم پر کاربند نہیں ہیں مرد ہمیشہ ان کو سبز باغ دکھاتے رہتے ہیں اور وہ ان کے جھانسے میں جلد آجاتی ہیں۔ ان عورتوں کی عام طور پر عجیب فطرت بن جاتی ہے۔ یہ غیر مردوں سے تو اخلاق اور تہذیب کے نام پر نرم خوایئر ہوسٹس یا سیلز گرل کی طرح بنی رہتی ہیں لیکن اپنے محرم مردوں سے تندخو اور زودرنج رہتی ہیں ممکن ہے آپ کے ساتھ ایسا معاملہ نہ ہو لیکن ایسی ہی بات ہے.....آپ نظرانداز کرلیں لیکن اس حقیقت کا انکار نہیں کر سکتے/سکتیں۔

ذکیہ اقتدار، بہاولنگر

خواتین کے حسن و جمال کے نایاب ٹوٹکے

جب آپ مارچ میں بستر سمیٹ کر پیٹی میں سنبھال دیتی ہیں یہ بہت نقصان دہ عمل ہے یقین جانیے! ناپاک بستر پیٹی میں رکھنے سے پاک بستروں میں تعفن بھر جاتی ہے یہ مشاہدہ اس وقت ہوا جب میں کسی کے گھر گئی تو وہ خاتون بستر رکھ رہی تھیں

چہرہ خوبصورت بنایئے درج ذیل لوشن لگایئے

لیموں کا عرق آدھی پیالی، گلیسرین آدھی پیالی، عرق گلاب آدھی پیالی، میٹھا سوڈا ایک چٹکی، پھٹکڑی ایک چٹکی، ان اشیاء کو کسی بوتل میں ڈال کر خوب ہلائیں۔

دن میں بھی چہرہ پر لگا سکتی ہیں، رات کو بھی ہاتھوں پر لگائیں، اگر یہ لوشن نوزائیدہ بچوں کو استعمال کروایا جائے تو ان کے چہرے کی اور ہاتھوں کی جلد کبھی نہیں پھٹے گی۔

سردیوں کا بہترین لوشن خود تیار کریں

سردیوں میں ہر گھر کا دستور دیکھا کہ لوشن اور ویزلین کا استعمال بہت زیادہ ہوجاتا ہے اس قدر مہنگائی اور پھر مہنگے لوشن خریدنا ناممکن ہوچکا ہے لوشن کا استعمال نہ ہو تو چہرہ اور ہاتھ پھٹ جاتے ہیں۔

زندگی بھر کا اصول بنا لیجئے لوشن کا طریقہ حاضر ہے جو کہ راقمہ نے تمام زندگی استعمال کیا اور اپنے بچوں کو کروایا۔ اس لوشن کی خاصیت یہ ہے کہ بچپن میں بچوں کو یہ لوشن استعمال کروایا تو بچوں کو کچھ عرصے بعد ہمیشہ کیلئے لوشن استعمال کرانے کی ضرورت نہیں پڑے گی، لگانے کے بعد چہرہ خشک ہوجاتا ہے ہاتھ اکڑ جاتے ہیں۔

لوشن بنانے کا طریقہ

صوفی سوپ یا صابن ایک چھٹانک لے کر عرق گلاب میں بھگودیں۔ خوب نرم ہوجائیں تو اس میں گلیسرین آدھ چھٹانک، لیموں کا عرق ایک چمچ، پھٹکڑی ایک چٹکی، میٹھا سوڈا ایک چٹکی، نمک دو چٹکی، ان کو گلاس کے پیندے سے اتنا گھوٹیں کہ وہ ویزلین کی طرح ہوجائے رات کو سونے سے قبل ہاتھ اور پاؤں پر لگائیں۔ بے حد سستا اور بے حد موثر ہے۔ اس لوشن کے استعمال سے ہاتھ پاؤں بے حد سفید ہوجاتے ہیں اور ملائم رہتے ہیں۔

پاؤں کی ایڑیاں کبھی نہیں پھٹیں گی

اکثر افراد باوضو رہتے ہیں، کثیر افراد کو یہ مسئلہ درپیش ہے پاؤں کی انگلیوں میں انفیکشن ہوجاتا ہے جو کہ بے حد تکلیف دہ ہے، تیر بہدف نسخہ حاضر خدمت ہے:۔ **ھوالشافی:** سفید چاک لیں اسکو پیس لیں، یہ سفید پاؤڈر بن جائے گا، اس کو انگلیوں میں بھرلیں دو گھنٹے تک پاؤں پانی میں نہ ڈالیں، رات کو بھی انگلیوں میں لگالیں، اللہ شفاء دے گا۔

کپڑوں کی دھلائی، روئی دھونے کا طریقہ

میری بہنو! جس طرح ہم بستروں کی دھلائی کرتے ہیں اسی طرح ہمیں لحاف گدوں کی روئی کو بھی دھونا چاہیے، روئی بہت میلی ہوجاتی ہے، بچوں کے ساتھ تو لازمی گدے ناپاک ہوجاتے ہیں، ناپاک روئی کو اسی طرح مشین پر بھیج دیتے ہیں دوبارہ گدوں میں بھر دیتے ہیں۔

جب آپ مارچ میں بستر سمیٹ کر پیٹی میں سنبھال دیتی ہیں یہ بہت نقصان دہ عمل ہے، یقین جانیے! ناپاک بستر پیٹی میں رکھنے سے پاک بستروں میں تعفن بھر جاتی ہے یہ مشاہدہ اس وقت ہوا جب میں کسی کے گھر گئی تو وہ خاتون بستر رکھ رہی تھیں، اتفاق سے پیٹی کا ڈھکن گر گیا، ان میزبان نے راقمہ سے کہا کہ یہ ڈھکن پکڑے کھڑی ہوجائیں تو جلدی سے بستر رکھ دوں گی۔ بستر رکھے تو ان میں سے بو آرہی تھی، راقمہ نے ان سے پوچھا میلے بستر پیٹی میں کیوں رکھ رہی ہیں؟ جواباً کہا اب اکتوبر آئے گا تو پھر دھل جائیں گے مگر یہ تو گندے بستر ہیں؟ راقمہ نے کہا۔ میزبان گویا ہوئیں ان کو دھونا بہت مشکل کام ہے۔ میں نے کہا بستر دھونے کا آسان طریقہ بتاتی ہوں، لحاف گدوں کے دھاگے بچوں سے نکلوالیں، اب روئی اور کور کو علیحدہ کرلیں، روئی کو ٹب میں ڈال کر پانی بھر دیں رات بھر پانی بھرا رہے، علی الصبح اٹھیں وضو کرنے سے قبل اس روئی کو ٹب سے نکال کر جالی دار ٹب میں رکھیں اب پانی والی ٹونٹی کھولیں پائپ لگا کر اچھی طرح روئی کو دھوئیں، تین مرتبہ دھونے کے بعد، روئی کو ٹب میں چھوڑ دیں، نماز، تلاوت اور ناشتہ سے فارغ ہوکر روئی کے ٹب کے پاس آئیں، واشنگ مشین میں چھوٹی بالٹی پانی ڈالیے، پھر سرف ڈالیے اب دو کلو روئی کی پوٹلی بنالیں کسی تکیے کے کور میں یا کپڑے میں مضبوطی سے باندھ کر مشین میں ڈالیں، بیس منٹ مشین چلائیں، اس پوٹلی کو نکال کر ڈرائر مشین میں ڈالیے اور دوسری پوٹلی مشین میں ڈالیں، مشین چلادیں، ڈرائر مشین سے پوٹلی نکالی اس کو دھو کر پھر مشین سے سوکھا کر دھوپ میں سوکھا دیں، تمام بستروں کی روئی دھو کر کسی تھیلے میں بھر کر رکھ دیں۔ بھلے آپ اکتوبر میں بستر بھروائیں، پاک بستر پاک روئی رکھیں۔

ناک میں کوئی چیز پھنس جائے تو۔۔۔۔

اگر ناک میں مکھی، مچھر، مٹی، تنکا یا مٹی کا ذرہ کچھ بھی پھنس جائے تو سب سے پہلے ناک کو چھڑکنا ضروری ہے۔ پھر بھی اگر نہ نکلے تو چھینک لانے والی نسوار یا لال مرچ سونگھ لیجئے۔ اس کی چھینک کے ساتھ گئی ہوئی چیز باہر نکل آئے گی اگر اس سے بھی نہ نکلے تو مڑی ہوئی سپنک، چمٹی کے ساتھ پکڑ کر پھنسی ہوئی چیز باہر نکال لیں۔

مؤلف کا تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں

①الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ② ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔(ادارہ) ③ حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

محمد ہادی' ملتان

رزق میں برکت کیلئے نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اعمال

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد نقل کرتے ہوئے فرماتے ہیں کہ جو شخص بھوکا ہو' حاجت مند ہو اور وہ لوگوں سے اپنی حاجت کو پوشیدہ رکھے تو اللہ تعالیٰ شانہٗ پر بوجہ اس کے لطف وکرم کے یہ حق ہے کہ اس کو سال کی روزی حلال مال سے عطا فرمائے۔

بیوی کیلئے نفقہ میں فراخی

رسول کریم ﷺ نے فرمایا عورتوں کے بارے میں اللہ سے ڈرو کیونکہ وہ تمہاری قید میں ہیں تم نے انہیں اللہ کے عہد و پیمان کے ساتھ حاصل کیا ہے اور اللہ کے کلمے کے ساتھ تم نے ان کی شرم گاہوں کو حلال بنایا ہے لہٰذا تم ان کیلئے لباس اور نفقہ کی فراخی رکھو تاکہ اللہ تمہارے لیے رزقوں میں فراخی دے اور تمہارے لیے عمروں میں برکت عطا فرمائے جو تم چاہو گے اللہ تعالیٰ تمہارے لیے کردے گا۔

اپنی حاجت اور بھوک کو پوشیدہ رکھنا

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد نقل کرتے ہوئے فرماتے ہیں کہ جو شخص بھوکا ہو' حاجت مند ہو اور وہ لوگوں سے اپنی حاجت کو پوشیدہ رکھے تو اللہ تعالیٰ شانہٗ پر بوجہ اس کے لطف وکرم کے یہ حق ہے کہ اس کو سال کی روزی حلال مال سے عطا فرمائے۔ (مشکوٰۃ)

صلہ رحمی: حضور اقدس ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص یہ چاہتا ہے کہ اس کے رزق میں وسعت کی جائے اور اس کے نشانات قدم میں تاخیر کی جائے اس کو چاہیے کہ صلہ رحمی کرے۔ (مشکوٰۃ) (نشانات قدم میں تاخیر کیے جانے سے عمر کی درازی مراد لی جاتی ہے اس لیے کہ جس شخص کی جتنی عمر زیادہ ہوگی' اتنے ہی زمانے تک اس کے چلنے سے نشانات قدم زمین پر پڑیں گے اور جو مر گیا اس کے پاؤں کا نشان زمین سے مٹ گیا۔)

فقر کو دور کرنے والا کلمہ: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ لاحول ولاقوۃ الا باللہ ننانوے بیماریوں کی دوا ہے جن میں سے کم درجہ کی بیماری فکر وغم ہے۔ **(ترمذی)** اگر لاحول ولا قوۃ الا باللہ کے ساتھ لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنَ اللّٰہِ اِلَّآ اِلَیْہِ پڑھ لے تو اللہ تعالیٰ اس سے ستر بلائیں دور فرمائیں گے جن میں سب سے کم درجہ کی بلاء فقر ہے۔ **(مشکوٰۃ بحوالہ ترمذی)**

تقدیر پر راضی رہنا: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کہ خدا تعالیٰ اپنے بندوں کو جو کچھ دیتا ہے اس سے ان کی آزمائش کرتا ہے اگر وہ اپنی قسمت پر راضی ہوجائیں تو ان کی روزی میں برکت عطا فرماتا ہے اور اگر راضی نہ ہوں تو ان کی روزی کو وسیع نہیں کرتا۔ **(مسند احمد)**

صبح سویرے کام شروع کرنا

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے: رزق کی تلاش اور حلال کمائی کیلئے صبح سویرے ہی چلے جایا کرو' کیونکہ کاموں میں برکت اور کشادگی ہوتی ہے۔ یعنی صبح سویرے حلال کمائی کرنے سے رزق میں برکت پڑتی ہے۔

گرا پڑا لقمہ کھالینا

حضرت جابر رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ فرمایا نبی کریم ﷺ نے کہ جس وقت گر پڑے تمہارا کوئی لقمہ تو اٹھالو اور اس کو پونچھ ڈالو جو کچھ اس میں لگا ہو اور پھر اس کو کھاؤ اور نہ چھوڑو اس کو شیطان کے واسطے۔ فرمایا جو کھانا کھاتے وقت دسترخوان سے گری ہوئی چیز کو کھالے ہمیشہ رزق کی فراخی میں رہتا ہے۔ **(طب نبوی ص ۱۰)**

چھ انعامات کا حصول

حضور ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کو فرمایا: صبح و شام دس دس مرتبہ یہ پڑھ لیا کرو' جو شخص ان کلمات کو صبح و شام دس دس مرتبہ پڑھے گا۔ اللہ تعالیٰ اس کو چھ انعامات سے نوازتے ہیں۔ 1۔ شیطان اور اس کے لشکر سے حفاظت فرماتے ہیں۔ 2۔ جنت میں اسے قنطار (احد پہاڑ سے زیادہ) عطا فرمائیں گے۔ 3۔ اسے ابرار جیسا بلند مقام و مرتبہ عطا کریں گے۔ 4۔ حورعین سے شادی کریں گے۔ 5۔ بارہ ہزار فرشتے پھیلے ہوئے باریک چمڑے پر اس کا ثواب لکھیں گے اور قیامت کے دن لیکر اس شخص کیلئے حاضر ہوں گے۔ 6۔ اتنا اجر ہے گویا اس نے تورات' انجیل' زبور اور قرآن کو پڑھا' مقبول حج و عمرہ کا ثواب دیتے ہیں اور اس دن یا رات یا مہینہ میں مرگیا تو شہداء کی مہر اس پر لگادی جائیگی۔ وہ کلمات یہ ہیں: لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ هُوَالْاَوَّلُ وَالْاٰخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ بِيَدِهِ الْخَيْرُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ۔ **(اللہ دتہ چشتی' خانیوال)**

فرزانہ صغیر' سرگودھا

ماں کی خدمت کا حق

بلکہ اپنے غلام کو خوشخبری دیتا تھا کہ اگر اس آگ کی وجہ سے کوئی مہمان ہمارے گھر آ گیا تو تم آزاد ہوجاؤ گے

ماں کا حق: اس نے اپنی ماں کو کندھوں پر سوار کرکے سات حج کرائے تھے ساتویں حج پر اسے خیال آیا کہ میں نے اپنی ماں کا حق ادا کردیا ہے' رات اس نے خواب میں دیکھا' کوئی اسے پکار رہا ہے کہہ رہا ہے تم اس وقت بہت چھوٹے تھے اور اپنی ماں کے پاس سو رہے تھے تم نے پاخانہ کردیا' تمہاری ماں نے بستر دھویا' اس کے پاس دوسرا بستر نہیں تھا چنانچہ وہ اسی گیلے بستر پر لیٹ گئی' وہ سردی سے کانپ رہی تھی لیکن تم اس کے سینے پر آرام سے سو رہے تھے' آج تم کہتے ہو ماں کا حق ادا کردیا' اے بے وقوف! تم نے ابھی ماں کی اس ایک رات کا بھی حق ادا نہیں کیا۔ **حاتم طائی کی مہمان نوازی:** حاتم طائی کے گھر کوئی بھی مہمان آجاتا وہ اس کی عزت و تکریم میں کوئی کسر اٹھا نہ رکھتا تھا بلکہ وہ خود مہمانوں کی تلاش میں لگا رہتا تھا اور آگ روشن کرکے ان کو آوازیں دیا کرتا تھا بلکہ اپنے غلام کو خوشخبری دیتا تھا کہ اگر اس آگ کی وجہ سے کوئی مہمان ہمارے گھر آ گیا تو تم آزاد ہوجاؤ گے۔ قیصر روم کو جب حاتم طائی کی سخاوت کی خبریں پہنچیں تو اس نے اپنے مصاحبوں سے پوچھا کہ حاتم کو کون سی چیز سب سے زیادہ محبوب ہے؟ لوگوں نے بتایا کہ وہ اپنے گھوڑے سے بہت زیادہ پیار کرتا ہے۔ تو قیصر روم نے اپنے نمائندہ سے کہا اس سے وہ گھوڑا میرے لیے مانگ لاؤ جب قیصر روم کا نمائندہ حاتم کے پاس پہنچا تو اتفاق سے حاتم کے پاس کھانے کیلئے اپنے ذاتی گھوڑے کے علاوہ اور کوئی چیز موجود نہیں تھی' حاتم طائی نے اپنا وہی گھوڑا ذبح کرکے اس کی دعوت کردی' جب کھانا کھا چکے تو قیصر روم کے نمائندے نے حاتم طائی سے اس کے گھوڑے کے متعلق دریافت کیا حاتم نے بتایا کہ یہ اسی گھوڑے کا گوشت ہی تو تھا اس پر وہ نمائندہ بے اختیار پکار اٹھا اللہ کی قسم میں نے حاتم طائی کو جتنا سنا تھا اس سے کچھ زیادہ ہی پایا ہے۔

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

ابوذر اقتدار' بہاولنگر۔ نصیر احمد' ایبٹ آباد۔ محمد اشرف' فیصل آباد۔ عمیر احمد۔ نجمہ احمد' گوجرانوالہ۔ مولانا سلیم اللہ سومرو' محمد عادل عباسی' مری۔ ملک الطاف' کراچی۔ ناصرہ بیگم۔ حکیم محمد ظفر اقبال۔ محمد اعجاز حسین' ملتان۔ امیر النساء اٹک۔ تنویر احمد رحیم یار خان۔ عرفان سہروردی۔ مفتی عبداللہ حقانی' کوئٹہ

شاہ حبیب اللہ دوشی کے روحانی وظائف

بعض مرتبہ معدہ کی گرمی کے سبب چہرے پر چھائیاں پیدا ہوجاتی ہیں جس کے سبب چہرہ بدنما اور بدصورت ہوجاتا ہے۔ اس کے لیے یہ عمل مفید ہے۔ لیموں کا عرق نکال کر اس پر وصورکم فاحسن صورکم۔ اکیس بار پڑھ کر دم کریں۔

بے اولاد کیلئے

بے اولاد افراد کیلئے یہ بہت قیمتی اور تیر بہدف عمل ہے۔ اس کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ گود اولاد سے بھر جائے گی۔ عمل یہ ہے:۔ دو مرغی کے انڈے ابال کر ان کے چھلکے اتار کر باوضو ایک انڈے پر یہ کلمات لکھیں۔ وَ السَّمَآءَ بَنَیۡنٰهَا بِاَیۡىدٍ وَّ اِنَّا لَمُوۡسِعُوۡنَ اور دوسرے انڈے پر یہ کلمات لکھیں۔ وَ الۡاَرۡضَ فَرَشۡنٰهَا فَنِعۡمَ الۡمٰهِدُوۡنَ (الذاریت 47,48) پہلا انڈہ مرد کھائے اور دوسرا انڈہ عورت کھائے اور لگاتار اکیس روز تک یہ عمل مسلسل جاری رکھیں اور اس دوران میاں بیوی خلوت کرتے رہیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ حمل قرار پائے گا اور اولاد ہوگی۔

سانپ بچھو اور کیڑے مکوڑوں سے حصار

اگر کوئی شخص ایسی جگہ ٹھہرا ہو جہاں کیڑے مکوڑے اور سانپ بچھو کا ہر وقت خطرہ ہو اور ان سے نقصان پہنچنے کا ڈر ہو تو دلی توجہ اور قلبی حضوری کے ساتھ پندرہ بار یَاسَلَامُ پڑھے اور کلمے کی انگلی (دائیں ہاتھ کے انگوٹھے کے برابر والی انگلی) پر دم کرے اور اس انگلی سے اپنے چاروں طرف حصار کھینچے اور پھر دوبارہ یَاسَلَامُ پندرہ مرتبہ پڑھے اور انگلی پر دم کرے اور حصار کھینچے اور اسی طرح تیسری مرتبہ بھی پندرہ بار یَاسَلَامُ پڑھے اور انگلی پر دم کرکے حصار کرے۔ یہ عمل ایک ہی بیٹھک میں مسلسل کرنا ہے۔ اس کے بعد اس حصار (انگلی سے کھینچے ہوئے دائرے) میں کھڑے ہوکر تصور کرکے پھونک مار دیں (یعنی زور زور سے تین مرتبہ چاروں طرف پھونک مارنی ہے) انشاء اللہ تعالیٰ وہاں سانپ بچھو اور کیڑے مکوڑے اور موذی جانور نہ آسکیں گے اور ہر طرح سے حفاظت رہے گی۔

جسم کے ہر حصہ کا درد ختم

اگر کسی شخص کے جسم کے کسی بھی حصے میں درد ہوتا ہو اور اس کے سبب بہت پریشان ہوتا ہو اور کام کاج مشکل ہوگیا ہو تو اس کیلئے باوضو 1470 بار یہ آیت پڑھ کر تیل پر دم کریں اس کے ساتھ ایک کورے مٹکے پانی پر بھی دم کردیں۔ یہ تیل رات کو سوتے وقت جسم میں جہاں جہاں درد ہے ہلکی مالش کرلیں۔ دم کیا ہوا پانی تین گھونٹ رات کو سوتے وقت پی لیں۔ انشاء اللہ جسم کے ہر حصے کا درد ختم ہوجائے گا۔ وہ آیت یہ ہے: سَلٰمٌ قَوۡلًا مِّنۡ رَّبٍّ رَّحِیۡمٍ ﴿یٰسین ۵۸﴾

چہرے کی چھائیاں

بعض مرتبہ معدہ کی گرمی کے سبب چہرے پر چھائیاں پیدا ہوجاتی ہیں جس کے سبب چہرہ بدنما اور بدصورت ہوجاتا ہے۔ اس کے لیے یہ عمل مفید ہے۔ لیموں کا عرق نکال کر اس پر وَ صَوَّرَكُمۡ فَاَحۡسَنَ صُوَرَكُمۡ (تغابن 3) اکیس بار پڑھ کر دم کریں۔ یہ عرق سوتے وقت چہرے پر مل لیا کریں۔ صبح کو اٹھ کر نیم گرم پانی سے وضو کریں۔ اکیس دن مسلسل یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ چہرے کی چھائیاں ختم ہوجائیں گی۔

عورتوں کی بیماری

عورت کو حمل کے دوران بہت کمزوری ہوجاتی ہے اور ان کی طبیعت ہر وقت گری گری رہتی ہے۔ کام کاج کو دل نہیں چاہتا۔ ایسی صورت میں رات کو سوتے وقت ایک گلاس پانی کا بھر کر اس پر باوضو اکیس مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کرکے عورت کو پلا دیا جائے۔ اول وآخر تین تین بار درود شریف ضرور پڑھیں۔

ہر قسم کی بندش کھولنے کیلئے

آج کل حسد وبغض اور دشمنی کا دور دورہ ہے۔ ہر شخص دوسرے کو خوش حال' آرام سے رہنے نہیں دیتا اور اس فکر میں دبلا ہوجاتا ہے کہ یہ شخص اس قدر مال ودولت میں کیوں کھیل رہا ہے۔ اس کو کوئی بیماری کیوں نہیں ہے۔ اس کی سب لڑکیوں کی شادی کیوں ہوگئی اس کے سب لڑکے پڑھ لکھ کر برسر روزگار کیوں ہوگئے؟ بس یہ دکھ اسے چین نہیں لینے دیتا اور ہزاروں لاکھوں روپیہ اس شخص کی اور اس کی اولاد کی زندگی تباہ کرنے میں لگا دیتا ہے عاملوں' جادو سفلی کرنے والوں کی چوکھٹوں پر سر رگڑتا رہتا ہے کہ کسی طرح یہ خوش حال شخص فقر وفاقہ کا شکار ہوجائے اور اسے طرح طرح کی بیماریاں لپٹ جائیں جو لاعلاج ہیں۔

اگر اس طرح کوئی شخص یہ محسوس کرے کہ اس کا روزگار کم ہوتا جا رہا ہے اس کی صحت گرتی جارہی ہے' اولاد نافرمان بن گئی ہے' لوگ اس سے ملنے سے گریز کرتے ہیں۔ گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ جوان لڑکیاں شادی کی آس میں بڑھاپے کی حد میں داخل ہوگئی ہیں تو اسے چاہیے کہ یہ عمل کرے تاکہ ہر قسم کے جادو سفلی کی کاٹ ہوسکے اور اس کی زندگی پھر سے کامیابی کی راہ پر رواں ہوجائے۔ عمل یہ ہے:۔

سب گھر والے نماز باجماعت کی پابندی کریں اور اگر ممکن ہو تو چالیس آدمی جمع کرکے ہر ایک آدمی سورۂ بقرہ ایک مرتبہ پڑھ کر ایک مٹکے پانی پر دم کرے اسی طرح چالیس آدمی سورۂ بقرہ پڑھ کر مٹکے پر دم کردیں۔ اگر ایسا ممکن نہ ہو تو یہ کرے کہ خود ہی یا کسی حافظ سے سورۂ بقرہ اکتالیس دن پڑھوالے اور سورۂ بقرہ پڑھ کر ایک مٹکے پانی پر روزانہ دم کرائے۔

اگر سورۂ بقرہ زبانی یاد نہ ہو تو قرآن شریف میں دیکھ کر بھی پڑھی جاسکتی ہے عورت بھی پڑھ سکتی ہے۔ مرد' لڑکی' لڑکا بھی پڑھ سکتا ہے۔ ایک بوتل کے ڈھکن میں تین سوراخ کرکے اس کے ذریعہ یا گلاب پاش کے ذریعے پانی ہر کمرے' باورچی خانے کے کونوں میں چار وقت یہ پانی چھڑکیں اور چار وقت ہی سب گھر والوں کو یہ پانی پلایا جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے نوکریاں لگ جائیں گی' لڑکیوں کی شادیاں ہوجائیں گی' لڑائی جھگڑا ختم ہوجائے گا' گھر میں اور آمدنی میں خیر وبرکت ہوگی' تمام بیماریاں دور ہوجائیں گی۔ چار وقت پانی چھڑکنے اور پینے کے یہ ہیں:۔ 1۔ بعد نماز فجر ناشتہ سے قبل۔ 2۔ دوپہر کو گیارہ بجے۔ 3۔ بعد نماز عصر۔ 4۔ بعد نماز عشاء۔ اگر چار وقت نہ چھڑک سکے اور نہ چار وقت پی سکے تو صبح وشام ہی چھڑک لے اور پی لے۔

(بقیہ: معدہ اور السر کے مریض ضرور کریں اور پڑھیں!)

ہیں پھر اعتماد سے یہ دوائی استعمال کریں۔ ھوالشافی: کلونجی پچاس گرام' چھلکا اسپغول پچاس گرام' شہد سو گرام۔ کلونجی پیس کر چھلکا اور پاؤڈر کلونجی شہد میں ملائیں۔ کسی ڈبے میں محفوظ رکھیں ایک چمچ ناشتے اور ہر کھانے کے بعد چاہیں تو نہار منہ بھی لے سکتے ہیں۔ بچوں بڑوں کیلئے نہایت خوش ذائقہ اور شاندار چیز ہے آپ بھی آزمائیں اور دوسروں کو بھی ضرور بتائیں۔ میرے پاس ایک صاحب پرانے معدے کے السر میں مبتلا ایک پورا بنڈل ٹیسٹوں کا ساتھ لیے علاج کی غرض سے تشریف لائے موصوف تیئس سال انگلینڈ میں گزار کر اب پاکستان میں رہ رہے ہیں۔ نا ان کو یہاں کے ٹیسٹوں پر اعتماد ہے نہ دواؤں پر...... کسی نے میرا بتایا اعتماد سے تشریف لائے۔ میں نے انہیں فوراً دسترخوان کی تبدیلی کا مشورہ دیا حیرت انگیز بات یہ ہے میں جو کہتا گیا وہ وہی کرتے گئے اور انہیں میں نے یہ دوا استعمال کرنے کو دی صرف تین ہفتے میں ان کا رزلٹ یہ ملا کہ باہر سے منگوا کر کھانے والی تمام دوائیں چھوڑ چکے تھے طبیعت کے اندر جو تکلیف اعصاب کے اندر جو کھچاؤ اور ذہن میں ہر وقت تفکرات اور معدہ مسلسل خراب۔۔۔۔۔ سب کچھ تندرست ہوگیا اور صحت یابی کی طرف ایسا سفر اور قدم رکھا کہ اب شاہراہ صحت پر مسلسل چلتے جارہے ہیں بس مجھے اس نشست میں صرف ایک واقعہ بیان کرنا ہے ورنہ تو اس دوا کے کمالات بھی خوب ہیں اور واقعات بھی......!

حکیم آفتاب احمد قریشی

دل‘ آنکھ اور چہرے کی بے رونقی میں انار کا کمال

ضعف قلب یعنی دل کی کمزوری‘ دھڑکن‘ دل ڈوبنا وغیرہ تمام علامات کیلئے انار اعلیٰ درجہ کا مفید ہے‘ خفقان اور ہائی بلڈ پریشر میں اس کا شربت بہت مفید ہے اگر کھانے کے بعد کھٹ میٹھا یعنی قندھاری سرخ انار کھالیں تو یہ دل کے عوارضات کیلئے مجرب ہے

سیدالانبیاء کی ذات اقدس انسانیت کیلئے سراپا رحمت ہے۔ فخر موجودات ﷺ نے نہ صرف روحانی زندگی میں انسانیت کی رہنمائی کی بلکہ دنیاوی زندگی میں بھی آپ ﷺ کی مقدس شخصیت انسانوں کیلئے مشعل راہ ہے۔ سرور کائنات ﷺ نے طب وصحت کے بارے میں مختلف غذاؤں کو استعمال کیا تاکہ امت مسلمہ بھی اللہ تعالیٰ کی نعمتوں سے استفادہ کرے جن پھلوں کو سیدالانبیاء ﷺ کی بارگاہ اقدس میں پسندیدگی کا شرف حاصل ہوا ان میں انار سرفہرست ہے۔ طب نبوی ﷺ میں یہ حدیث بیان کی گئی ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ہر انار میں ایک قطرہ جنت کے پانی کا ہوتا ہے۔ سیدالانبیاء ﷺ کے ارشاد گرامی کا صدقہ ہے کہ انار حیرت انگیز شفائی اثرات کا حامل ہے نہ صرف انار بلکہ اس کے درخت کا ہر جزو مفید ہے‘ انار کا چھلکا پھول اور درخت کی چھال اطباء دوا کے طور پر تجویز کرتے ہیں۔ یہ غذائی اجزاء سے بھرپور ہے۔ ایک چھٹانک انار میں چھتیس غذائی حرارے قوت ہوتی ہے گویا رس دار پھلوں میں انار سب سے مقوی پھل ہے‘ یہ خون کی کمی اور کمزوری کیلئے سب سے مفید پھل ہے۔ انار بعض عوارض کیلئے مفید غذا ہے‘ دست‘ پیچش‘ قے‘ جی متلانا‘ پیٹ کے کیڑے‘ ذیابیطس (شوگر)‘ جگر کی خرابی میں مؤثر عمل کرتا ہے‘ دل کو طاقت دیتا ہے‘ خون کے زیادہ دباؤ (ہائی بلڈ پریشر) بے خوابی‘ تیزابی مادہ‘ پیشاب کی جلن میں مفید ہے۔ پاکستان کی ذرخیز سرزمین کی آغوش میں انار بکثرت پیدا ہوتا ہے اس کی تین اقسام کھٹا انار‘ میٹھا انار اور بکھٹا (کھٹ میٹھا) انار ہیں جنگلی اور پہاڑی انار کے دانوں کو سکھا کر انار دانہ تیار کیا جاتا ہے۔

میٹھا انار: جگر کی کمزوری کو دور کرتا ہے جسم میں عمدہ خون پیدا کرتا ہے۔ پیاس بجھاتا ہے اور تپش کو کم کرتا ہے‘ بخار‘ دست‘ پیچش کی صورت میں مفید غذا ہے‘ پیشاب کی جلن اور تیزابی مادہ زیادہ ہونے کی صورت میں فائدہ مند ہے‘ یرقان‘ استسقاء‘ خفقان اور دستوں میں مؤثر ہے۔

کھٹا انار: کھٹا انار بالعموم سرخ ہوتا ہے‘ معدہ اور جگر کیلئے بالخصوص مفید ہے‘ خون اور صفراء کے جوش کو تسکین دیتا ہے تبخیر میں فائدہ مند ہے۔

بکھٹا (کھٹ میٹھا) انار: انار کی تیسری قسم کھٹ میٹھا انار ہے جسے انار میخوش بھی کہا جاتا ہے انار کی یہ قسم خون اور صفرا کے جوش کو تسکین دیتی ہے جگر اور معدہ کی تقویت کا سامان پیدا کرتی ہے‘ ہچکی‘ قے اور دست میں فائدہ مند ہے اسے کھانے سے حاملہ عورتوں کو مٹی کھانے کی خواہش نہیں ہوتی ہے۔ انار غذا کے علاوہ مفید دوا بھی ہے بچوں کے دست یا پیچش کی صورت میں انار کا رس ایک چمچہ تین گھنٹے بعد پلائیں اس سے فوری فائدہ ہوگا۔ قے اور متلی کیلئے انار دانہ اور پودینہ کی چٹنی مفید ہے۔ خونی بواسیر کیلئے انار کا چھلکا رات کو بھگوئیں صبح اس پانی سے آب دست کریں‘ پرانی پیچش میں انار کا یونانی مرکب جوارش انارین بھی بے حد مفید ہے انار گونا گوں فوائد کا حامل ہے اسے روزانہ استعمال کرنا چاہیے۔ انار کھاتے وقت نمک لگالیا کریں۔

امراض چشم: میٹھے انار کا رس نکال کر سبز رنگ کی بوتل میں ڈال کر دھوپ میں لٹکا دیں‘ چالیس یوم کے بعد اس پانی کو ڈراپر میں ڈال کر آنکھوں میں ڈالیں‘ امراض چشم کیلئے لاجواب ہے‘ جتنا پانی پرانا ہوتا جائے گا اتنا ہی اس کے فوائد میں اضافہ ہوجاتا جائے گا۔ آنکھوں کی خارش‘ سرخی‘ رات کو نظر نہ آنا‘ کمزوری‘ ضعف بصارت وغیرہ کیلئے ازحد مفید آزمودہ ہے۔

امراض قلب: ضعف قلب یعنی دل کی کمزوری‘ دھڑکن‘ دل ڈوبنا وغیرہ تمام علامات کیلئے انار اعلیٰ درجہ کا مفید ہے‘ خفقان اور ہائی بلڈ پریشر میں اس کا شربت بہت مفید ہے اگر کھانے کے بعد کھٹ میٹھا یعنی قندھاری سرخ انار کھالیں تو یہ دل کے عوارضات کیلئے مجرب ہے۔

چہرے کی بے رونقی: بعض مریض چہرے کی بے رونقی کی شکایت کرتے ہیں مسلسل کریمیں استعمال کیں‘ ٹانک کھائے لیکن بے رونقی مسلسل رہی‘ جب ان سے انار ہر کھانے کے بعد کھانے کو کہا گیا تو چہرے پر رونق لوٹ آئی‘ سیاہ حلقے ختم ہوگئے‘ پچکے ہوئے گال بھر گئے‘ دھنسی ہوئی آنکھیں ٹھیک ہوگئیں۔

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آرہی ہیں‘ ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلارہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہو رہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

ماریہ خاتون (ماہر نفسیات)' کراچی

ڈیپریشن ٹینشن سے فوری نجات

یادرکھنا چاہیے کہ زندگی صرف پھولوں کا بستر نہیں ہے اس کے ساتھ یہ بھی درست ہے کہ یہ مکمل طور پر کانٹوں کا بستر بھی نہیں ہے بلکہ ان دونوں کے امتزاج کا نام زندگی ہے۔ اب یہ پانے والے کی اپنی صلاحیت ہے کہ وہ کانٹے حاصل کر پاتا ہے یا پھول......!

زندگی ویسے تو بہت سیدھی سادی ہے۔ لیکن ہم سب نے مل کر اسے بہت پیچیدہ اور دشوار کر دیا ہے۔ دوسری طرف کوئی ایسا اصول یا قانون یا نسخہ دستیاب نہیں ہے جو اس سلسلے میں ہماری رہنمائی کر سکے کہ خوشگوار زندگی کس طرح بسر کی جائے! یہ حالات پر منحصر ہے جس کا تعلق ہر انسان کے الگ الگ لائف سٹائل سے وابستہ ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ خوشیوں کا انحصار مختلف حالات پر بھی ہوتا ہے۔ کبھی کبھی جو صورتحال ہمارے لیے پریشان کن ہوتی ہے وہ کسی اور کیلئے مسرت بخش بھی ہو سکتی ہے۔ اس لیے خوشیوں کے حصول کا کوئی حتمی فارمولا نہیں ہے۔

ایسا کیوں ہوتا ہے کہ کوئی شخص ذہنی پرابلم کا شکار ہو' کوئی بیمار ہو' کوئی ڈیپریشن میں مبتلا ہو' کیوں ہر شخص کے تجربے ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں اور شادیاں ناکام کیوں ہو جاتی ہیں؟ دو اجنبی جو ایک دوسرے کو جانتے ہیں یا شاید نہیں جانتے جب شادی کے بندھن میں ایک دوسرے سے بندھ جاتے ہیں تو بہت ممکن ہے کہ دونوں کے مزاج اور دونوں کی عادات میں نمایاں فرق ہو۔

فطرت نے دو انسانوں کو بالکل ایک جیسا پیدا نہیں کیا۔ حتیٰ کہ آپ جسے کلوننگ خیال کرتے ہیں' اس سے بھی اگر دو انسان پیدا کیے جائیں تو وہ بھی بالکل ایک جیسے نہیں ہوتے۔ اس لیے وہ لوگ احمقوں کی جنت میں رہتے ہیں جن کا خیال ہے کہ میاں بیوی کو بالکل ایک جیسا ہونا چاہیے۔ جوڑوں میں طلاق کی بے شمار وجوہات ہو سکتی ہیں مثال کے طور پر: ☆ بہت ممکن ہے کہ آپ کا ہمسفر اپنے ہیئر برش کو صاف رکھنے کا عادی نہ ہو۔ ☆ آپ کا شوہر اپنے کپڑے اتار کر کسی ایک جگہ یا واشنگ مشین میں رکھنے کی بجائے ادھر اُدھر پھینک دینے یا بکھیر دینے کا عادی ہو۔ ☆ ممکن ہے کہ آپ کی بیوی کو گھر سے زیادہ مختلف فنکشنز وغیرہ سے دلچسپی ہو۔ ☆ ہو سکتا ہے کہ آپ کا شوہر دفتر سے سیدھے گھر آنے کی بجائے دوستوں کے ساتھ گپ شپ میں وقت گزارتا ہو یا اس کی عادتیں قابل اعتراض ہوں۔ ☆ آپ کی بیوی یا آپ کے شوہر تقریبات کی اطلاع دینا بھول جاتے ہوں۔

☆ بہت ممکن ہے کہ وہ بچوں پر توجہ نہ دیتا ہو یا اس کی توجہ بہت کم ہو۔ ☆ ہو سکتا ہے کہ آپ کا شوہر بچوں کے سلسلے میں اپنی ذمے داریاں پوری نہ کرتا ہو۔ یعنی وہ انہیں نہلانے' تیار کرنے میں آپ کے ساتھ تعاون نہ کرتا ہو۔ ☆ بہت ممکن ہے کہ آپ کی بیوی یا آپ کے شوہر کو اپنے گھر سے زیادہ اپنے والدین اور اپنے بھائیوں اور بہنوں کی فکر رہتی ہو۔ ☆ آپ کے شوہر کا یہ خیال ہو کہ بچوں کی دیکھ بھال کی ذمے داری آپ کی ہے۔ اس کے علاوہ گھر کو صاف ستھرا رکھنا بھی آپ کا کام ہے۔ شوہر کو دل پسند کھانا کھلانے کے بعد بستر کی اچھی ساتھی بننا آپ کے فرائض میں شامل ہے۔ ☆ دوسری طرف یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ بہت اچھی ماں ہوں' بہت اچھی بیٹی ہوں لیکن بہت اچھی بیوی ثابت نہ ہو رہی ہوں۔

☆ اس طرح آپ کو بھی یہ خیال آ سکتا ہے کہ آپ کا شوہر ایک اچھا باپ ہے' ایک اچھا بھائی ہے' ایک اچھا بیٹا ہے' ایک اچھا آفیسر ہے لیکن ایک اچھا شوہر نہیں ہے۔ ☆ اس کے علاوہ بھی وجوہات ہو سکتی ہیں مثال کے طور پر آپ کے پارٹنر کو خراٹے لینے کی عادت ہو' واش روم کو صاف نہیں رکھتا ہو۔ یہ فہرست خاصی طویل بھی ہو سکتی ہے۔ بہرحال طلاق کی یہ چند وجوہات ہیں۔ لیکن یہ ایسی وجوہات ہیں جن پر بات ہو سکتی ہے۔ یعنی مفاہمت کا پہلو نکل سکتا ہے۔ اگر ابتدا میں ان پر توجہ دی جائے تو۔ ورنہ یہی چھوٹے چھوٹے مسائل آگے چل کر پہاڑ جیسے بن جاتے ہیں۔ اگر ان مسائل پر ٹھنڈے دل سے غور کیا جائے اور مفاہمت کے ساتھ اس کے حل نکالے جائیں تو میرا خیال ہے کہ یہ مسائل پہاڑ نہیں بنیں گے۔ مثال کے طور پر آپ کی بیوی کنگھی یا برش کو صاف نہیں رکھتی اور اسے دیکھنا آپ کو ناگوار گزرتا ہے تو آپ خود اسے صاف کر دیا کریں اور اس میں وقت کتنا صرف ہوا صرف پانچ منٹ۔ اس کے بعد اپنی بیوی کو دوسرے انداز سے احساس دلا سکتے ہیں جیسے کہ ''عزیز جان آج کل تمہارے بال بہت ٹوٹنے لگے ہیں' میں نے جب کنگھی صاف کی تو مجھے اس بات کا احساس ہوا ہے۔'' وہ آپ کی بات سمجھ جائے گی' اسے یہ احساس ہوگا کہ ایک طرف تو آپ نے اس کی کنگھی صاف کی ہے اور دوسری طرف آپ اس کے گرتے ہوئے بالوں کی طرف سے فکرمند ہیں۔

اسی طرح اگر آپ کا شوہر اپنے کپڑوں وغیرہ کو ادھر اُدھر پھینک دینے کا عادی ہے تو اسے احساس دلانے کیلئے وقت کا انتظار کریں اور جب وہ اپنی پسندیدہ قمیص یا ٹائی کی تلاش میں شامل ہو تو اسے نکال کر دیدیں اور ساتھ ساتھ ہی نرمی سے یہ جتا دیا کریں کہ کپڑوں کو اس طرح ادھر ادھر پھینک دینے سے ہی پریشانی ہو جاتی ہے کہ تلاش کرتے رہو۔ اس لیے بہتر ہے کہ سب چیزوں کو ان کی مقررہ جگہوں پر رکھنا چاہیے۔ یادرکھنا چاہیے کہ زندگی صرف پھولوں کا بستر نہیں ہے اس کے ساتھ یہ بھی درست ہے کہ یہ مکمل طور پر کانٹوں کا بستر بھی نہیں ہے بلکہ ان دونوں کے امتزاج کا نام زندگی ہے۔ اب یہ پانے والے کی اپنی صلاحیت ہے کہ وہ کانٹے حاصل کر پاتا ہے یا پھول......!

کبیرہ گناہ معاف

حضور اقدس ﷺ کا ارشاد ہے کہ غزوہ بدر کا دن تو مستثنیٰ ہے اس کو چھوڑ کر کوئی دن عرفہ کے دن کے علاوہ ایسا نہیں جس میں شیطان بہت ذلیل ہو رہا ہو' بہت راندہ پھر رہا ہو بہت حقیر ہو رہا ہو' بہت زیادہ غصہ میں بھر رہا ہو اور یہ سب کچھ اس وجہ سے کہ عرفہ کے دن میں اللہ کی رحمتوں کا کثرت سے نازل ہونا بندوں کے بڑے بڑے گناہوں کا معاف ہونا دیکھتا ہے۔ **(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ)**

ہوشیار رہیں......!

بارہا یہ شکایات موصول ہو رہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org
facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042-37552384, 37597605۔ **نوٹ:** عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

فا بحہ بشیر، لاہور

دودھ! مکمل غذا بھی مکمل شفاء بھی

بکری کا دودھ لطافت والا اور چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔☆ بکری کا دودھ، کتیرا گوند کے ہمراہ پینے سے پھیپھڑوں کے زخم ٹھیک ہوتے ہیں۔☆ بکری کا دودھ پینے سے جسم کی جلد ملائم اور خوبصورت ہوجاتی ہے اور خاص طور پر عورتوں کیلئے یہ تو قدرتی تحفہ ہے

دودھ ایک لطیف اور زود ہضم غذا ہے اس میں پروٹین، چربی، کاربوہائیڈریٹس، یعنی نشاستہ دار غذا اور نمک سب اجزاء موجود ہوتے ہیں۔ دودھ کو مکھیوں اور گردوغبار سے محفوظ رکھنا چاہیے اسے کسی بو والی جگہ یا پھر مریض کے کمرے میں بالکل نہیں رکھنا چاہیے۔

بھینس کا دودھ: یہ دودھ مقوی بدن و باہ ہے، اسے جوش دے کر پینا بہتر ہوتا ہے۔☆ خون پیدا کرتا ہے۔☆ بواسیر کو فائدہ دیتا ہے بشرطیکہ اس میں چکڑی کی لکڑی کو جوش دے کر چھان کر جما کر دہی بنا کر مصری کے ساتھ کھائیں۔☆ نفاخ ہونے کے سبب ضعف معدہ کے مریضوں کو نقصان دیتا ہے، اس لیے کمزور ہاضمے والوں کو بھینس کے دودھ سے پرہیز کرنا چاہیے۔☆ دماغی کام کرنے والوں کیلئے بھی بھینس کا دودھ مفید نہیں ہوتا۔☆ بلغم پیدا کرتا ہے اس لیے اسے خاص طور پر بلغمی مزاج والے حضرات کو دودھ میں الائچی، چھوہارے یا سونٹھ ابال کر پینا چاہیے۔☆ اگر جانور کے تھنوں سے براہ راست دودھ پیا جائے تو وہ بہت ہی فائدہ مند ہوتا ہے۔☆ دودھ پینے کا وقت سوتے وقت کی بجائے شام پانچ چھ بجے یا پھر صبح کا ہے، کیونکہ سوتے وقت کا دودھ پینا پوری طرح ہضم نہیں ہوتا۔ اس کے ساتھ یہ احتیاط بھی ضروری ہے کہ اس کو بہت زیادہ جوش دے کر استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

گائے کا دودھ: زود ہضم ہے اور کثیر الغذا ہے۔☆ چہرے کا رنگ نکھارتا ہے اور سدے کھولتا ہے۔☆ دماغ کو طاقت دیتا ہے۔☆ نسیان، وسواس اور مالیخولیا میں مفید ہے۔☆ خفقان اور وہم کو دور کرتا ہے۔☆ مادہ تولید پیدا کرتا ہے اور مقوی قلب بھی ہے اور مولد خون ہے۔☆ بند چوٹوں میں گرم دودھ کا استعمال بے حد مفید ہے۔☆ گائے کے دودھ میں نمکیات کم مگر پنیر اور روغنی اجزاء زیادہ ہوتے ہیں۔☆ قد بڑھانے کے عمل میں جو پروٹین درکار ہوتے ہیں جس میں ایک کیمیائی مادہ لائی سین ہوتا ہے وہ گائے کے دودھ میں سب سے زیادہ پایا جاتا ہے اس کی مقدار دودھ کے اندر 7.61 فیصد ہوتی ہے۔☆ جن لوگوں کے پیشاب میں تیز بدبو ہوتی ہے دراصل ان کے جسم میں یورک ایسڈ کی مقدار بڑھی ہوتی ہے۔ گائے کا دودھ خاص طور پر اور باقی دودھ عام طور پر یورک ایسڈ جسم میں نہیں بننے دیتے۔☆ دماغی کام کرنے والوں کیلئے گائے کا دودھ آدھ کلو روزانہ استعمال کرنا بے حد مفید ہے۔☆ آنکھوں کی بینائی کو تیز کرتا ہے کیونکہ اس میں وٹامن اے اور ڈی زیادہ ہوتے ہیں۔☆ بادی، صفرا اور خون کے فساد کو دور کرتا ہے۔☆ گائے کا دودھ بھینس کے دودھ سے بہت بہتر ہوتا ہے کیونکہ گائے کے دودھ میں ایسی چیزوں کی مقدار اوسطاً زیادہ پائی جاتی ہے جو جسم میں جذب ہو کر اس میں چستی اور پھرتی پیدا کرتی ہے۔ گائے کے گھی میں آئیوڈین ہوتی ہے جو بھینس کے دودھ میں ابھی تک دریافت نہیں ہوئی۔☆ گرتے بالوں کو روکنے کیلئے گائے کا دودھ جوش دے کر ٹھنڈا کر کے پانچ منٹ تک سر پر مالش کرنے سے فائدہ ہوتا ہے، آدھ گھنٹے کے بعد سر کو صابن سے دھونا چاہیے۔☆ انسانی بال، ناخن، دانت اور آنکھوں کو بہتر حالت میں رکھنے کیلئے ضروری ہے کہ ایک گلاس روزانہ گائے کا دودھ استعمال کیا جائے۔

بکری کا دودھ: بکری کا دودھ لطافت والا اور چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔☆ بکری کا دودھ، کتیرا گوند کے ہمراہ پینے سے پھیپھڑوں کے زخم ٹھیک ہوتے ہیں۔☆ یہ دودھ گرم مزاج والوں کیلئے بے حد مفید ہے۔☆ بکری کا دودھ پینے سے جسم کی جلد ملائم اور خوبصورت ہوجاتی ہے اور خاص طور پر عورتوں کیلئے یہ تو قدرتی تحفہ ہے۔☆ چہرے کی چھائیوں اور مہاسوں کو دور کرنے کیلئے بکری کا دودھ بہت مفید ہے۔☆ اصلاح خون کیلئے بکری کا دودھ تمام جانوروں کے دودھ سے اول نمبر ہے۔☆ اس دودھ میں فولاد کی اچھی خاصی مقدار ہوتی ہے اور یہ دمہ کے مرض میں بالخصوص فائدہ دیتا ہے۔☆ پیٹ کی جملہ خرابیوں کو دور کرتا ہے☆ اسہال کو روکتا ہے۔☆ اگر گلے کی خرابی یا حلق میں ورم ہو تو دودھ کو تھوڑی دیر گلے میں روک کر پینا بے حد مفید ہے اس کے علاوہ تالو، زبان اور کوا کے ورم کو درست کرنے کا یہی طریقہ ہے۔☆ گرم گرم تازہ دودھ پیشاب کی رکاوٹ کو درست کرتا ہے۔ ☆ خون کی الٹیاں آنے کی صورت میں بکری کے دودھ کیساتھ صندل سرخ اور ملٹھی ملا کر پلانا مفید ہوتا ہے۔

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

گھریلو انسائیکلوپیڈیا

☆ پانی زیادہ سے زیادہ پینے کو معمول بنائیں خوبصورت نظر آئیں گے۔☆ صبح نہار منہ انڈے کی زردی دودھ میں خوب ملا کر پینے سے تین مہینے میں سیاہ رنگ سرخ و سپید ہو جائے گا۔☆ خراب کہنیوں اور ہاتھوں کے لئے زیتون کا تیل، عرق گلاب، گلیسرین، لیموں ملا کر اس کو ہاتھوں اور کہنیوں پر ملئے۔☆ سیب کو زیادہ دنوں تک تازہ رکھنے کے لئے انہیں الگ الگ رکھیں اور سیبوں پر ہلکا ہلکا کوکنگ آئل مل دیں۔☆ مچھلی کھانے کے بعد شہد مت کھائیں۔☆ پنیر گردہ معدہ اور آنتوں کو طاقت بخشتا ہے۔ دودھ پینے سے ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں۔☆ پیاز کھانے کے بعد دھنیا چبا لینے سے منہ کی بدبو جاتی رہتی ہے۔☆ مولی کھانے کے بعد تھوڑا سا گڑ ضرور کھائیں۔☆ ان چھنا آٹا کھانے کیلئے بیحد مفید ہے۔ یہ آسانی سے ہضم ہو جاتا ہے۔☆ کھانا ہمیشہ آہستہ آہستہ اور اچھی طرح چبا چبا کر کھائیں تا کہ کھانا ہضم ہونے میں زیادہ آسانی ہو۔☆ کھانا کھانے کے بعد اچھی طرح سے کلی کر لینے سے دانتوں کے امراض پیدا نہیں ہوتے۔

☆ غصے کی حالت میں کھانے پینے سے پرہیز کریں کیونکہ غصہ کی حالت میں معدہ ٹھیک طرح سے کام نہیں کرتا۔

☆ ورم گردہ میں کلونجی کا ساگ بہت مفید ہوتا ہے۔☆ برف کھانے سے دانت کمزور اور حساس ہو جاتے ہیں۔

☆ فریزر کے اندر ویکس پیپر اگر بچھا دیں تو برف کی ٹرے آسان سے نکل آئے گی۔☆ آلو کاٹ کر رکھنے ہوں تو انہیں نمک ملے پانی میں ڈبو کر رکھ دیں۔ آلو کالے نہیں ہوں گے۔

☆ کھانے میں زیرے سونف اور الائچی کا استعمال کھانے کو زود ہضم بنا تا ہے۔☆ آنکھوں میں روزانہ سرمہ ڈالنے سے آنکھیں نہ صرف خوبصورت لگتی ہیں بلکہ ان کی بینائی بھی تیز ہوتی ہے۔☆ گاجر کھانے سے صالح خون پیدا ہوتا ہے۔

☆ لیموں کا رس نکال کر برف کے خانے میں جما دیں۔ جب ضرورت پڑے نکال کر استعمال کریں۔ **(اقتباس فائل 1)**

محمد طیب‘ لاہور

کم خرچ بالانشین خوش ذائقہ مفید قہوہ

اکتوبر میں رونما ہونے والے تغیرات کا اندازہ خیابانوں گلستانوں سے بتدریج روپوش ہونے والے پھلوں سے ہوجاتا ہے اور یہ اس امر کی واضح علامت ہے کہ سردی کے اثرات نازک مزاج اور سبک طبع افراد کیلئے خصوصی احتیاط کا تقاضا کرتے ہیں۔

لیجئے موسم گرما رخصت ہوا اور ماحول حیات میں ایک نئی رت انگڑائیاں لینے لگی۔ موسم کے نت نئے روپ بدلنے والے حریم ناز میں سرمائی دریچے کھل گئے اور حضرت انسان کا احساس جو ستمبر میں بیک وقت حدت و برودت کے پراسرار جھولے میں غیر متوازن جھکورے کھا رہا تھا۔ ہلکی ہلکی خنک ہواؤں کے جھونکوں سے بیدار ہوگیا اور سرمائی عروس کے باوقار جلوؤں کے استقبال میں مصروف ہوگیا۔

یوں تو دوسرے تمام مہینوں کی طرح اکتوبر کا مہینہ بھی چند مخصوص احتیاطی لوازم کا متقاضی ہے لیکن اس مہینے میں گرمی وسردی کے واضح اتصال سے جو بانکپن اور البیلا پن پیدا ہوتا ہے اس کی مثال سوائے اپریل کے سال بھر کے دوسرے تمام مہینوں میں ناپید ہے۔ ایک عجیب سا سرور و انبساط جسم کے ایک ایک رونگٹے میں انگڑائیاں لینے لگتا ہے‘ بدن ایک انجانا سا حیاتی تغیر محسوس کرنے لگتا ہے اور ہر ذی روح اپنے قواءِ صحت میں ایک نمایاں تبدیلی کے ظہور پذیر ہونے کے باعث مستعد اور ہشاش بشاش دکھائی دینے لگتا ہے‘ صبح وشام کی خنک فضاؤں کے اثرات کے باوجود لیل ونہار کے درمیانی وقفوں میں ہر آدمی اپنی طبیعت میں فعالیت‘ چستی‘ فرحت اور شبابیت محسوس کرتا ہے۔ نظام صحت سے رخصت ہونے والے ہلکے گرم لمس کے ساتھ ساتھ وارفتہ انداز میں میسر آنے والے خنک موسمی لمس کا ایک ہی وقت میں احساس وادراک‘ ذہن واحساس میں ایک عجیب اور لذت پرور چاؤ اور سمساہٹ پیدا کرا دیتا ہے اور یہ کیفیت کم وبیش وسط اکتوبر تک برقرار رہتی ہے تاکہ اولین سرمائی بدلیوں کا خیر مقدمی ترشح یا مضافات میں بے ساختہ پن سے ہونے والی بارش سے بھیگے ہوئے خنک ہواؤں کے جھونکے موسم سرما کی تشریف آوری کا باقاعدہ اعلان کردیتے ہیں۔

☆ اکتوبر کا مہینہ میدانی علاقوں میں لہراؤ اور کوہستانی علاقوں میں ٹھہراؤ کا موسم ہے۔

☆ اکتوبر میں نظام جسمانی کے تغیرات بڑے واضح اور تیز رفتار ہوتے ہیں۔

☆ اکتوبر میں غذائی اور ملبوساتی تبدیلیوں کا آغاز نہ صرف موسمی اعتبار سے بلکہ حفظ صحت کے نقطہ نظر سے لازمی اور ضروری ہے۔

☆ اکتوبر میں رونما ہونے والے تغیرات کا اندازہ خیابانوں گلستانوں سے بتدریج روپوش ہونے والے پھلوں سے ہوجاتا ہے اور یہ اس امر کی واضح علامت ہے کہ سردی کے اثرات نازک مزاج اور سبک طبع افراد کیلئے خصوصی احتیاط کا تقاضا کرتے ہیں۔

☆ اکتوبر کی خشک ساماں ہواؤں کا ابتدائی لمس جہاں بالغ‘ معمر افراد کیلئے کچھ دنوں کیلئے نشاط انگیز سا محسوس ہوتا ہے وہاں چھوٹے بچوں کیلئے خطرات کا غیر محسوس الارم ہے۔

☆ اکتوبر ہی وہ مہینہ ہے جس میں بڑوں کو بالعموم نزلہ وزکام کے عارضے اچانک دبوچتے ہیں اور بچوں کو خشک کھانسی‘ کن پیڑے‘ نمونیہ اور بخار ایسے عارضے گھیر لیتے ہیں۔

☆ اکتوبر ہی وہ مہینہ ہے جس میں اگر بارش نہ ہو تو خشک سردی کے جھونکے چھوٹے بچوں کیلئے نومبر اور دسمبر سے بھی زیادہ خطرناک ثابت ہوسکتے ہیں۔

بچوں کے متوقع عوارض اور ان کا علاج

اس مہینے چھوٹے بچوں کو کن پیڑے‘ بخار‘ خشک کھانسی اور نمونیہ وغیرہ کے خدشات لاحق ہوتے ہیں۔ دراصل ہر بدلتے ہوئے موسم میں بالغ اور معمر افراد لاشعوری طور پر بچوں کی صحت کو بھی اپنی قوت برداشت پر قیاس کرلیتے ہیں جس کا نتیجہ بچوں کے حق میں انجام کار تشویشناک ظاہر ہوتا ہے۔

اس مہینے (بالخصوص نصف آخر کے دنوں میں) بچوں کو حتیٰ الوسع مرطوب ہوا سے محفوظ رکھیں اور موسم کے لحاظ سے ان کے لباس میں مناسب تبدیلی کردیں‘ بچہ تندرست بھی ہو تو اسے احتیاطاً سہاگہ شگفتہ 6 ماشہ‘ شہد خالص 5 تولہ میں ملا کر دن میں تین بار‘ چار چار رتی کی مقدار میں چٹائیں اس احتیاطی تدبیر سے آپ کا بچہ بفضل تعالیٰ پیش آئند اور موسم سرما کے متوقع عوارض سے محفوظ رہے گا۔

کن پیڑے: اگر بچے کے کن پیڑے نمودار ہوں (جس میں لازمی طور پر بخار ہوجایا کرتے ہیں) کر بخوہ اور آرد ملٹھی ہم وزن لے کر کسی شیشی میں محفوظ کرلیں اور ضرورت پڑنے پر دن میں چار مرتبہ چار رتی سے ایک ماشہ تک کی خوراک مناسب بدرقہ کے ساتھ دیں۔ انشاء اللہ العزیز صحت کامل ہوگی۔

کالی کھانسی: اگر خدانخواستہ کالی کھانسی کی شکایت رونما ہو تو کاکڑا سنگی‘ شکر تیغال یہ دو اشیاء ہم وزن لے کر بقدر ایک ماشہ‘ ایک تولہ شہد میں ملا کر دن میں چار مرتبہ چٹائیں‘ انشاء اللہ کالی کھانسی سے نجات کلی حاصل ہوگی۔

نمونیہ: نمونیہ کی صورت میں قیروطی بچہ کیلئے بے حد مفید ہے۔ مغز کلی گاؤ پانچ تولہ‘ زعفران تین ماشہ‘ جائفل تین عدد۔ زعفران اور جائفل کو یکجا کرکے باریک کرلیں۔ پھر مغز کلی گاؤ کو اس قدر دھیمی آنچ پر رکھیں کہ سب کی سب تیل کی مانند ہوجائے جو چھچھڑا سا نمودار ہوا سے نکال کر پھینک دیں۔ آگ پر سے اتار کر یہ پاؤڈر گرم گرم تیل میں ڈالیں۔ سرد ہونے پر خوب کھرل کریں اور بوقت ضرورت بچہ کی چھاتی پر ملیں۔ اگر خدانخواستہ یہ عارضہ بڑوں کو لاحق ہوجائے تو اس میں ذیل کا قہوہ کا اضافہ کردیں خاطر خواہ طور پر مفید ثابت ہوگا۔

قہوہ: دارچینی تین ماشہ‘ الائچی سبز تین ماشہ‘ سبز چائے تین ماشہ‘ بادیاں خطائی تین ماشہ۔ تین پاؤ کھولتے ہوئے پانی میں ڈال کر چند منٹ تک ڈھانپے رکھیں اور قدرے چینی ڈال کر ایک چوتھائی کپ دن میں تین چار بار دیں۔ کم خرچ اور

حضرت آدم علیہ السلام کی اپنے بیٹے کیلئے وصیت

حضرت آدم علیہ السلام نے اپنے صاحبزادے حضرت شیث علیہ السلام کو پانچ باتوں کی وصیت فرمائی‘ نیز فرمایا: تم اپنی اولاد کو بھی اسکی وصیت کردینا۔ دنیا اور اس کی زندگی پر کبھی مطمئن نہ ہونا‘ میرا جنت پر مطمئن ہونا اللہ کو پسند نہ آیا بالآخر مجھے وہاں سے نکلنا پڑا۔ عورتوں کی خواہشات پر کبھی عمل نہ کرنا۔ میں نے اپنی بیوی کی خواہش پر جنت کا منع کیا ہوا درخت کا پھل کھالیا جس پر مجھے ندامت اور شرمندگی ہوئی۔ کام کرنے سے پہلے اس کے انجام پر اچھی طرح غور کرلو۔ اگر میں ایسا کرتا تو جنت میں شرمندگی نہ ہوتی۔ جس کام سے دل میں کھٹک پیدا ہو اس کو نہ کرو۔ جنت کا پھل کھاتے ہوئے میرے دل میں کھٹک پیدا ہوئی لیکن میں نے اس کی پرواہ نہ کی۔ ہر کام سے پہلے صاحب رائے

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ

حقیقی تواضع اپنے کو کچھ نہ سمجھنا ہے

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

وہ فرماتے تھے کہ اپنے آپ کو کچھ نہ کہنا اور حقیر وفقیر کہنا تو بہت آسان ہے' اپنے آپ کو کچھ نہ سمجھنا بہت مشکل ہے اور تواضع یہ ہے کہ اپنے آپ کو کچھ نہ سمجھے' حقیر وفقیر سمجھے۔

اپنے آپ کو کچھ نہ سمجھنا' دیکھنا ہو تو میرے حضرت والا (مفکر اسلام حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندوی رحمۃ اللہ علیہ) کی خدمت میں کچھ روز رہنے کے بعد کھلی آنکھوں کچھ نہ سمجھنے کا منظر دیکھا جاسکتا تھا' بارہا دیکھا کہ لوگ اپنے بچوں کو لے کر آتے' از راہ عقیدت حضرت والا سے اپنے بچوں کے سر پر ہاتھ رکھنے کی درخواست کرتے تو حضرت اپنے ہاتھوں کو کھینچتے تھے' یہ ہاتھ برکت کیلئے رکھوانے کیلئے کہہ رہے ہیں اور حضرت اپنے آپ کو صاحب برکت نہیں سمجھتے تھے لوگ اصرار کرتے تو بہت جھجکتے ہوئے دل شکنی کے خوف سے بچوں یا بڑوں کے سر پر ہاتھ رکھ دیتے تھے اور کچھ آہستہ کلمات فرماتے' اس حقیر کو خیال ہوا شاید بچوں یا بڑوں کے سر پر ہاتھ رکھنے کی کوئی ماثورہ دعا ہوگی جو حضرت پڑھتے تھے' دل میں کئی بار تقاضا ہوا کہ حضرت والا سے معلوم کروں کہ آپ کیا دعا بچوں کے سر پر ہاتھ رکھتے ہوئے پڑھتے ہیں مگر ہمت نہ ہوئی ایک مرتبہ یہ حقیر رائے بریلی تکیہ شاہ علم اللہ میں حاضر تھا' جمعہ کا دن تھا' رائے بریلی کے حضرت کے ایک بہت عقیدت مند خادم خاں صاحب اپنے دو بچوں کو لے کر خدمت عالیہ میں حاضر ہوئے' حضرت تکیہ لگائے تشریف فرما تھے' خاں صاحب آئے' سلام ومصافحہ ہوا' بچوں نے بھی سلام ومصافحہ کیا' خاں صاحب نے درخواست کی کہ بچوں کے سر پر دست شفقت رکھ دیں' حضرت والا نے ہاتھ پیچھے کھینچے' خاں صاحب نے اصرار کیا اور بچے کو آگے بڑھایا یہ حقیر حضرت کے بالکل قریب لگا کہ آج بغور اس دعا کو ضرور سنے گا جو حضرت والا بچوں کے سر پر ہاتھ رکھتے ہوئے پڑھتے ہیں' خاں صاحب کے اصرار پر حضرت نے دل شکنی کے خوف سے جھجکتے ہوئے ان دونوں بچوں کے سروں پر ہاتھ رکھا اور فرمایا اللہ تعالیٰ ان معصوم بچوں کے سر کی برکت سے میرے ہاتھوں کو دوزخ کی آگ سے محفوظ فرما۔ یہ حقیر آج تک سوچتا ہے کہ جن کے رتبے ہیں سوا ان کی سوا مشکل ہے۔

(جو اللہ کیلئے تواضع اختیار کرے اللہ اسے سربلند کردیتا ہے) کا فرمان کتنا سچا ہے' یہ سید العرب والعجم کا رتبہ پانے والا بین الاقوامی امت کا سردار اپنی ذات کی فنا کے کس مقام پر پہنچا ہوا ہے' میرے حضرت والا اکثر متوسلین کو خطوط میں تحریر فرمایا کرتے تھے کہ اپنی ذات کی نفی تمام کمالات کا زینہ ہے اور اس زینہ سے حضرت والا نے عنداللہ مقبولیت اور محبوبیت کے اس مقام تک رسائی کی تھی' کئی بار سنا حضرت فرماتے تھے کہ اگر کسی آدمی نے کوئی ادنیٰ خدمت اختیار کی' کسی کے جوتے اٹھائے' کسی اجتماع یا جماعت میں برتن دھونے یا استنجے وغیرہ صاف کرنے کی خدمت کی اور اس کے دل میں یہ گمان رہا کہ میں نے اپنے معیار سے بہت کم درجہ کا کام کیا تو یہ خدمت اس میں تواضع کے بجائے کبر پیدا کرے گی اور اگر کسی کے جوتے سیدھے کیے یا کوئی ادنیٰ خدمت کرکے یہ خیال آیا کہ مجھے اس خدمت کا شرف ملا تو یہ خدمت اس کیلئے نفی اور تواضع پیدا کرنے والی ہے۔ حضرت والا کے بچوں کے سروں پر ہاتھ رکھتے ہوئے اس جملہ کو سن کر مجھے حضرت شیخ الحدیث کے ایک خط کا وہ جملہ یاد آیا جو انہوں نے ایک ندوی نوجوان فاضل کو ان کے خط کے جواب میں لکھا تھا جس میں ندوی فاضل نے حضرت مولانا نوراللہ مرقدہ کی خدمت میں عرب میں ملازمت لگوانے کے لالچ میں وقت گزارا تھا اور جب یہ مطلب حاصل ہوتا نہیں دکھا تو حضرت کے یہاں سے جاکر حضرت کی خدمت میں کچھ بے ادبی کی' جس کی وجہ سے ان پر حالات آئے اب وہ کیا کریں؟ اس کیلئے حضرت شیخ الحدیث سے مشورہ چاہا تھا حضرت شیخ نے اس کے جواب میں لکھا تم بڑے خوش قسمت ہو کہ تم نے گستاخی کی تو علی میاں کے ساتھ کی جو عفو ودرگزر کا پہاڑ ہیں اور تواضع جن کے در کی لونڈی ہے۔ میرے حضرت فرماتے تھے کہ اپنے آپ کو فقیر لکھنے والے کو کوئی کہے کہ جناب حقیر وفقیر ادھر آیئے تو کیا حال ہوتا ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ ہم اپنے کو کچھ نہیں کہنے کے ماہر ہیں اور کچھ نہ سمجھنا ہمارے اندر نہیں ہے' کاش! اس کچھ نہ سمجھنے کا عشر عشیر حضرت والا کی جوتیوں کے صدقہ میں اس ناکارہ کو بھی نصیب ہوجائے۔

(بقیہ: ڈیپریشن! انسان کا دشمن ہے)

''یَاقَدِیْرُ یَاوَھَّابُ یَاوَدُوْدُ'' ایک تسبیح صبح وشام اول وآخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھ کر پانی دم کرکے پئیں یا پلائیں۔ اکیس دن تک متواتر ایسا کرنے سے انشاءاللہ ڈپریشن ختم ہوجائیگا۔ آپ کو چاہئے کہ اپنے آس پاس نظر رکھیں کہ ایک شخص جو محفلوں کی جان تھا ہر کام میں پیش پیش تھا زندگی میں ثابت قدمی سے آگے بڑھ رہا تھا۔ وہ اچانک منظر سے غائب ہوگیا ہے۔ آپ سے ملنے سے کترانے لگا ہے۔ فون پر بات بھی نہیں کرتا۔ ملنے بھی نہیں آتا۔ اس کی روز مرہ دلچسپیاں اور کام کم یا ختم ہوگئے ہیں تو وہ ڈپریشن کا شکار ہے۔

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

پہلی مرتبہ درس میں آگیا۔ بس پھر میری قسمت کی کایا پلٹ گئی' صرف دو ماہ مسلسل درس پر آیا اور درس کے آخر پر اسم اعظم کی دعا میں رو رو کر اللہ سے مانگا۔ پھر مجھے ایک بہت اچھی فیکٹری میں نوکری مل گئی' جس کی مجھے امید بھی نہ تھی' اب میں پانچ وقت کا نمازی ہوں' میرے گھر میں بہت سکون ہے' میں گناہوں کی زندگی سے مسلسل دور ہو رہا ہوں۔ میرے بچے اب دوبارہ سکول جانا شروع ہوگئے ہیں۔ **(محمد شعیب' لاہور)**

(بقیہ: آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی زندگی ہمارے لیے نمونہ)

کھانا کھانا: چلتے پھرتے پیٹ بڑھنا انسان کا نہیں جانوروں کا شیوہ ہے جو لوگ کھانا سکون سے نہیں کھاتے کھڑے ہوکر کھاتے ہیں ایک طرف تو سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی خلاف ورزی کرتے ہیں' دوسری طرف بیماریوں کو دعوت دیتے ہیں' بعض لوگ تو کھانا بغیر ہاتھ دھوئے کھاتے ہیں اور فوڈ پوائزن کا شکار ہوجاتے ہیں وہ کھانا ان کیلئے زہر ثابت ہوتا ہے۔ کھانا ہمیشہ بیٹھ کر دستر خوان لگا کر حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے طریقے پر کھایا جائے۔ کھانا کھانے کا سنت طریقہ یہ ہے بائیں ٹانگ و پاؤں کو بچھا کر اپنی سرین' کولہے اس پاؤں پر رکھ کر بیٹھیں اور داہنی ٹانگ اٹھا کر رکھیں' کھانے کی دعا پڑھیں اور پانی کا استعمال شروع میں جتنا کریں اتنا بہتر' درمیان میں ضرورت ہو تو پئیں اور آخر میں بالکل بھی استعمال نہ کریں۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

نے وقت گزارنے کیلئے عبقری میگزین پڑھنا شروع کردیا' بس جوں جوں پڑھتی گئی میرا اندر بدلتا گیا' پھر میں نے باقاعدگی سے عبقری رسالہ پڑھنا شروع کردیا' درس روحانیت نے میرا اٹھنا بیٹھنا' سونا جاگنا بدل دیا۔ اس سب کے باوجود بھی مجھے سکون نہیں آرہا تھا' پھر میں نے روحانی محفل دل کے سکون کیلئے کرنا شروع کی۔ ابھی میں نے صرف تین ماہ ہی کی تھی کہ مجھے واضح طور پر دلی سکون محسوس ہوا۔ اب میں نے فلموں' گانوں' ڈراموں سے توبہ کرلی ہے اور ہر وقت ذکر الٰہی کرتی ہوں۔ اس روحانی محفل کی وجہ سے میں رات کو سکون سے سوتی ہوں اور میری تمام پریشانیاں بھی دور ہوتی جارہی ہیں۔ **(وجیہہ' لاہور)**

فالج سے شفاء

شیخ ابن قتیبہ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے ایک جماعت کے ساتھ حج کیا' اس جماعت میں ایک شخص تھا جسے فالج تھا۔ میں نے اسے صحیح سالم بیت اللہ کا طواف کرتے ہوئے دیکھا تو میں نے اس سے صحت کا سبب پوچھا؟ کہنے لگا کہ میں زمزم کے کنویں پر آیا' میرے پاس دوات تھا میں نے ایک برتن پر بسم اللہ اور سورۂ حشر کی آخری تین آیات اور سورۂ اسراء کی آخری آیت لکھی اور یہ کہا کہ اے اللہ! آپ کے نبی صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا کہ ماء زمزم جس مقصد کیلئے پیا جائے مفید ہے اور قرآن آپ کا کلام ہے' مجھے شفاء عطا فرمادے' میں نے اس برتن میں زمزم کو ملا کر پی لیا' الحمدللہ بغیر کسی دوا اور معالج کے اللہ تعالیٰ نے مجھے شفاء عطا فرمادی۔ **(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ)**

جھوٹے عامل نے زندگی اجیرن کردی

محمد شریف' کراچی

میں نے استاد کو سب معاملہ بتایا تو وہ بھونڈی ہنسی ہنسنے لگا میں سمجھ گیا کہ استاد نے مجھے مروا دیا ہے میری زندگی پریشانیوں کی نظر ہونے لگی ہر وقت محسوس ہوتا کہ میرے ساتھ کوئی ہے ٹھک ٹھک برابر جاری تھی' دیوار' الماری' کچن' برتن یہاں تک کہ ہر چیز سے آواز آتی تھی۔

اللہ تبارک وتعالیٰ کی طرف سے آزمائش سب پر آتی ہے جب انسان کسی مصیبت گرفتار ہوتا ہے یا بیروزگاری سے دوچار ہوتا ہے تو آج کل بجائے اللہ تبارک و تعالیٰ کی طرف رجوع کرنے کے انسان عاملوں اور تعویذ گنڈوں کی طرف متوجہ ہوتا ہے' عامل حضرات خوب دل کھول کر اس شخص کو بیوقوف بناتے ہیں۔ میں ایک شخص کا قصہ اسی کی زبانی آپ کو بتاتا ہوں۔

میری کمر بیروزگاری نے توڑ کر رکھ دی تھی جس کام میں ہاتھ ڈالتا' الٹا ہو جاتا گھر کے حالات اتنے خراب تھے کہ مہینوں گوشت نصیب نہیں ہوتا تھا جیب میں ایک پھوٹی کوڑی نہیں ہوتی تھی' ایسے میں ایک عامل سے ملاقات ہوئی اس کی باتوں سے متاثر ہو کر میں نے اس کو اپنا استاد بنالیا۔

اس نے سب سے پہلے مجھے حاضرات کرنا سکھایا پھر ایک دن مجھ سے بولے کہ آپ ہمزاد کا عمل کرلو اپنی زندگی میں بادشاہ بن جاؤ گے' بیروزگاری غائب ہو جائیگی نوٹوں میں کھیلو گے' میں استاد کی جادوئی باتوں میں آ گیا' استاد کے کہنے کے مطابق پرہیز صرف دودھ اور چاول کھانا تھے چارپائی کے اوپر بیٹھ کر عمل کرنا تھا اور چارپائی کے نیچے چار تعویذ رکھنے تھے' بہرحال میں نے بغیر سوچے سمجھے عمل شروع کر دیا' یہ عمل میں نے اپنے گھر کے ایک کمرے میں شروع کیا۔ دوسرے دن پڑھتے پڑھتے میں نے اپنے دائیں طرف دیکھا تو دل دھک سے رہ گیا ایک پتلی دبلی عورت ناک پر انگلی رکھے مجھے گھور رہی تھی پھر اچانک عورت غائب ہو گئی' میں عمل برابر پڑھتا رہا استاد نے پہلے ہی کہہ دیا تھا کہ خوفزدہ نہ ہونا میں تمہاری حفاظت کروں گا بس اسی وجہ سے میرا دل مضبوط ہو گیا۔

چوتھے دن میری دیوار کے ساتھ ایک ستار لگا تھا جو کہ خود بخود بج رہا تھا' سامنے کی دیوار پر ایک دو فٹ موٹا چہرہ نمودار ہوا اور پھر اچانک ہی بھیانک انداز میں قہقہہ لگانے لگا پھر پورے کمرے کی چھت ڈھول کی آواز سے زور زور سے گونجنے لگی مگر میں خوفزدہ نہیں ہوا۔

اس سے اگلے دن میں اپنے استاد کے پاس گیا' استاد مجھ سے ملا اور اٹھ کر اپنے گھر کے اندر گیا اور وہاں سے کھیر' شیرمال اور زردہ وغیرہ لے آیا پھر بولا لے کھا......! میں نے کہا کہ میرا پرہیز چل رہا ہے' مگر وہ نہ مانا اور برابر ضد کرنے لگا پھر بولا ابے بھوکا مرجائے گا' کھالے تیرے عمل کو کوئی نقصان نہ ہوگا' مگر میں برابر انکار کرتا رہا۔ مگر استاد کو نہ معلوم کیا ضد ہو گئی تھی کہ آنکھیں لال پیلی کر کے بولا کہ استاد کا کہنا نہیں مانے گا' پرہیز توڑ دے' آخر مجبور ہو کر میں نے پرہیز توڑ دیا بس پھر کیا تھا میرا عمل جاری رکھنا محال ہو گیا' مجھے اتنی شدت کی بھوک لگنے لگی کہ میں اپنا پرہیز بھول گیا' تمام رات چھت پر ڈھول بجتے رہے' ستار بجتا رہا بلکہ اب تو دن میں جہاں بھی جاتا تو ہمزاد میرے ساتھ ہوتا۔

استاد کی شرارت نے زندگی تباہ کردی

میری زندگی اجیرن ہونے لگی میں نے استاد کو سب معاملہ بتایا تو وہ بھونڈی ہنسی ہنسنے لگا میں سمجھ گیا کہ استاد نے مجھے مروا دیا ہے میری زندگی پریشانیوں کی نظر ہونے لگی ہر وقت محسوس ہوتا کہ میرے ساتھ کوئی ہے ٹھک ٹھک برابر جاری تھی' دیوار' الماری' کچن' برتن یہاں تک کہ ہر چیز سے آواز آتی تھی۔

میں نے استاد سے کہا میری جان چھڑانے کی کوئی ترکیب بتاؤ مگر اس عامل سے بھی کچھ نہ ہوا۔ میں روز اللہ سے دعا کرتا کہ اے اللہ اس بلا سے میرا پیچھا چھڑا دے اس تکلیف اور پریشانی میں تقریباً چار یا پانچ سال گزر گئے۔

پھر ایک دن میں ایک بزرگ کے مزار پر بیٹھا اور دل ہی دل میں کہہ رہا تھا کہ اے اللہ! یہ تیرے ولی ہیں ان کے وسیلے سے میری جان چھڑا۔ میں دل ہی دل میں آنکھیں بند کر کے دعا مانگ رہا تھا کہ اچانک مجھ پر غفلت سی طاری ہو گئی میں نے دیکھا کہ ایک بزرگ نے میری طرف اپنا ہاتھ بڑھایا اور بولے لو ہم نے پکڑ لیا یہ کہہ کر انہوں نے مٹھی بند کر لی۔ بس اسی دن سے چھت دیواریں بلکہ ہر چیز بجنا بند ہو گئی اور میں پرسکون ہو گیا۔

اس کے بعد میں نے عملیات سے توبہ کر لی' اللہ ان بزرگ کی قبر پر اپنی رحمتیں نازل کرے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید ورسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

اس باب میں جو عنوان ہے وہ ہے "صوفیاء کے اقوال" پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے آج سے گیارہ سو سال پہلے کے صوفیاء اور اولیاء کے اقوال اکٹھے کیے ہیں اور ان کو نقل کیا ہے۔

محمد بن فضل بلخی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں: علم کی تین قسمیں ہیں ایک وہ جو اللہ جل شانہٗ کی طرف سے عطا ہو' دوسرا وہ علم جو اللہ جل شانہٗ کی معیت میں حاصل ہو اور تیسرا وہ علم جو اللہ جل شانہٗ کی صفات سے متعلق ہو۔ پہلا علم وہ جو خود اللہ جل شانہٗ بندے کو اپنی رحمت سے عطا کرے اور بندہ کو خاص توفیق نصیب کرے اس علم کو وہبی علم بھی کہتے ہیں۔ دوسرا علم وہ جو شریعت کی صورت میں اللہ کا قرب اور معرفت نصیب کرتا ہے اور زندگی کی راہیں اللہ کی مرضی کے مطابق گزارنے کا ڈھنگ سکھاتا ہے۔ تیسرا وہ علم جو اللہ رب العزت کی صفات وکمالات' کائنات کے مظاہر قدرت کی حقیقت' اولیاء کے درجات ومقامات کو بندے پر کھولتا ہے لہٰذا معرفت الٰہی شریعت کو قبول کیے بغیر اور شریعت پر عمل کیے بغیر حاصل نہیں ہو سکتی۔ ابوعلی ثقفی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ علم جہالت کی موت ہے اور کفر کے اندھیرے سے بچ کر ایمان کی آنکھ کا روشن ہونا ہے۔ جس شخص کو معرفت الٰہی کا علم حاصل نہیں اس کا دل جہالت کی وجہ سے مردہ ہے اور جسے شریعت کا علم حاصل نہیں اس کا دل جہالت کی بیماری میں مبتلا ہے پس کہ کفار کا دل مردہ ہے کہ وہ اللہ جل شانہٗ کی ذات و صفات سے جاہل ہیں اور اہل غفلت کا دل بیمار ہے کہ وہ اس کے احکامات سے بے خبر ہیں۔ ابوبکر وراق ترمذی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں جو شخص علم کلام کی وجہ سے محض توحید الٰہی کی عبارت پر اکتفا کرتا ہے اور منع کی ہوئی چیزوں سے تقویٰ اختیار نہیں کرتا وہ بے دین ہے اور جو شخص محض علم فقہ وشریعت پر بغیر پرہیزگاری کے اکتفا کرتا ہے وہ فاسق ہو جاتا ہے یعنی شریعت کے علم کو صرف علم تک محدود رکھتا ہے اور اس پر عمل نہیں کرتا۔ اس سے مراد یہ ہے کہ بغیر علم ومجاہدہ وکوشش صرف محض توفیق الٰہی سے ہے۔ موا حد حقیقی کا حق یہ ہے کہ اس کا قول جبری ہو یعنی وہ کہے کہ انسان وہی کر سکتا ہے جو اس کیلئے مقدر ہو چکا ہے اور فعل میں قدری ہو یعنی اپنی حد تک انسان مکمل کوشش کرے اور اس کا فعل عمل وجبر کے درمیان ہو یعنی توفیق الٰہی اور کوشش کے مابین ہو۔ جو شخص علم توحید سے بلا عمل یعنی بغیر عمل کے صرف اس کی ظاہری عبارت پر اکتفا کرتا ہے اور گناہوں سے نہیں بچتا وہ ضرور بے دین ہو جاتا ہے۔

صرف مردوں کیلئے

سالہا سال سے لوگ ہمارے ادارے سے دواؤں کے ذریعے شفایاب ہورہے ہیں مریضوں کے اعتماد پر ادارہ جو اپنی پیٹنٹ ادویات تھیں ان کو منظر عام پر لے آیا۔ ان خاص دواؤں میں ایک ریسرچ کرنٹ مالش بھی ہے۔ یہ کرنٹ مالش حکیم صاحب کی عرصہ دراز کی معالجاتی تجربات کا نچوڑ ہے۔ شادی سے انکار میری مجبوری ہے: اس موضوع پر کئی خط آئے، کئی مریضوں نے آکر حالات بتائے، ہر خط، ہر مریض ایک دوسرے سے زیادہ دکھی اور شرمندہ تھا۔ جن کا نچوڑ یہی تھا کہ انسان زندگی میں کس قدر بے بس ہوجاتا ہے۔ اس کا احساس اسے اس وقت ہوتا ہے کہ نہ وہ کسی سے بات کرسکتا ہے نہ وہ کسی کی بات مان سکتا ہے۔ بچپن کی غلط کاریاں، فحش فلمیں، غلط دوستوں کی محافل کی وجہ سے دیگر برائیوں میں گرتا چلا جاتا ہے۔ اسے احساس اس وقت ہوتا ہے جب وہ اپنا سب کچھ کھو بیٹھتا ہے، احساس کمتری کا شکار ہوتا ہے اور جب گھر جائے تو گھر والوں کے پاس اس کی شادی کے موضوع کے علاوہ کوئی بات نہیں ہوتی جبکہ وہ اس قابل نہیں ہوتا۔ ایسے حالات زدہ مریضوں کو جب کرنٹ مالش کا استعمال کرایا گیا تو ان میں خوشگوار زندگی کی اک نئی لہر آئی، دو تین ڈراپر استعمال سے بالکل ٹھیک ہوگئے۔ خ یہ کرنٹ مالش رگ و پٹھوں کو تقویت دیکر تمام نقائص کو دور کرتی ہے۔ کثرت کی وجہ سے جو کمزوری ہوجاتی ہے ان تمام عوارضات کو ختم کر کے کرنٹ جیسی طاقت دیتی ہے۔ دوران مطلب، ایک صاحب تشریف لائے کہنے لگے عمر 45 سال ہے کالج میں پروفیسر ہوں، اتنی زیادہ عمر بھی نہیں ہے۔ کھانے پینے کی بھی کمی نہیں ہے لیکن عرصہ تین سال سے شہوت میں کمی ہوگئی ہے۔ جب حقوق زوجیت ادا کرنے لگتا ہوں۔ جذبات جوان ہوتے ہیں لیکن حق ادا نہیں کرپاتا۔ جب ان کو دو تین مہینے کرنٹ مالش اور ساتھ طاقتی گولیاں کچھ عرصہ استعمال کرائیں تو ان پر دوبارہ جوانی کی بہار آگئی کیوں نہ ہو؟ اس میں قیمتی روغنیات ڈالے گئے ہیں جو بوڑھوں کو جوان اور جوان کو طاقت ور بنادیتے ہیں۔ خاص بات! کیمیاوی ادویات، سپرے، پارے، چیونگم اور اس طرح کے خطرناک ادویات کا استعمال عضو خاص کی باریک شریانوں اور حساس حصے کو مردہ کردیتے ہیں۔ ایسی چیزوں سے عضو کی طبعی حس ختم ہوجاتی ہے اور اسی افسوسناک صورتحال میں کرنٹ مالش ہی عضو کی بے حسی کو دور کر کے حیرت انگیز قوت کا سبب بنتی ہے۔ پر کیف لمحات کو اپنی مرضی سے طویل کرنے کی صلاحیت پیدا کرتی ہے۔ مصنوعی نہیں قدرتی طاقت بخشتی ہے۔ خ بعض حضرات بہت جلدی کرتے ہیں کیونکہ مرض پرانا ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ جاتا ہے اس لیے تسلی سے تقریباً چند ڈراپر استعمال کریں۔ انشاءاللہ اس کا فائدہ دیرپا اور دائمی ہوگا۔ **(قیمت/500 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**

ہائی بلڈ پریشر کے مایوس مریضوں کیلئے کورس

معاشرے میں پائے جانے والے خطرناک مرض کا شافی علاج

مشینی اور ٹیکنالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظاہر سہولت، لیکن دراصل ایسے بھیانک عذاب میں مبتلا کردیا ہے جو زندگی کی تمام سہولتوں کے باوجود انسان کو عاجز کردیتا ہے۔ ان عاجز کردینے والی بیماریوں میں ہائی بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سر چکرانے، نیند نہ آنے اور وقت بے وقت ماحول سے پریشان ہوکر اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل پچھتاوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ میں بے بس ہوں کیا کروں ہائی بلڈ پریشر نے عاجز اور مجبور کردیا ہے روزانہ جب تک یہ ادویات نہ کھاؤں بلڈ پریشر کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کیلئے خوشخبری ہے کہ وہ اصلی اور قدرتی جڑی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور بلڈ پریشر سے انشاءاللہ تعالیٰ ہمیشہ کیلئے نجات پائیں۔ **(قیمت:-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**

عروسی سہاگ کورس

شادی سے پہلے اور بعد

صرف مردوں کیلئے

شادی تو خانہ آبادی ہوتی ہے۔ مائیں بچپن ہی سے بیٹے کی شادی کی آس لگائے ہر دکھ برداشت کرتی ہیں لیکن بیٹا، بجھا بجھا ماں کو جواب نہیں دیتا اور ہر تاریخ کے بعد نئی تاریخ بدلتی رہتی ہے کہ بیٹا اپنی کسی مصروفیت کا بہانہ بنا کر گھر والوں کو مزید اگلی تاریخ دے دیتا ہے۔ دراصل وہ اپنی زندگی کی بہاریں اندھیری راہوں میں لٹا کر اپنی شادی کی روشنیوں سے گھبراتا ہے۔ وہ نادانی میں وہ کرچکا ہوتا ہے جو اسے نہیں کرنا چاہیے۔ شادی کے بعد وہ کسی قابل نہیں سوائے ندامت، گھبراہٹ اور خودکشی کے خیالات کے، اس کے پاس کچھ بھی نہیں، اب شادی ہے، سارے گھر کی امیدیں اپنے جوان لعل پر ہیں اور جوان کی جوانی تو ہے لیکن جوانی کی موجیں نہیں، موتی نہیں صرف کیچڑ ہی کیچڑ ہے۔ اب یہ کہاں جائے، اشتہاری ادویات سے اس کا دل اُچاٹ ہوچکا ہے، بے شمار لوگوں کی داستانیں سن کر یہ ان ادویات سے مایوس ہوچکا ہے۔ اسے کسی بات پر بھروسہ نہیں رہا۔ کسی دوا پر اعتماد نہیں رہا یا پھر شادی کو بہت عرصہ ہوگیا، اولاد جوان ہوگئی اور خود بڑھاپے کی طرف مائل لیکن دل تو اٹھارہ سال کا جوان ہے وہ اب ٹینشن، جھگڑے سے روزانہ کا سامنا ہے تو ایسے تمام حضرات مایوس نہ ہوں، عروسی سہاگ کورس جو دراصل قدرتی لازوال جڑی بوٹیوں کے نچوڑ سے تیار شدہ بغیر کسی سائیڈ ایفیکٹ کے ہر عمر کا مرد استعمال کرسکتا ہے۔ کتنے جوان اور عمر رسیدہ ایسے تھے جو آس سے نکل کر یاس کی سرحدیں پار کرچکے ہیں۔ اندھیرا اور ناامیدی طے کرلی تھی کہ اب کچھ نہیں ہوسکتا یا عمر ایسے گزر جائے یا پھر اس کا علاج موت ہے۔ پس ایسے لوگ یوں تندرست اور توانا ہوئے کہ دوسروں کیلئے مثال بن گئے۔ آئیے ہم آپ کو جینے اور طاقت پانے کا گُر سکھائیں۔ کورس کو استعمال کرتے ہوئے اعتماد اور اطمینان لازم ہے۔ جلدی اور بے اعتمادی آپ کو تندرستی سے دور رکھے گی۔ کیونکہ سالہا سال سے کھوئی ہوئی قوتوں کو کچھ گھڑیاں، کچھ پل اور لمحے چاہئیں۔ اس کورس میں مسلسل تجربات کے بعد ایسے خالص، بے ضرر اور کسی سائیڈ ایفیکٹ سے پاک اجزاء ڈالے گئے ہیں جن کی پہلی خوراک جسم و جاں کیلئے راحت اور طاقت کا پیغام لے کر آئے گی۔ **(قیمت/5000 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**

جنات کا پیدائشی دوست (جلداول)

عبقری کا منفرد اور قارئین کا پسندیدہ ترین سلسلہ ’’جنات کا پیدائشی دوست‘‘ ایسے شخص کی حیرت انگیز اور دلچسپ آپ بیتی ہے جو پیدائش سے اب تک اولیاء اور صالحین جنات کے ساتھ ہیں جن کے شب وروز جنات کی دنیا میں گزرتے ہیں۔علامہ لاہوتی پراسراری نے اپنی اسرار میں لپٹی زندگی میں سے چند گوشے بے نقاب کیے ہیں جنہیں قارئین نے بے پناہ مقبولیت بخشی ہے۔اس کا اظہار روزانہ کے ملنے والے وہ بے شمار خطوط ہیں جن میں والہانہ پسندیدگی کا اظہار کیا جاتا ہے اور بے شمار لوگوں نے اس میں دیئے گئے آسان وظائف سے بہت زیادہ فیض پایا۔قارئین کے بے پناہ اصرار پر اس کو کتابی شکل میں شائع کیا گیا ہے لیکن عبقری کے تحقیقی معیار کو برقرار رکھتے ہوئے اس پراسرار آپ بیتی کو قرآن وحدیث کی روشنی میں اولیاء اللہؒ صالحین اور بزرگان دین کا جناتی اور لاہوتی دنیا سے تعلق اور حقیقت ثابت کی گئی ہے۔سائنس اور سائیکالوجی جناتی دنیا کے متعلق کیا حقائق بیان کرتی ہے؟اس کتاب میں پڑھنے کو ملے گا۔

اس منفرد اور اچھوتی کتاب میں کیا ہے؟ آیئے چند جھلکیاں ملاحظہ ہوں۔

☆’’کیا جنات واقعی ہیں؟ان کی اصل حقیقت کیا ہے؟‘‘قرآن وحدیث کی روشنی میں ایسے سوال کا جواب جو صدیوں سے موضوع بحث ہے۔

☆’’جنات کی خوراک کیا ہے اور ان کا قیام کہاں ہوتا ہے؟ جنات کی اقسام کتنی ہیں؟ اچھے اور بد جنات کو کس نام سے پکارا جاتا ہے؟‘‘ جنات کی زندگی سے دلچسپی رکھنے والوں کیلئے دلچسپ حقائق پڑھنا نہ بھولیں! ☆ جنات کی پیغمبر اسلام صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضری‘ صحابہؓ، تابعینؒ اور اولیاء کرامؒ سے انوکھی ملاقاتیں اور ان کے ساتھ میل جول کیسا تھا......؟ پڑھیں......اور پڑھتے ہی چلے جائیں......! ☆’’جنات مختلف شکلیں کیسے اختیار کرتے ہیں؟ ان کا لباس کیسا ہوتا ہے؟ کیا جنات انسانوں کی مدد بھی کرتے ہیں؟‘‘ جنات کے ہاتھوں پریشان یہ پڑھ کر چونک پڑیں گے۔☆’’جنات کی عمریں کتنی لمبی ہوتی ہیں؟ ان کی موت کیسی ہوتی ہے؟ ان کی تدفین کا طریقہ کار کیا ہے؟‘‘ یقیناً یہ دلچسپ اور حیرت انگیز معلومات آپ کو نئی دنیا میں لے جائیں گی۔☆’’کیا جنات کا انسانوں سے نکاح ہوتا ہے؟ کیا ایسا ممکن ہے؟‘‘ ایک ایسا مستند حوالوں کے ساتھ موضوع جو آپ کو نہ صرف چونکا دے گا بلکہ کائنات کے ایسے رازوں سے بھی متعارف کروائے گا جن سے آپ پہلے یقیناً ناواقف ہوں گے۔کائنات کے اسرار جاننے کے خواہشمند ضرور مطالعہ کریں۔☆ جنات کو چلّے اور وظائف کے ذریعے قابو میں کرنے والوں کی سچی حیران کن داستانیں جو کہ صرف قصے کہانیاں نہیں بلکہ حقائق پر مبنی ہیں۔جی ہاں! اس دور میں بھی ایسے لوگ موجود ہیں جن کو حیرت انگیز کمالات ملے ہیں۔☆ علامہ لاہوتی پراسراری......!!! ایک ایسی لاہوتی ملکوتی پرواز کی حامل شخصیت......جنہوں نے اسرار اور روحانیت میں لپٹی کائنات کے چند پردے ہٹائے اور لوگ چونک اٹھے اور دم بخود رہ گئے۔

☆ علامہ لاہوتی پراسراری کا صدیوں پرانے قبرستان میں رات کی تنہائی میں سورۂ اخلاص کا ایسا چلّہ جنہوں نے اس کائنات کے علاوہ ایک نئے جہان کی سیر کروادی۔وہ جہان کیسا تھا؟ وہاں کے بسنے والے کیسے تھے؟ وہ نہ جن تھے نہ انسان......!!! پھر کیا تھے؟ ایسی دنیا کا تذکرہ جو عالمین کے رب کی پہچان کروادے۔کیا قارئین اب بھی بے خبر رہیں گے؟ ☆ علامہ لاہوتی پراسراری کے ایسے اچھوتے منفرد‘ مفید لیکن نہایت آسان وظائف جو ان کو صحابی جنؓ اکابر اولیاء اور صدیوں پرانے جنات نے دیئے اور علامہ صاحب نے ایسے قیمتی راز عبقری کے قارئین کے لیے عام کردیئے۔مشکلات میں اٹکے اور دھنسے ہوئے مایوس لوگوں کیلئے امید کا ایسا جھونکا جو ان کو پریشانیوں کے جہنم سے عافیت کی جنت میں لے آئے۔☆ ایک چھوٹے سے لفظ کے نہایت حیرت انگیز کمالات جس نے شریر جنات کی دنیا میں ہلچل مچادی اور بڑے سے بڑے جادو اور جادوگر کو شکست دیدی۔وہ لفظ کیا ہے؟ آج ہی اس کتاب سے استفادہ کریں۔قارئین! یہ اس کتاب کی چند جھلکیاں ہیں بلاشبہ یہ حیرت انگیز اور انوکھی کتاب آپ کو رازوں کی انوکھی اور پراسرار دنیا سے متعارف کروائے گی اور نہ صرف آپ کیلئے خفیہ علوم کا خزانہ ثابت ہوگی بلکہ ناممکن مشکلات اور مسائل کے حل میں معاون ثابت ہوگی۔آج ہی آرڈر بک کروائیں۔ **(قیمت 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ)**





نوٹ: تمام رس ار و زبان میں ہیں۔



	تفصیل	قیمت
درس سیریز مکمل سیٹ	درس سیریز کے والیم 1 سے 12 اور والیم 14 پر مشتمل	500
درس سیریز والیم 1	2001 سے لیکر 2006 تک	40
درس سیریز والیم 2	2007ء	40
درس سیریز والیم 3	جنوری سے لیکر جون 2008ء تک	40
درس سیریز والیم 4	جولائی سے لیکر دسمبر 2008ء تک	40
درس سیریز والیم 5	2009ء	40
درس سیریز والیم 6	2010ء	40
درس سیریز والیم 7	جنوری 2011ء سے جون 2011ء	40
درس سیریز والیم 8	جولائی 2011ء سے دسمبر 2011ء	40
درس سیریز والیم 9	جنوری 2012ء سے جون 2012ء	40
درس سیریز والیم 10	روحانی کلاس 26 ستمبر 2010ء	40
درس سیریز والیم 11	رمضان المبارک 2009ء	40
درس سیریز والیم 12	دوسرے شہروں کے درس جون 2012ء	40
درس سیریز والیم 13	دعا کیسے مانگیں؟	40
درس سیریز والیم 14	رمضان المبارک 2012ء	40
جادو اور جنات والیم 1	2001ء سے لیکر جولائی 2012ء	40
جادو اور جنات سپیشل ایڈیشن	2001ء سے لیکر جولائی 2012ء	40

نام سی ڈیز	تفصیل	قیمت
اعمال شفاء والیم 1	2001ء لیکر جولائی 2009ء	40
اعمال شفاء والیم 2	14 جولائی 2009 سے لیکر جولائی 2012ء	40
ترتیب زندگی والیم 1	2001ء لیکر فروری 2007ء	40
ترتیب زندگی والیم 2	مارچ 2007ء سے مارچ 2010ء	40
ترتیب زندگی والیم 3	اپریل 2010ء سے جولائی 2012	40
فکر رسولؐ والیم 1	2001ء سے جولائی جولائی 2012	40
نفسیاتی الجھنیں والیم 1	2001 سے لیکر اپریل 2009ء	40
نفسیاتی الجھنیں والیم 2	مئی 2009ء لیکر جولائی 2012ء	40
مالی و معاشی الجھنیں والیم 1	2001ء سے لیکر فروری 2010ء	40
مالی و معاشی الجھنیں والیم 2	مارچ 2010ء سے لیکر جولائی 2012	40
خاندانی الجھنیں والیم 1	2001ء سے لیکر فروری 2010ء	40
روحانیت اور ولایت والیم 1	2001 سے لیکر فروری 2007ء	40
روحانیت اور ولایت والیم 2	مارچ 2007ء سے لیکر 8 جولائی 2008ء	40
روحانیت اور ولایت والیم 3	9 جولائی 2008ء سے لیکر اکتوبر 2010ء	40
روحانیت اور ولایت والیم 4	نومبر 2010ء سے لیکر جولائی 2012ء	40
رمضان المبارک سیریز	2011ء	40
رمضان المبارک سیریز	2009ء	40
رمضان المبارک سیریز	2010ء	40

عبقری کا پیغام **SMS** پر حاصل کرنے کیلئے
اپنے موبائل پر **FOLLOW UBQARI** لکھ کر **40404** پر میسج کریں۔ سبسکرپشن چارجز ایک روپیہ بعد میں بالکل فری............

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

77

ماہنامہ عبقری لاہور ®

نومبر 2012ء بمطابق ذی الحجہ، محرم الحرام 1433/1434 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 40 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ساتوں راتوں میں جنات و تعویذات سے چھٹکارہ
- خاتمہ بالخیر کی دعا سے شیطان کو پریشان کریں
- سارا سال رزق میں خیر و برکت کا آزمایا وظیفہ
- کئی سال پرانی بواسیر پندرہ روپے میں ٹھیک
- کینسر، بواسیر، دائمی نزلہ کیلئے گارنٹی شدہ علاج
- مرد و عورت کی خوشگوار ازدواجی زندگی کا راز
- امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ کی بخشش کس درود شریف سے
- گھٹنوں میں درد اور روحانی پھکی کا کمال
- مونگرے، مٹر اور گوبھی سے جان بنائیں
- نظر تین پوائنٹ سے زیرو پوائنٹ ہوگئی
- امرود پھل یا طاقت کا بے بہا خزانہ
- دس سالہ آزمودہ وظیفہ عبقری کیلیے

روحانی کلاس میں شرکت کریں

بہاولپور کلینک

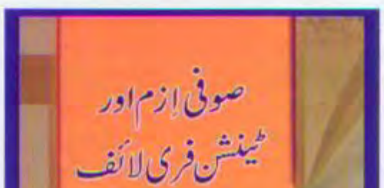
30 نومبر جمعہ، یکم دسمبر ہفتہ کلینک۔

اٹک کلینک

14، 15 دسمبر جمعہ اور ہفتہ اٹک کلینک

فیصل آباد کلینک

28، 29 دسمبر جمعہ، ہفتہ کلینک



ٹینشن سے فری لائف گزارنے کیلئے صوفیاء کی تعلیمات اور جدید تحقیقات کا بہترین سنگم
آج ہی عبقری کے دفتر سے طلب کریں اور ٹینشن فری لائف گزاریں

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں

facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	130/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
4	آزمودہ گھریلو معالج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو انگلش)	200/-
7	1947ء کے مظالم کی کہانی' خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بڑوں کی زندگی کے انگنت تجربات	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھلوں سے صحت وتندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش' نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج نبویؐ اور جدید سائنس	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے دس راز دان ٹانک	130/-
24	تعلیمات نبویؐ اور جدید سائنس	300/-
25	توبہ کے کمالات	200/-
26	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی پاکیزگی نبویؐ علاج واحتیاط اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جذبات اور خیالات کے روگ نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے انوکھے چشم دید واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-
36	جیل کا جہنم	120/-
37	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن وصحت کیلئے انمول ٹانک	200/-
39	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	225/-
40	حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ	250/-
41	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
42	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا طبی ونفسیاتی نچوڑ	250/-
45	خواتین کے حسن وجمال کے قیمتی راز	250/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دوانمول خزانے (اردو)	5/-
48	دوانمول خزانے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی سبزیاں دوا بھی غذا بھی' شفاء بھی	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت جادو اور وہم	225/-
54	روحانی پاکیزگی	250/-
55	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سدابہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-
62	شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول یادیں	120/-
63	شہد کے کمالات	120/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	130/-
69	شفاء بخش خیالات کی کرشمہ سازی نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاداب زندگی کے راز نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت بخش خوش ذائقہ خوراکیں اور سائنسی اصول	90/-
75	طب نبویؐ اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات ومشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غلطیوں کی اصلاح نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی ٹانک اور علاج نبویؐ	120/-
82	کامیاب شادی کے سترہ اصول نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کمالات اولیاء	150/-
84	کینسر کو شکست	140/-
85	کلونجی کے کرشمات	60/-
86	کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات (خاص نمبر)	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب عامل بنئے	250/-
89	کھنڈرات سے ملی خاندانی بیاض	2500/-
90	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	گھریلو طبی الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	250/-
92	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گلوکاری سے پرہیزگاری تک	100/-
95	مہلک دوائیں نبویؐ دوائیں اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے متلاشی	180/-
98	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبویؐ اور جدید سائنس	360/-
103	مجاہد یا دہشت گرد	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں نبویؐ غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	مایوس خاندانی مشکلات کا پرتاثیر روحانی علاج (جدید ایڈیشن)	170/-
108	مولانا طارق جمیل شخصیت وکمالات	250/-
109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
112	مایوس نوجوان اور ویران جوانی	140/-
113	موٹاپے سے نجات' علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبویؐ اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
117	نبویؐ دسترخوان صحت وتندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	وٹامن جسمانی صحت کیلئے کیوں ضروری	130/-
120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	120/-
123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی وروحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	مالدار بنانے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	200/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاءاللہ) بیٹا پائیں	10/-
132	صوفی ازم کے روشن ستارے	350/-
133	خطبات عبقری (جلد دوئم)	300/-
134	صوفی ازم اور ٹینشن فری لائف	180/-
135	صوفی ازم اور باطنی سکون	180/-
136	شجرہ طیبہ قادری ہجویری	10/-
137	افحسبتم اور اذان کے کرشمات	180/-
138	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول)	300/-

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زرغوانی نقرائی	2200/-
3	طب نبوی انمول ہیئر پاؤڈر	120/-
4	ستر شفائیں	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	بنفشی قہوہ	120/-
7	خون صفاء پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبوی ہیئر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	فشاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	چلڈرن سیرپ	120/-
29	کراماتی تیل	200/-
30	طب نبوی حسن وجمال کریم	300/-
31	عروسی سہاگ کورس	5000/-
32	شوگر کورس	800/-
33	نوجوانوں کے روگ	700/-
34	پوشیدہ کورس	600/-
35	الرجی نزلہ کورس	600/-
36	موٹاپا کورس	600/-
37	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
38	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
39	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
40	بے اولادی کورس	2500/-
41	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
42	روحانی عطر	240/-
43	فٹنس پیکیج	600/-
44	لاجواب حافظہ پیکیج	670/-
45	ٹھنڈک پیکیج	500/-
46	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
47	سدابہار حسن وخوبصورتی پیکیج	840/-
48	ڈیپریشن پیکیج	490/-
49	دیسی کریم	500/-
50	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
51	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
52	قبض کشاء	120/-
53	السر کورس	400/-
54	ہارمونز شفاء	300/-
55	روحانی پھکی	10

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں، بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہو اسے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

[redacted]

پانچ قسم کی دعائیں خاص طور پر قبول کی جاتی ہیں

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ہم لوگ نبی کریم ﷺ کے ساتھ ایک حلقہ میں بیٹھے ہوئے تھے اور ایک صاحب نماز پڑھ رہے تھے۔ جب وہ رکوع‘ سجدہ اور تشہد سے فارغ ہوئے تو انہوں نے دعا میں کہا: اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْاَلُکَ الْحَمْدَ لَآ اِلٰہَ اِلَّآ اَنْتَ بَدِیْعَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ۔ ترجمہ: اے اللہ! میں آپ سے آپ کی تمام تعریفوں کے واسطے سے سوال کرتا ہوں‘ آپ کے سوا کوئی معبود نہیں ہے‘ آپ زمین و آسمان کو نمونے کے بغیر بنانے والے ہیں‘ اے عظمت وجلال اور انعام و احسان کے مالک‘ اے ہمیشہ زندہ رہنے والے اور سب کو قائم رکھنے والے‘۔ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: اس نے اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کے ساتھ دعا کی ہے کہ جس کے واسطہ سے جب بھی دعا کی جاتی ہے اللہ قبول فرماتے ہیں اور جب بھی سوال کیا جاتا ہے اللہ تعالیٰ اس کو پورا فرماتے ہیں۔ **(مستدرک حاکم)** حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: پانچ قسم کی دعائیں خاص طور پر قبول کی جاتی ہیں۔ مظلوم کی دعا جب تک وہ بدلہ نہ لے لے‘ حج کرنے والے کی دعا جب تک وہ لوٹ نہ آئے‘ مجاہد کی دعا جب تک وہ واپس نہ آئے‘ بیمار کی دعا جب تک وہ صحت یاب نہ ہو اور ایک بھائی کی دوسرے بھائی کیلئے پیٹھ پیچھے دعا۔ پھر نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: اور ان دعاؤں میں سب سے جلدی قبول ہونے والی وہ دعا ہے جو اپنے کسی بھائی کیلئے اس کی پیٹھ پیچھے کی جائے۔ **(مشکوٰۃ المصابیح)** حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: تین دعائیں خاص طور پر قبول کی جاتی ہیں جن کے قبول ہونے میں کوئی شک نہیں۔ (اولاد کے حق میں) باپ کی دعا‘ مسافر کی دعا اور مظلوم کی دعا۔ (ابوداؤد)

حال دل — جو میں نے دیکھا‘ سنا اور سوچا

جیسا مال ویسا حال

ایک طاقتور نوجوان عمر تیئس سال خوبصورت‘ جینز کی پینٹ کاٹن کی شرٹ پہنے میرے سامنے باوقار انداز میں بیٹھا تھا۔ میں نے آنے کی وجہ پوچھی تو بے ہنگم قہقہے مار کر ہنسنے لگا میں نے ساتھ بیٹھی اس کی والدہ سے پوچھا تو کہنے لگی میں بہت دکھی ہوں...... میرے میاں ایک بہت بڑے آفیسر ہیں اب عنقریب ریٹائرڈ ہونے والے ہیں تین بیٹے ہیں ایک بیٹا اپنی تعلیم مکمل کرکے بہترین جاب کررہا ہے لیکن دن رات موبائل ایس ایم ایس‘ لڑکیاں اور کلب...... دوسرا بیٹا بھی یہی راہیں اختیار کیے ہوئے ہے۔ ایک دفعہ بیس لاکھ جوئے میں ہار کر آیا اور یہ تیسرا بیٹا پاگل ہے۔ کیا میں ان روگوں کو سمیٹنے کیلئے اس دنیا میں آئی تھی؟ یہ کہتے ہوئے وہ خاتون پھوٹ پھوٹ کر رونے لگی اور وہ جوان خاموش ماں کا چہرہ تک رہا تھا۔ تھوڑی دیر کے بعد اس نے الٹی سیدھی حرکتیں کرنا شروع کی۔ میں نے اسے سنبھالنے کی بھرپور کوشش کی لیکن وہ نہ سنبھل سکا آخر باہر سے اس کا محافظ بلوایا وہ اسے پکڑ کر بیٹھ گیا۔ اس کی والدہ کہنے لگی یہ اسی طرح کی حرکتیں کرتا ہے‘ گھر کے شیشے اور برتن توڑ دیتا ہے‘ گاڑی کے شیشے توڑ دیتا ہے‘ اس میں اتنی طاقت بھر آتی ہے کہ پانچ پانچ آدمی اس کو سنبھالتے ہیں لیکن یہ نہیں سنبھلتا۔ ہر وقت چیخ و پکار کرتا ہے‘ روتا ہے‘ ہنستا ہے‘ اس کے چچا نے باپ کو ہتھوڑے مار کر ختم کردیا‘ پھر چچا بیس سال پاگل خانے رہا‘ ادھر بھی کئی آدمی قتل کیے‘ مکے مارے...... اور کئی لوگوں کا گلا دبا کر مار ڈالا...... دس آدمی پکڑتے ہیں نامعلوم اس میں کہاں سے طاقت آجاتی ہے اس کی عمر 65 سال ہے۔ اس جوان کی بہن یعنی میری بیٹی سارا دن گالیاں دیتی ہے‘ شور کرتی ہے‘ وہ بھی اسی طرح ابنارمل ہے اور ہر وقت پریشان کرتی ہے‘ سارا دن میرا گھر ایک ہنگامہ خیز زندگی کا محور اور مرکز ہے۔ میں زندگی سے تھک گئی ہوں پھر رو کے کہنے لگی وہ قسمت کا میرا سب سے برا دن جب میں نے اس گھرانے میں شادی کا اظہار کیا کہ میری والدہ نے پوچھا یہ رشتہ آیا ہے ہاں کردیں؟ میں نے اظہار کردیا۔ بعد میں مجھے پتہ چلا کہ ان کے دادا بہت ظالم تھے کئی لوگوں کو قتل کرادیا اور رزق حرام ہر ذریعے سے آیا‘ وہ بہت بڑا چوہدری تھا کوئی بول نہیں سکتا تھا‘ وہ خود بھی بہت بری موت مرا‘ بیٹے بھی بڑی پوسٹوں پر لیکن حرام گھر میں داخل ہورہا ہے‘ مال ہے گاڑیاں ہیں‘ سونے کے بھاری بھاری کنگن اور سیٹ ہیں‘ بہترین سیٹ پانی کے‘ چائے کے‘ کھانے کے‘ شیشے کے فرش اور ٹائیلیں لیکن گھر میں ویرانی‘ پریشانی‘ بے سکونی یہ گھر نہیں پاگل خانہ ہے۔ میرا دل کہتا ہے میں مرجاؤں...... وہ خاتون پھر پھوٹ پھوٹ کر رونے لگی۔

قارئین! اس روگ کا حل کیا ملٹی نیشنل کمپنیوں کی قیمتی دوائیں...... کیا حکیموں کی پڑیا...... کیا عاملوں کے تعویذ اور پھونکیں...... یا رزق حلال کی کوشش...... یا پھر بڑے بڑے درباروں پر چڑھاوے...... بڑے بڑے گدی نشینوں کو دعاؤں کیلئے درخواست یا میلے پر نذر و نیاز؟؟؟ بولیں...... ہم کیا چاہتے ہیں......!!! کیا اصل روگ کا خاتمہ یعنی رزق حلال...... یا پھر ان عارضی ٹوٹکوں سے تسلیاں...... ٹھیک ہے میں دعاؤں کا قائل ہوں بلکہ میں اعمال خود بتاتا ہوں لیکن مرض کا روگ اس وقت تک نہیں جائے گا جب تک سو فیصد علاج نہیں ہوگا۔ آیئے! ہم سو فیصد علاج کی طرف متوجہ ہوں یہ کڑوا ضرور ہے لیکن اصل حقیقت یہی ہے۔

درس روحانیت و امن

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

خاتمہ بالخیر کی دعا سے شیطان کو پریشان کریں

اب جب موت آنی ہے اور یہ بات طے ہوگئی کہ یہ حقیقت ہے، پھر موت کیلیے تیاری کیوں نہ کریں؟؟؟

کامیابی حدود کی پابندی میں ہے: حضور سرور کونین ﷺ نے زندگی کے جو طریقے اور انداز دیئے ہیں، میرے آقا ﷺ نے جو حدود مقرر کی ہیں، جو اسلام نے حدود مقرر کی ہیں، جب تک اُس کے مطابق چلیں گے تو ہم اپنی زندگی اور موت کو حلال کرلیں گے، اگر اس کے مطابق نہیں چلیں گے تو یہ زندگی اس جانور کے مطابق ہوگی جو بغیر تکبیر کے مرگیا یا ذبح کردیا گیا۔

مجھے یہ بتائیں ہم سب کی انتہا آخر موت ہے، کیا اس میں کوئی شک ہے؟ ساری دنیا میں جتنے بھی لوگ آپ کو نظر آئیں گے کوئی رب کو نہیں مانتا، کوئی رسول اللہ ﷺ کو نہیں مانتا، کیا کہیں کوئی ایسا بھی ملے گا جو موت کو نہ مانتا ہو؟ موت کی حقیقت سے کوئی انکار نہیں کرسکتا۔

خاتمہ بالخیر کی دعا ضرور مانگا کریں: میرے دوستو! جب مرنا ہے تو تکبیر کے ساتھ مریں بغیر تکبیر کے نہ مریں۔ تکبیر کسے کہتے ہیں؟ کہ آخری وقت میں اللہ کا نام نصیب ہوجائے اور کلمہ مل جائے، خاتمہ بالخیر ہوجائے اور ایک حدیث مبارکہ کا مفہوم میں نے کئی مرتبہ آپ کی خدمت میں عرض کیا ہے، یاددہانی کے طور پر اب پھر عرض کردیتا ہوں۔ سرور کونین ﷺ نے فرمایا: ’’جب بندہ یہ دعا کرتا ہے کہ یا اللہ! میرا خاتمہ بالخیر کردے، میرا خاتمہ ایمان پر کردے اس دعا کی وجہ سے شیطان کو اتنی تکلیف ہوتی ہے کہ اس کی ہڈیاں چٹختی اور ٹوٹتی ہیں وہ سر پر خاک ڈالتا ہے۔ وہ نالہ و فریاد اور ہائے ہائے کرتا ہے اور دیواروں سے ٹکریں مارتا ہے اور کہتا ہے ساری دعائیں کرلیکن یہ دعا نہ کر‘‘۔

کیوں کہ مومن کی ساری زندگی کی انتہا اس کا خاتمہ بالخیر ہے۔ کیا خیال ہے اللہ والو! ساری زندگی کی انتہا، سارے اعمال کا نچوڑ اور کرتا دھرتا کا سارا اکھٹیا وٹیا، سارے کا سارا خاتمہ بالخیر ہے اور یہ شیطان کیوں چاہے گا کہ اس کا خاتمہ بالخیر ہوجائے۔ یہ تو وہ کبھی نہیں چاہے گا، اس کی تو کوشش ہوگی کہ اس کا خاتمہ بالخیر نہ ہو، ایمان و اعمال کی حالت میں جو موت آتی ہے وہ نہ ہو۔ ذرا آپ فیصلہ کرکے بتائیں۔۔۔ آپ جتنے حضرات یہاں جمع ہیں، آپ جتنے حضرات تشریف فرما ہیں ایک بات مجھے دل کی گہرائیوں سے بتائیں کہ تکبیر کے ساتھ مرنا چاہتے ہیں یا بغیر تکبیر کے؟

آنے کی ترتیب، جانے کی کوئی نہیں: موت تو آنی ہے! اس میں شک نہیں۔ پھر آنے کی ترتیب ہے جانے کی ترتیب ویسی نہیں۔ آنے کی ترتیب یہ ہے دادا آیا ہے، باپ آیا، پھر بیٹا آئے گا اور جانے کی ترتیب یہ ہے دادا بیٹھا ہوا ہے اور پوتا جارہا ہے، اس لیے آنے کی ترتیب ہے، جانے کی ترتیب نہیں ہے، یہ ایک اٹل حقیقت ہے۔ کڑیل جوان اور چھوٹے بڑے ہماری آنکھوں کے سامنے ختم ہوئے جارہے‘ ایسے لوگ جو کہتے تھے ہمیں فرصت نہیں ہے اور جن کی مصروف زندگی نے انہیں اور مصروف کردیا تھا، ہماری آنکھوں کے سامنے مرے جارہے، اب جب موت آنی ہے اور یہ بات طے ہوگئی کہ یہ حقیقت ہے، پھر موت کیلئے تیاری کیوں نہ کریں؟

ایسی موت جس کو ’خاتمہ بالخیر‘ کہتے ہیں اور ایسی موت جو تکبیر والی موت ہے اور وہ کس وقت آئے گی؟ یہ بتادوں آپ کو۔۔۔ اس وقت آئے گی جس وقت اپنا اختیار نہیں ہوگا، ذرا سوچیں! تھوڑی سی اونگھ آتی ہے تو اپنا اختیار ختم ہوجاتا ہے۔ نیند بے ہوشی ہے۔ کیا خیال ہے؟ کسی کی نیند کچی، کسی کی پکی، کسی کی بے ہوشی تھوڑی...... کسی کی زیادہ...... بے ہوشی کا عالم تو یہ ہے کہ او ہو! یہ وقت ہوگیا، بے ہوشی کا عالم تو یہ ہے کہ یہ وقت کہاں گیا؟ یہ چار گھنٹے، پانچ گھنٹے، آٹھ گھنٹے جو نیند میں گزارے ہیں یہ کہاں گئے؟ پتہ ہی نہ چلا۔ آپ یہ بتائیں نیند کے عالم میں آپ کو کسی چیز کا پتہ نہیں چلتا اور جب موت کا عالم ہوگا اس وقت کیسے پتہ چلے گا؟۔

اچھا! ایک چیز کو ذہن میں رکھیں ذرا اس چیز کو سوچیں اور پھر دل ہی دل میں خود سے سوال کریں اور خود ہی جواب دیں۔ ہوش کے عالم میں (اس وقت ہوش میں ہیں‘ شعور میں ہیں‘ احساس و ادراک میں ہیں) کیا خیال ہے؟ جب اسٹامپ لکھنے بیٹھتے ہیں، اس میں یہ لکھتے ہیں کہ میں باہوش وحواس حلفیہ بیان دیتا ہوں۔۔۔ یعنی اس وقت ہوش وحواس میں ہوں۔ ہوش وحواس میں ہم شیطان سے نہیں بچ سکتے۔ جس وقت نزع کی کیفیت میں ہم ہوش وحواس میں نہیں ہونگے‘ اس وقت ہم کیسے بچیں گے؟ سوچیں! جب نزع کی کیفیت ہوگی اور سکرات کی کیفیت ہوگی اور جان نکل رہی ہوگی‘ بے بسی کا عالم ہوگا‘ مجھے یہ بتائیں! اس وقت شیطان سے کیسے بچیں گے؟ معلوم ہوا ایک طاقت ہے، ایک قوت ہے جو شیطان سے اب بھی بچا سکے گی اور موت کے وقت بھی بچا سکے گی اور اُس وقت وہ شخص بچے گا جو زندگی بھر اللہ جل شانہٗ کی ذات عالی کی طرف متوجہ رہا ہوگا جو رسول اللہ ﷺ کی زندگی کی طرف قدم بڑھانے والا ہوگا۔۔۔۔ صرف وہی بچے گا۔

موت کی کیفیت اپنے حال سے جانیں: جس کو طلب نہ ہو، جس کے اندر تڑپ نہ ہو اور وہ یہ چاہے کہ مجھے کچھ مل جائے ایسا بظاہر ناممکن ہے، آپ اس چھوٹے سے نکتے کو سمجھ لیں! کہ جس وقت ہم ہوش وحواس میں ہیں اس وقت بھی نفس اور شیطان ہمیں وسوسے اور چکمے دے کر ہم سے پتہ نہیں کیا سے کیا کرا لیتا ہے اور جس وقت ہماری ہوش نہیں ہوگی، ہمارے حواس نہیں ہونگے، ہماری سوچ نہیں ہوگی ہماری سمجھ نہیں ہوگی اور نزع کی کیفیت ہوگی اور اس وقت ہماری کسمپرسی کی حالت ہوگی، آنکھ ہوگی لیکن دیکھ نہ سکے گی اور زندہ بھی ہوگی، آنکھ حالتِ نزع میں زندہ ہوتی ہے لیکن دیکھ نہیں سکتی، زبان ہوتی ہے اور اس میں روح بھی ہوتی ہے لیکن بول نہیں سکتی، کیا خیال ہے؟ ارے! شعور، بظاہر دماغ کے اندر ہوتا ہے، لیکن اس کے احساسات ختم ہوچکے ہوتے ہیں، اس وقت شیطان سے کیسے بچیں گے اور اس وقت خاتمہ ایمان پر کیسے ہوگا؟ اور خاتمہ ایمان کی کیفیت کیا ہوگی؟

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرا تعلق سویڈن سے ہے‘ ہمارا ماحول اور میرے گھر کا ماحول بالکل بھی دینی نہیں ہے۔ اس رمضان میں ایک دن میں ایسے ہی نیٹ پر روحانیت پر سرچ کررہا تھا کہ مجھے عبقری کی ویب سائٹ ملی میں نے ویب سائٹ کھولی اور اس میں آپ کے رمضان کے درس سنے‘ میں جیسے جیسے درس سنتا گیا میرے اندر کی دنیا بدلتی گئی اس دن میں بہت رویا شاید میں زندگی میں کبھی اتنا نہ رویا تھا۔ میں نے کبھی روزے نہیں رکھے تھے اور اس رمضان کے بھی میرے تیرہ روزے گزر چکے تھے‘ میں نے سچے دل سے توبہ کی اور باقی کے روزے رکھے‘ **(باقی صفحہ 46 پر)**

ابولبیب شاذلی

سرکار مدینہ ﷺ کی اپنے پیاروں سے شفقت

آپ ﷺ کے پاس ایک بڑا پیالہ لایا گیا جس میں پینے کی چیز تھی، حضور ﷺ نے وہ پیالہ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو دیا، انہوں نے عرض کیا اے اللہ کے نبی ﷺ! آپ ﷺ اس کے زیادہ مستحق ہیں آپ ﷺ نے فرمایا اسے لو،

علماء بزرگوں اور اہل فضل کا اکرام

حضرت عمار بن ابی عمار رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضرت زید بن ثابت رضی اللہ تعالیٰ عنہ ایک روز سوار ہونے لگے تو حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ان کے گھوڑے کی رکاب تھام لی، حضرت زید بن ثابت رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا اے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے چچا کے بیٹے! آپ ہٹ جائیں، حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہم کو اپنے علماء اور اپنے بڑے لوگوں کے ساتھ اسی طرح کرنے کا حکم دیا گیا ہے یہ سن کر حضرت زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا ذرا مجھے اپنا ہاتھ دکھایئے، حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنا ہاتھ نکالا تو حضرت زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس کا بوسہ لیا اور کہا ہم کو اپنے نبی ﷺ کے اہل بیت کے ساتھ اسی طرح کرنے کا حکم دیا گیا ہے۔

شعبی کی روایت میں ہے کہ حضرت زید بن ثابت رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے گھوڑے پر سوار ہونے کا ارادہ کیا حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس کی رکاب تھامی، حضرت زید رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا اے حضور ﷺ کے چچا کے بیٹے! آپ علیحدہ ہو جائیں، انہوں نے کہا نہیں! ہم علماء اور بزرگوں کے ساتھ اسی طرح کرتے ہیں ابن نجار کی روایت میں اس طرح ہے کہ حضرت ابن عباس نے حضرت زید بن ثابت رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی رکاب پکڑی اور کہا کہ ہمیں حکم دیا گیا ہے کہ ہم اپنے معلمین اور عمر رسیدہ لوگوں کی رکاب کو پکڑیں۔

حضرت ابوامامہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور آپ ﷺ کے ساتھ حضرت ابوبکر رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت عمر اور ابوعبیدہ بن جراح رضی اللہ تعالیٰ عنہم مع چنیندہ نظر صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ تھے اتنے میں آپ ﷺ کے پاس ایک بڑا پیالہ لایا گیا جس میں پینے کی چیز تھی، حضور نے وہ پیالہ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو دیا، انہوں نے عرض کیا اے اللہ کے نبی ﷺ! آپ ﷺ اس کے زیادہ مستحق ہیں آپ ﷺ نے فرمایا اسے لو، چنانچہ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے وہ پیالا لیا اور اس سے پہلے کہ پئیں آپ ﷺ سے کہا اے اللہ کے نبی ﷺ! آپ ﷺ لے لیجئے، آپ ﷺ نے فرمایا تم پیو، اس لئے کہ برکت ہمارے بڑوں کے ساتھ ہے، جس نے ہمارے چھوٹے پر رحم نہ کیا اور ہمارے بڑوں کی تعظیم نہ کی وہ ہم میں سے نہیں۔

حضرت رافع بن خدیج رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور حضرت سہل بن حثمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضرت عبداللہ بن سہل رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور محیصہ، مسعود کے دونوں بیٹے حضور ﷺ نے جو ان میں سب میں چھوٹے تھے کلام کی ابتدا کرنی چاہی تو حضور ﷺ نے فرمایا بڑے کی بڑائی رکھ! اور یحیٰی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے یہ بیان کیا کہ پہلے بڑے کو بات کرنے دے چنانچہ ان حضرات نے اپنے مقتول کے بارے میں آپ ﷺ سے گفتگو کی، حضور ﷺ نے فرمایا کہ تم اپنے مقتول (کے خون بہا) کے یا آپ ﷺ نے فرمایا اپنے صاحب (کے خون بہا) کے مستحق ہو جاؤ گے، تم میں سے پچاس آدمیوں کو قسم کھانی ہوگی ان حضرات نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ! یہ ایسی بات ہوئی کہ جس کو ہم نے دیکھا نہیں (کہ کون قاتل ہے؟ کس طرح قسم کھائیں؟) آپ ﷺ نے فرمایا تو یہود پچاس آدمی قسمیں کھا کر برأت چاہ لیں گے، ان حضرات نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ! وہ تو کافر لوگ ہیں (ان کی قسم اور بات کا کیا اعتبار؟) تو آپ ﷺ نے اپنے پاس سے ان حضرات کو دیت دی۔

حضور نبی اکرم ﷺ کی شفقت: حضرت وائل بن حجر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ہم لوگوں کو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ظاہر ہونے کی اطلاع ملی اور ہم ایک بڑے ملک میں تھے اور ہماری اطاعت کی جاتی تھی میں نے اس حکومت کو چھوڑا اور میں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی طرف رغبت کرتے ہوئے نکلا، جب میں حضور ﷺ کی خدمت میں آیا آپ ﷺ صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو میری آمد کی بشارت دے چکے تھے، جب میں آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور میں نے آپ ﷺ کو سلام کیا آپ ﷺ نے میرے سلام کا جواب دیا اور میرے لئے اپنی چادر مبارک بچھائی، اور مجھے اس پر بٹھایا پھر آپ ﷺ ممبر پر تشریف لائے اور مجھے اپنے ساتھ بٹھایا، اس کے بعد آپ ﷺ نے اپنے دونوں ہاتھ اٹھائے، اللہ کی حمد وثنا کی اور انبیاء علیہم السلام پر درود بھیجا، لوگ آپ کے پاس جمع ہو گئے تھے آپ ﷺ نے ان سے فرمایا اے لوگو! یہ وائل بن حجر رضی اللہ تعالیٰ عنہ ہیں تمہارے پاس حضر موت کی دور دراز زمین سے آئے ہیں خوش دلی کے ساتھ بلا کسی جبر کے، اللہ اور اس کے رسول اور اس کے دین میں رغبت کرتے ہوئے۔ وائل رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے کہا کہ آپ ﷺ نے سچ فرمایا۔

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ جب حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ہاتھ سے خون بہنے لگا جناب رسول اکرم ﷺ ان کے لئے کھڑے ہوئے اور انہیں گلے سے لگایا اور خون کا فوارہ آپ ﷺ کے چہرۂ مبارک اور آپ ﷺ کی ڈاڑھی مبارک پر پڑ رہا تھا جب کوئی رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو اس خون سے جتنا بچانا چاہتا اتنا ہی حضور علیہ السلام ان سے چمٹتے یہاں تک کہ حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی وفات ہوگئی۔

ایک انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ جب حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ بنی قریظہ کے بارے میں فیصلہ دے چکے تو واپس آ گئے اور ان کے زخم سے خون جاری ہو گیا اس کی اطلاع حضور ﷺ کو جب پہنچی آپ ﷺ تشریف لائے اور آپ ﷺ نے ان کا سر اپنی گود میں رکھ لیا اور ان کو سفید کپڑے سے ڈھک دیا جب وہ کپڑا ان کے سر کی طرف کھینچا جاتا ان کے پیر باہر نکل جاتے یہ سفید رنگ کے گداز بدن آدمی تھے، جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا اے میرے اللہ! سعد (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) نے تیرے راستہ میں جہاد کیا ہے تیرے رسول کی تصدیق کی ہے اور جوان پر واجب تھا اسے ادا کر دیا، اے اللہ! ان کی روح کو بھلائی کے ساتھ قبول کر لے جس طرح پر کہ تو بھلائی کے ساتھ کسی روح کو قبول کرتا ہے جب حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے حضور ﷺ کا کلام سنا آنکھیں کھول دیں اور کہا السلام علیک یارسول اللہ! سن لیجئے کہ میں گواہی دے رہا ہوں کہ آپ اللہ کے رسول ﷺ ہیں جب حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے گھر والوں نے دیکھا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا سر اپنی گود مبارک میں لے لیا ہے اس بات سے گھبرا گئے اور اس چیز کا تذکرہ حضور ﷺ سے کیا گیا کہ حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے گھر والوں نے جب آپ ﷺ کو دیکھا کہ آپ ﷺ نے ان کا سر اپنی گود میں رکھ لیا ہے وہ سب گھبرا گئے ہیں تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ پاک سے تم گھر والوں کی تعداد کے مطابق (یعنی جتنے تم ہو) اسی قدر فرشتوں نے اس بات کی اجازت طلب کی ہے کہ حضرت سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی وفات پر وہ حاضر ہوں۔

بچوں کو شکست قبول کرنا بھی سکھائیں

فائزہ حیات، سکھر

شکست سے دوچار بچوں کو حقائق سے ہٹ کر باتوں کے ذریعے سمجھانے کی کوشش نہ کیا کریں بلکہ اسے سکھانے کے لیے بالکل مختلف طریقہ کار اختیار کرنا زیادہ بہتر نتائج سامنے لاتا ہے۔ یعنی اس قسم کے مایوس کن حالات میں بچے کو یہ بتانا بہت ضروری ہے کہ حالات ہمیشہ ایک جیسے نہیں رہتے

بچوں کے بہتر مستقبل کی خاطر......
شکست قبول کرنے کو آسان بنائیں

جس طرح کامیابی و کامرانی ہماری زندگی کا ایک حصہ ہوتی ہے بالکل اسی طرح زندگی کے کسی موڑ پر ہمیں ناکامی کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ ہم اپنے مقصد میں کامیاب نہیں ہو پاتے اور فطری طور پر اس بات کا ہمیں بہت دکھ ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ انسان اپنی کامیابیوں کو تو اکثر بھول جاتے ہیں لیکن ناکامیاں ان کے اعصاب پر سوار رہتی ہیں۔ خاص طور پر بچے چونکہ ناپختہ ذہن کے مالک ہوتے ہیں وہ زندگی کی تلخ حقیقتوں سے ناآشنا ہوتے ہیں اس لیے ان کے لیے اپنی شکست یا ناکامی کو قبول کرنا انتہائی دشوار گزار ہوتا ہے یہاں تک کہ بعض بچے اس معاملے میں ضرورت سے زیادہ جذباتی ہوتے ہیں اور ناکامی کی صورت میں ایسا فیصلہ بھی کر لیتے ہیں جس سے ان کی زندگی یا پورا مستقبل ہی داؤ پر لگ جاتا ہے لہٰذا بچوں کو زندگی میں کامیابیوں کی راہ پر گامزن رکھنے کے لیے بہت ضروری ہے کہ انہیں ہار، ناکامی یا شکست سے نبرد آزما ہونے اور اس ناکامی کو مثبت رخ دینا سکھایا جائے۔ جو بچے شکست سے لڑنا سیکھ لیتے ہیں یا ناکامی کی صورت میں مایوس نہیں ہوتے، اس بات کے زیادہ امکانات ہوتے ہیں کہ وہ زندگی کو زیادہ بہادری سے جینا سیکھ جائیں گے۔ یہ صلاحیت بچوں کے کام آتی ہے اور انہیں کامیابیوں کی ڈگر سے پیچھے نہیں ہٹنے دیتی۔ آیئے ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ بچوں کو مایوس کن حالات سے کس طرح باہر نکالا جاسکتا ہے۔

سب سے پہلے تو والدین کو اپنے رویوں کا جائزہ لینا ہے، یہ بہت ضروری ہے کہ بچے کی ناکامی یا مایوسی کی صورت میں والدین کا ردعمل کیا ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر اگر آپ بچوں کی تقریب میں بیٹھے ہیں جہاں اچھی کارکردگی دکھانے والے بچوں میں انعامات تقسیم کیے جارہے ہیں انہیں ایوارڈ دیئے جارہے ہیں اس دوران آپ کے بڑے بچے کا نام پکارا جاتا ہے اور اسے بہترین کارکردگی پر ایوارڈ دیا جاتا ہے چھوٹا بیٹا بھی اس دوران آپ کے ساتھ بیٹھا ہے لیکن تقریب ختم ہو جاتی ہے اور اس کا نام نہیں پکارا جاتا ایسے ماحول میں جب ہر طرف بچے خوشی سے ناچ رہے ہوں آپ کے چھوٹے بچے کا پریشان ہونا فطری ہوگا۔ اس قسم کے حالات میں اب آپ کیا کریں گے ہوسکتا ہے کہ آپ بھی ایسی ماں ہوں یا باپ ہوں جو اس موقع پر اپنے بچے کو ساتھ لپٹا لیں گے اور کچھ یوں کہیں گے ''ارے بیٹا اداس یا مایوس ہونے کی ضرورت نہیں، ان انعامات یا ایوارڈ کی حیثیت ہی کیا ہے'' اگر تو آپ نے اس طرح کہا ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ نے بچے سے اظہار محبت کا جو طریقہ اختیار کیا ہے یا بچے کی ڈھارس بندھانے کا جو انداز آپ نے اپنایا ہے وہ درست نہیں ایک دل شکستہ اور مایوس بچے سے یہ کہنا کہ ان انعامات یا ایوارڈز کی کوئی حیثیت نہیں ایک بے معنی سی بات ہے بچہ اتنا سمجھ دار ضرور ہوتا ہے کہ وہ دوسروں کی خوشیوں کو دیکھ کر اندازہ لگا سکے کہ ان ایوارڈز کی حیثیت کیا ہے بچے کو اس طرح سمجھانا کہ بات حقائق کے منافی ہو بچے کی صحیح سمت میں رہنمائی نہیں کر سکتا نہ ہی آپ کا یہ طرز عمل بچے کا حوصلہ بڑھاتا ہے۔

ماہرین کیا کہتے ہیں؟: ماہرین کا کہنا ہے کہ شکست سے دوچار بچوں کو حقائق سے ہٹ کر باتوں کے ذریعے سمجھانے کی کوشش نہ کیا کریں بلکہ اسے سکھانے کے لیے بالکل مختلف طریقہ کار اختیار کرنا زیادہ بہتر نتائج سامنے لاتا ہے۔ یعنی اس قسم کے مایوس کن حالات میں بچے کو یہ بتانا بہت ضروری ہے کہ حالات ہمیشہ ایک جیسے نہیں رہتے۔ وقت بدلتا رہتا ہے، ضروری نہیں کہ اس سال کلاس میں فرسٹ پوزیشن حاصل کرنے والا اگلے سال بھی یہی پوزیشن حاصل کرے۔ ماہرین کہتے ہیں کہ بچے کو یہ بتانا کہ حالات ہمیشہ ایک جیسے نہیں رہتے بچے کے لیے بہت اہمیت کا حامل ہوتا ہے کیونکہ بچے اس بات کا شعور نہیں رکھتے کہ خراب اور مایوس کن حالات کا مقابلہ کیسے کیا جاتا ہے۔ کھیل، تقریری مقابلے، دوست کی ناراضگی کا مطلب یہ ہرگز نہیں ہوتا کہ حالات ایسے ہی رہیں گے لیکن بچوں کے محسوسات کچھ ایسے ہی ہوتے ہیں وہ بہت جلد منفی خیالات کی زد میں آجاتے ہیں وہ سمجھتے ہیں کہ حالات شاید ایسے ہی رہیں گے اور یہ ناکامی انہیں ختم کردے گی۔

بچوں کا حوصلہ بڑھائیں: بچوں میں اس قسم کے منفی خیالات ان کے حوصلے بالکل پست کر دیتے ہیں۔ بچے کو ناکامی کی صورت میں بتایا جائے کہ اگر تم آج ناکام رہے ہو تو کل کامیاب بھی ہو سکتے ہو۔ اس بار اگر تمہارے نمبر کم آئے ہیں تو اگلی بار بہت اچھے بھی آسکتے ہیں لیکن لازمی سی بات ہے اس کے لیے تمہیں محنت کرنا ہوگی اپنا شیڈول تبدیل کرنا ہوگا پڑھائی کو زیادہ وقت اور کوالٹی ٹائم دینا ہوگا تم اگر آج اپنے دوست سے لڑ پڑے ہو تو کل کو تمہاری دوستی ہو جائے گی۔ چھوٹی چھوٹی باتیں تو زندگی میں ہوتی رہتی ہیں۔ مایوس کن حالات میں والدین کے لیے ضروری ہوتا ہے کہ بچوں کو امید دلائیں۔ ان میں حوصلہ پیدا کریں اور انہیں آگے بڑھنے اور حالات میں جلد بہتری کی یقین دہانی کرائیں۔

ایک ماں کا تجربہ: بچے کسی بھی بات پر مایوسی کا شکار ہو سکتے ہیں۔ انہیں چھوٹی چھوٹی باتیں رنجیدہ کر دیتی ہیں ایک ماں نے اپنا تجربہ بیان کرتے ہوئے کہا کہ اس کی بچی نے ایک خوبصورت تصویر بنائی۔ اس میں تمام رنگ ایک خاص ترتیب سے بھرے۔ ماں کا کہنا تھا کہ اسے یقین تھا کہ اس کی ٹیچر اس کی تعریف ضرور کرے گی لیکن جب بچی اسکول سے واپس آئی تو اس کا منہ اترا ہوا تھا۔ اس نے شکایت کی کہ ٹیچر نے تصویر کی تعریف نہیں کی حالانکہ اس کی تین چار دوستوں نے تصویر کو بہت پسند کیا۔ ماں کا کہنا تھا کہ اگرچہ یہ بات میرے لیے بھی تعجب کا باعث تھی لیکن میں نے اپنی بیٹی کو کچھ اس طرح سمجھایا کہ بیٹے صرف ایک شخص کے تعریف نہ کرنے کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ تصویر اچھی نہیں ہے۔ اور اگر ٹیچر نے تعریف نہیں کی تو اس کی اپنی مہارت کم تو نہیں ہوگی۔ ماں کا کہنا تھا کہ اس کی بیٹی کے چہرے سے ملال جاتا رہا اور ایک ماہ بعد جب اسکول میں تصاویر کا مقابلہ ہوا تو اس کی بچی نے دوسرا انعام حاصل کیا۔

یہ بہت ضروری بات ہے کہ آپ عمل کی طاقت سے مایوسی کا خاتمہ کریں۔ جب بچہ آپ کی جانب سے بہتر رہنمائی سے عمل پر آمادہ ہوتا ہے تو وہ اپنی آئندہ کامیابی کی طرف قدم بڑھاتا ہے۔ یہ کہا جاسکتا ہے کہ بچوں میں پیدا ہونے والا یہ جذبہ زندگی بھر ان کا ساتھ دیتا ہے۔ عام زندگی میں جب بھی بچہ کسی مسئلے یا الجھن کا شکار ہوتا ہے تو والدین اس کی فوری مدد کے لیے موجود ہوتے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ یہ طرز عمل مناسب نہیں ہے۔ والدین کو چاہیے کہ بچے کو خود کام کرنے کا موقع دیں۔ اسے اعتماد اسی صورت میں ملے گا جب وہ اپنے ہاتھ سے کام انجام دے گا۔ بچے کی رہنمائی ہی کافی ہوتی ہے لیکن قلم اپنے ہاتھ میں لے لینا بچے کے سیکھنے کے عمل کو محدود کر دینے والی بات ہوگی۔ ایسے بچے جن کے والدین ذرا ذرا سا کام خود کرتے ہیں بچوں کو عمر بھر والدین پر انحصار کا عادی بنا دیتے ہیں۔ ان میں اعتماد کی کمی ہوتی ہے۔ اس طرح اس بات کے امکانات کم ہوں گے کہ بچہ اپنی عملی زندگی میں زیادہ اعتماد اور کامیابی سے آگے بڑھ سکے۔

بے بس اور پریشان لوگوں کیلئے انمول وظائف

میری نظر تین پوائنٹ کم تھی اور میں چشمہ لگاتی تھی تو ہمارے مدرسہ کے استاد صاحب سلیم اللہ جو ہمارے مدرسہ جامعہ میں پڑھاتے ہیں ہمیں انہوں نے بتایا کہ حکیم صاحب کا فرمایا ہوا وظیفہ ہے جو حکیم صاحب نے استاد صاحب کو بتایا تھا

جسے اللہ رکھے اسے کون چکھے

(آسیہ میمن' کنڈیارو)

یہ کہتے ہوئے سنا ہے کہ جسے خدا رکھے اسے کون چکھے اس کا مطلب اس بات سے سمجھ میں آجاتا ہے یہ واقعہ جو بتانے جارہی ہوں۔ یہ واقعہ میری امی کے ساتھ اکثر اوقات رات کو پیش آتا تھا ہم نے جب اپنے گاؤں سے آکر کنڈیارو میں رہائش اختیار کی تو اس وقت ہمارے محلے میں بہت کم گھر ہوتے تھے اصل میں بات یہ ہے کہ جب رات ہوتی تو چور گلی میں چلتے ان کے چلنے کی آواز امی سنتی تھی گھر کی دیوار چھوٹی ہوتی تھی۔ امی سات مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر چاروں طرف دم کردیتیں' قرآن کی طاقت کی وجہ سے ان کو بھی اندر آنے کی جرأت نہ ہوئی یہ ہے اللہ کی کتاب کی طاقت۔

اور کیس ختم ہوگیا

(سمیرا جبیں' کنڈیارو)

میرے والد صاحب پر ایک شخص نے جھوٹا کیس داخل کردیا جوکہ میرے ہی والد صاحب کے دوست تھے۔ اس کی نوعیت کچھ اس طرح ہے کہ میرے والد نے اپنے دوست سے کچھ پیسے بطور قرض لیے تھے جس کی اس وقت ہمیں بہت ضرورت تھی۔ پھر کچھ دن بعد میرے والد نے ان کو دو چیک سائن کرکے دے دیئے لیکن میرے والد اس چیک پر رقم لکھنا بھول گئے۔ اس بات کا فائدہ ان کے دوست نے اٹھایا اور اس میں بجائے 75 ہزار کے جوکہ قرض تھا گیارہ لاکھ لکھ دیئے اور میرے والد پر کیس دائر کردیا اب جب اس بات کی خبر میرے والد کو ہوئی تو وہ صدمے سے بے حال ہوگئے اور انتہائی بیمار بھی ہوگئے۔ دو تین سال تک اسی پریشانی میں رہے اور اسی صدمے میں ان کا انتقال ہوگیا۔ ہم چاروں بھائی بہن چھوٹے چھوٹے تھے اور اسی پریشانی میں تھے کہ پہاڑ جتنا قرضہ تھا اور یہ کہ سب رشتہ داروں نے بھی منہ پھیر لیا کسی نے بھی مدد نہ کی اس کے بعد میں نے عالمہ کے کورس میں داخلہ لیا مجھے دو سال مدرسہ میں ہوئے۔ پھر میں نے اپنے استاد صاحب مولانا محمد سلیم اللہ صاحب سے اپنی یہ پریشانی بیان کی استاد صاحب نے مجھے ایک بہترین وظیفہ بتایا جس سے میری سب سے بڑی مشکل آسان ہوگئی جس کی وجہ سے ہمارا برا حال ہوگیا تھا۔ اتنا قرضہ جو ہم پر تھا اتر گیا اور وہ کیس بھی ختم ہوگیا اور وہ وظیفہ یہ ہے حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ (توبہ ۱۲۹)۔ ہمارے استاد صاحب نے کہا کہ اس وظیفہ کو دل سے سوا لاکھ مرتبہ پڑھیں ان شاء اللہ مسئلہ حل ہوجائے گا۔ یقین کریں ہم نے ابھی پچیس ہزار مرتبہ ہی پڑھا تھا کہ کورٹ نے ہمارے حق میں فیصلہ سنا دیا۔ الحمدللہ ثم الحمدللہ ہمارا مسئلہ حل ہوگیا۔ اس وظیفہ میں بڑی طاقت ہے۔ کسی بھی قسم کی پریشانی ہو یہ وظیفہ بڑا مجرب ہے۔ ہر کام کیلئے اس کو پڑھ سکتے ہیں۔

نظر 3 پوائنٹ سے زیرو پوائنٹ ہوگئی

(عائشہ غلام اللہ' کنڈیارو)

میری نظر تین پوائنٹ کم تھی اور میں چشمہ لگاتی تھی تو ہمارے مدرسہ کے استاد صاحب سلیم اللہ جو ہمارے مدرسہ میں پڑھاتے ہیں ہمیں انہوں نے بتایا کہ حکیم صاحب کا فرمایا ہوا وظیفہ ہے جو حکیم صاحب نے استاد صاحب کو بتایا تھا۔ استاد صاحب نے فرمایا جو بھی اس کو جس پریشانی کے لیے پڑھے گا اس کا مسئلہ حل ہوجائے گا تو میں بھی بہت پریشان تھی اور دن بدن نظر کم ہورہی تھی ہر مرتبہ ڈاکٹر کو دکھاتی تو وہ تین پوائنٹ کا چشمہ دیتے اور ڈراپس دیتے میں ڈالتی لیکن کوئی فرق نہیں پڑتا تو میں نے سب کچھ چھوڑ کر جو قرآن پاک میں طاقت دیکھی وہ کسی چیز میں نہیں دیکھی اب تو الحمدللہ جتنی طاقت میں نے قرآن پاک میں دیکھی اتنا میرا یقین بڑھ گیا اور اب جو پریشانی ہوتی ہے قرآن پاک ہی کی طرف جاتے ہیں اور میں نے قرآن پاک سے سورۂ توبہ کی آیت حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ (توبہ ۱۲۹)۔ پڑھی نظر کیلئے تو اب میری نظر تین پوائنٹ سے ہٹ کر زیرو پوائنٹ ہوگئی اور میری اتنی بڑی پریشانی ختم ہوگئی اور میری خوشی کی کوئی انتہا نہیں رہی۔ طریقہ عمل اس طرح تھا کہ روزانہ ایک تسبیح پڑھ کر آنکھوں میں دم کردیتی تقریباً چار ماہ ہی گزر نہ پائے تھے تو میں نے نظر چیک کروائی اور خوشی کی خبر مل گئی۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 76

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

امیرالمومنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ جب قیامہ کے کنیسہ (گرجا) میں تشریف لے گئے اور وہاں نماز کا وقت آگیا تو وہیں بطریق سے فرمایا: ''میں نماز پڑھنا چاہتا ہوں'' بطریق نے کہا: امیرالمومنین آپ اسی جگہ نماز پڑھ لیں' آپ رضی اللہ عنہ نے انکار فرمایا' بطریق قسطنطین کے گرجے میں نماز پڑھنے کیلئے گیا لیکن آپ نے وہاں بھی نماز نہیں پڑھی' آپ نے گرجے کے باہر دروازے پر نماز پڑھی اور بطریق سے فرمایا میں نے گرجے میں اس لیے نماز نہیں پڑھی کہ مسلمان آئندہ اس دلیل پر کہ عمر نے اس گرجے میں نماز پڑھی تھی اس پر قبضہ نہ کرلیں۔ اس کے بعد تحریر لکھ کر بطریق کے حوالہ کی' جس میں لکھا تھا کہ ''کوئی مسلمان گرجے کی سیڑھیوں پر اذان اور جماعت کے ساتھ نماز نہیں پڑھ سکتا' البتہ تنہا پڑھ سکتا ہے۔

حضرت خالد بن ولید رضی اللہ عنہ نے غانات کے پادری سے حسب ذیل شرائط پر صلح کرلی تھی: ان کے گرجے نہ برباد کیے جائیں گے وہ بجز اوقات نماز کے شب و روز میں جب چاہیں ناقوس بجائیں اور تمام تہواروں پر صلیب لگائیں۔

چوگان کھیلنے میں والیٔ مصر حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کے گھوڑے سے ایک قبطی رئیس نے اپنا گھوڑا آگے نکال دیا' حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کے بیٹے نے طیش میں آکر قبطی کو کوڑے سے پیٹ دیا' قبطی نے مدینہ منورہ میں جاکر امیرالمومنین حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے شکایت کی' امیرالمومنین نے دونوں باپ بیٹوں کو مصر سے طلب کیا اور قبطی کے ہاتھ میں کوڑا دے کر کہا: اس میں جس نے تجھے کوڑا مارا ہو تو بھی اس قدر مار' قبطی نے عبداللہ کو کوڑے لگائے' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کی طرف اشارہ کرکے فرمایا: ''ان پر بھی'' قبطی نے کہا نہیں! یہ تو میرے مربی ہیں۔

بے خوابی اور ڈپریشن میں کیا کریں؟

ڈاکٹر ظہیر' لاہور

غلط طرز تنفس نیند میں خلل کی اہم وجہ ہے اور دائمی تھکن کی شکایت اس سبب بھی پیدا ہوتی ہے اگر آپ ہائپر وینٹی نیشن کا شکار ہیں تو اس کی علامتوں پر غور کریں۔ اس مرض کے شکار افراد کم گہرا اور تیز سانس لیتے ہیں۔

آدمی کام کرے تو اس کا جسم تھکتا ہے لیکن اگر کسی دن وہ سارا دن آرام ہی کرے تب بھی تھکتا ہے۔ عجیب منطق نہیں کہ محنت کی کمی کی وجہ سے بھی انسان تھک جاتا ہے کام کے بعد تھکنا لازمی ہے اور آرام کے بعد جسمانی توانائی بحال کر کے دوبارہ کام کرنے کیلئے تیار ہونا عین فطری ہے لیکن اگر کوئی دائمی تھکن کا شکار ہونے لگے اور آپ میں سے کوئی مسلسل تھکا ہوا رہنے لگے تو سوچئے کہ کہاں غلطی ہورہی ہے؟

اس مضمون میں 6 ایسے عوامل زیر بحث لائے جارہے ہیں جو ہماری توانائی کو زائل کردیتے ہیں۔ وجہ معلوم کرنے کی کوشش شروع کریں یقیناً کامیابی ہوگی۔

مسلسل آرام اور پھر بھی تھکن: کچھ افراد کے ذمہ جسمانی مشقت والے کام نہیں لگائے جاتے یا ان کا کیریئر ایسا ہی ہوتا ہے کہ انہیں کرسی پر براجمان ہوکر دفتری امور نبھانے ہوتے ہیں۔ اس طرح کے کیریئر میں ورزش ناپید ہوتی ہے جبکہ وہ ذہنی مشق کرتے ہیں دماغی کام کرتے ہیں لیکن جسمانی طور پر غیرمتحرک رہنے کی وجہ سے کاہلی' غنودگی اور سستی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اگر یہ لوگ دفتر آنے سے پہلے صبح کی سیر اور چہل قدمی کرلیا کریں تو قدرے فعال رہ سکتے ہیں مگر وہ تو اسی صورت میں ممکن ہوگا جب وہ رات کو وقت پر سولیں' صبح جلد بیدار ہوجائیں اور اپنے طرز زندگی میں کچھ تبدیلی لاکر صبح کی سیر کو معمول بنالیں یعنی اس عام سی ورزش کے ذریعہ بھی آپ تھکن کو شکست دے سکتے ہیں۔ عموماً ہوتا یہ ہے کہ لوڈشیڈنگ کی وجہ سے رات کو بھی بھرپور نیند نہیں لی جاسکتی اور اس طرح مقررہ وقت پر دفتر پہنچنے کی جلدی میں صبح کے کام افراتفری میں انجام دیئے جاتے ہیں ایسے میں روزانہ چہل قدمی کی روٹین سیٹ نہیں ہوتی۔

بار بار آنکھ کھل جانا: اکثر لوگ سوتے ضرور ہیں مگر ان کی آنکھ بار بار کھلتی ہے اور وہ مکمل حواسوں میں ہوتے ہیں۔ کوئی بات یاد آجائے کوئی فکر لاحق ہوجائے ذرا سی کھٹ پٹ ہو آنکھ کھل جاتی ہے۔ دراصل یہ ایک کمزوری ہے جسے طب میں Obstructive Sleep Apnea (OSA) کہا جاتا ہے۔ یہ شکایت درمیانی عمر کے افراد کو ہوسکتی ہے اور دائمی تھکن میں بتلا افراد میں پائی گئی ہے۔

خراٹوں کے باعث جاگ جانا: اگر رات کو خراٹوں سے آنکھ کھل جائے تو اس کی اہم وجہ یہ ہے کہ سوتے میں سانس کی نالی بند ہونے سے سانس رکنے لگتی ہے اس وقت آدمی گھبرا کر آنکھ کھول دیتا ہے ذرا سا گہرا سانس لیا اور پھر فوراً ہی آنکھ لگ جاتی ہے۔ سوتے میں آپ کی سانس 20 سے 40 سیکنڈ تک بند رہتی ہے۔ اگلے دن یہ یاد بھی نہیں رہتا تاہم نیند کی مطلوبہ مقدار پوری نہیں ہوتی۔

نیند کے دوران جسم میں آکسیجن کی کمی کے باعث دل کی دھڑکن کی رفتار بھی کم ہوکر متاثر ہوتی ہے اور دل کا دورہ بھی پڑسکتا ہے۔ OSA کا تعلق امراض قلب اور بلند فشار خون سے ہے اگر آپ کو اب تک اس کمزوری کا احساس نہیں ہوا تو اپنے ساتھی یا قریب سونے والے کسی فرد سے مدد لیجئے اور اس سے کہیے کہ سوتے وقت میں آپ کی حرکات و سکنات کو نوٹ کرلے مثلاً آپ ٹھیک وقت پر بھی سوگئے ہیں لیکن بیدار ہونے پر محسوس ہوتا ہے کہ سر بھاری ہورہا ہے درد بھی ہے اور لگتا ہے جیسے رات بھر جاگے ہی ہیں تو دراصل یہی دائمی تھکن کا سبب ہے۔

اگر سانس لینے کا طریقہ درست نہیں تو......: غلط طرز تنفس نیند میں خلل کی اہم وجہ ہے اور دائمی تھکن کی شکایت اس سبب بھی پیدا ہوتی ہے اگر آپ ہائپر وینٹی نیشن کا شکار ہیں تو اس کی علامتوں پر غور کریں۔ اس مرض کے شکار افراد کم گہرا اور تیز سانس لیتے ہیں۔ اس انداز سے خون میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کی سطح کم ہوجاتی ہے۔ اگر ہم جلدی جلدی سانس لے کر کم ہوا جسم میں داخل کریں گے تو مطلوبہ مقدار میں آکسیجن دستیاب ہونا تو درکنار انگلیوں میں ارتعاش' سنسناہٹ اور ہتھیلیوں کے ٹھنڈے پڑنے کی ذیلی شکایتیں بھی لاحق ہوجائیں گی۔ سانس لینے کی یہ رفتار جسے بیش ہواداری کہتے ہیں ممکن ہے خون کی کمی' ذیابیطس' بلڈ پریشر لو یا ہائی اور گردوں کے افعال درست نہ ہونے کی بنا سے ہورہا ہو۔ ممکن تو یہ بھی ہے کہ آپ ذہنی تناؤ اور دباؤ کا شکار ہورہے ہوں کیونکہ دباؤ کی کیفیت طاری ہونے پر گردن اور پیٹ کے عضلات اکڑ جاتے ہیں جب پیٹ اکڑا ہوتو وہ آزادانہ حرکت نہیں کرسکے گا پھر ایسی صورت میں آپ تیزی سے سانس لیتے ہیں تحقیق بتاتی ہے کہ کوشش کی جائے کہ سانس لینے میں آپ کے عضلات میں سختی نہ ہو۔

صحیح طرز تنفس: آیئے! صحیح طرز تنفس کیلئے ایک مشق کرتے ہیں۔ ایک جانب سکون سے بیٹھئے' ایک ہاتھ اپنے سینے پر رکھئے اور سانس لیتے وقت اپنے ہاتھ کی حرکت پر غور کیجئے۔ آپ نے سانس لیا اگر آپ کا ہاتھ اوپر کو نہیں اٹھتا تو آپ تیز اور کم گہرا سانس لے رہے ہیں اور اس کا مطلب صاف ظاہر ہے کہ آپ ہائپر وینٹی لیشن کا شکار ہیں۔ سانس لینے کا صحیح طریقہ ڈاکٹر سے بھی پوچھا جاسکتا ہے لیکن ابتدائی طور پر آپ اتنا تو کرسکتے ہیں کہ منہ بند کرکے صرف ناک سے سانس لیجئے۔ ناک کا راستہ مختصر اور تنگ ہوتا ہے اور فطری طور پر گہرا سانس لینا پڑتا ہے اس طرح آپ صحیح انداز سے سانس لے سکیں گے اور آپ کی توانائی بھی تادیر بحال رہے گی۔

ہروقت کا اضمحلال بیمار کردیتا ہے: ذہنی دباؤ اور مسائل کی کوئی نوعیت ہو ذہن اور دماغ تو جسم ہی کا حصہ ہوتا ہے وہ کیسے ڈپریشن سے محفوظ رہ سکتا ہے؟ اگر مزاج دو ہفتہ مسلسل افسردہ رہے تو اچھے بھلے آدمی کی صحت گرنا شروع ہوجاتی ہے۔ بظاہر ہم اسے تھکن کہتے ہیں دراصل یہ مایوسی کی علامت ہے اور ہم اپنا اعتماد کھونے لگتے ہیں۔ اسی طرح نیند بھی متاثر ہوتی ہے۔ بھوک بھی نہیں لگتی یا کم لگتی ہے۔ زندگی سے بے رغبتی بڑھتی ہے' ذہنی دباؤ میں کمی کیلئے مذہبی رسوخ کا سہارا لیجئے' کبھی خود اپنا علاج نہ کیجئے یہ زندگی سے کھیلنے کی عادت ناقابل تلافی نقصان بھی بن سکتی ہے۔ اضمحلال میں کچھ افراد ہروقت سوتے رہنا پسند کرتے ہیں یعنی ایک انتہا بے خوابی ہے تو دوسری وقتاً فوقتاً اونگھتے رہنا دونوں صورتیں قابل علاج ہیں۔ سماجی بہبود کے کاموں میں مصروف ہوجایئے جب آپ محسوس کریں گے کہ اجنبی لوگوں کو آپ کی ضرورت محسوس ہونے لگی ہے اور کام پر لوگ آپ کا انتظار کرنے لگے ہیں تو آپ ہی آپ زندگی میں کشش لوٹ آئے گی۔ آپ کی توجہ تھکن کے احساس سے ہٹ کر مختلف کاموں میں بٹ جائے گی تو آپ چنگے بھلے ہوجائیں گے۔

گیس ٹربل وہاضمہ درست

قارئین! یہ نسخہ بہت سوں کا آزمایا ہوا ہے۔ میں نے بھی استعمال کیا بہت ہی تیر بہدف پایا۔ ھوالشافی: سونٹھ' کالی مرچ' سیاہ نمک تینوں 100 گرام لیکر پھکی بنالیں۔ کھانے کے ایک گھنٹہ بعد آدھا چمچ تازہ پانی سے لیں۔ **(علی اصغر' واہ کینٹ)**

نومبر کی انگرائیاں اور احتیاطیں

حکیم نوازش علی

دوپہر اور رات کے کھانوں میں گوشت' مچھلی' کباب و بریانی وغیرہ کھائی جاسکتی ہے مگر خیال رہے چند نوالے بھوک رکھ کر کم کھانا کھائیں اور کھانے کے دس پندرہ منٹ بعد نمک سلیمانی' ہاضم پھکی' جوارش جالینوس وغیرہ کی ایک خوراک ضرور کھالیں تاکہ ہاضم میں معاون بن سکے۔

نومبر شروع ہوتے ہی موسم سرما اپنے جوبن پر آنے کیلئے بھرپور انگڑائیاں لینے لگتا ہے۔ وہ خنکی جو ماہ اکتوبر کے نصف آخر میں صرف صبح اور رات کے اوقات میں صحت انسانی کو گدگدانے کی عادی ہے۔ اپنی منزل شباب کی جانب تیزی سے بڑھنے لگتی ہے۔ صبحوں اور شاموں کو گھر سے باہر کے ماحول میں ہر طرف جسموں کے ٹھٹھراؤ اور نوجوان طبقوں کے لہراؤ کی جھلکیاں عام مشاہدہ میں آتی ہیں۔ سردی کی متوقع شدید یلغار کے پیش نظر حیات انسانی کے تمام محاذوں پر سویٹروں' گلوبندوں اور گرم جرابوں کا ملبوساتی اسلحہ نظر آنے لگتا ہے۔

آندھیاں اور ہلکی پھلکی بارشیں' اشرف المخلوقات کو دسمبر کے سرمائی حملوں سے خبردار کرنے کیلئے تین مرتبہ خطرہ کا الارم ضرور بجاتی ہیں۔ اگرچہ نومبر کے آغاز اور تقریباً وسط ماہ تک سردی کی شدت اپنی ابتدائی منزلوں میں ہوتی ہے اور اچھی صحت اور بے عیب اعصابی توانائی کے لیے افراد کچھ دن تک اواخر گرمی کے ہی ملبوسات میں اپنے کاروبار زندگی میں مصروف رہتے ہیں اور شدید خنک ہواؤں سے گرانبار آندھیوں اور بارش کے ترشح ہوجانے کے بعد محض سویٹروں اور مفلروں کے استعمال تک ہی اپنے موسمی احتیاط کو محدود رکھتے ہیں لیکن اس کے باوجود نصف اول میں بھی سرد ہواؤں کے بعض منہ زور و بے باک جھونکے اچھے خاصے تندرست آدمیوں کیلئے بھی نزلہ' زکام اور سردرد قسم کے چھوٹے چھوٹے خطرات کا موجب بن جایا کرتے ہیں۔ محتاط قسم کے افراد جن میں تن سازی' صبح و شام کی کثرت کا معمول اور منہ اندھیرے اٹھ کر بلاناغہ ہواخوری کرنے والے اہل ذوق بھی شامل ہیں بدلتے ہوئے موسم کے پیش نظر اپنے ملبوس میں مناسب تبدیلی ضرور کرڈالتے ہیں تاکہ سیر و کسرت اور تن سازی کی ورزش کی پیدا کردہ اعصابی حرارت اچانک سرد ہواؤں کی خنکی و برودت سے متصادم ہوکر کسی عارضے کا باعث نہ ہو۔

اس موسم میں گرم پانی سے غسل کرنا مفید ہے اور صبح کے وقت غسل سے پہلے کچھ دیر اگر ورزش کرلیں تو زیادہ بہتر ہے کسرت کیلئے سرسوں کے تیل کو جلد پر ملنا بھی بہت مفید ہے۔

اس ماہ میں تازہ اور گرم ناشتہ کرنا مناسب ہے۔ ناشتہ میں گرم دودھ' چائے' کافی' ڈبل روٹی کے سلائس' مکھن' جام اور انڈہ یا کریم ڈال کر دلیہ وغیرہ کھا سکتے ہیں۔ انگریزی کھانے کے شوقین مٹن سوپ استعمال کرسکتے ہیں کچھ لوگ بسکٹ اور چائے بھی استعمال کرتے ہیں مگر صبح کے وقت اس قسم کا ناشتہ ناکافی اور نامناسب ہے۔

دوپہر اور رات کے کھانوں میں گوشت' مچھلی' کباب و بریانی وغیرہ کھائی جاسکتی ہے مگر خیال رہے چند نوالے بھوک رکھ کر کم کھانا کھائیں اور کھانے کے دس پندرہ منٹ بعد نمک سلیمانی' ہاضم پھکی' جوارش جالینوس وغیرہ کی ایک خوراک ضرور کھالیں تاکہ ہاضم میں معاون بن سکے۔ سہ پہر کو ایک کپ چائے اور کچھ کھانے کو مثلاً چند بسکٹ ایک آدھ ٹوسٹ وغیرہ کھاسکتے ہیں مگر اس مقدار میں بھی نہیں کہ اس سے پیٹ ہی بھر جائے اور رات کو کھانے کی خواہش ہی نہ رہے کبھی کبھار سموسہ یا پکوڑی کھائی جائے تو مضائقہ نہیں البتہ عادت بنا کر روزانہ استعمال کرنا سخت مضر صحت ہے کیونکہ میدہ اور تیل یا گھی وغیرہ اس قسم کی اشیاء ہیں کہ ان کو ہضم کرنے کیلئے معدہ کو بیحد زیادہ کام کرنا پڑتا ہے جس کی وجہ سے قوت ہاضمہ کمزور ہوتی چلی جاتی ہے اور مسلسل لاپرواہی کا نتیجہ اولاً بدہضمی' پیٹ میں ہوا کی وجہ سے قراقر اور پھر دست پیچش اور بالآخر سنگرہنی جیسی جان لیوا بیماری کی صورت میں ظاہر ہوسکتا ہے۔ کبھی کبھار دن میں ایک دو مرتبہ پھلوں کا رس بھی پی لیا جائے تو فائدہ مند ہے مگر روزانہ کی عادت بھی نہ بنائی جائے کہ نہ مل سکے تو پریشانی ہونے لگے۔

راتیں چونکہ سرد ہوتی ہیں اور اوس بھی پڑتی ہے اس لیے ان سے بچاؤ کیلئے بہتر ہے کمرے میں سوئیں مگر کمرے کی کھڑکیاں اور روشن دان کھلے رکھیں' بستر نرم اور گرم ہونا چاہیے چونکہ رات کمرے میں سونا ہوتا ہے اس لیے ان کمروں میں روزانہ صفائی کر کے فینائل چھڑکیں' شام کو فلٹ کریں نیز رات کو اگربتی جلائیں تو کمرے کی فضا صاف اور معطر ہوجائے گی۔ ہر چند کہ ہر شخص اپنے ذوق اور استطاعت کے مطابق سردی کا آغاز ہوتے ہی اپنے غذائی معمولات میں ایسی تبدیلیاں لے آتا ہے جو اس کے اعضائے جسمانی کو موسم سرما کی شدت کا دفاع کرنے کے قابل بنادیتی ہے۔ اس کے باوجود قانون قدرت کی رو سے دیگر تمام موسموں کی طرح موسم سرما بھی اس مہینے اپنا کچھ نہ کچھ اثر ضرور ڈالتا ہے۔

ضروری نہیں کہ اچھی صحت والے افراد سرد ہواؤں کے اثرات سے بہرحال محفوظ رہیں کیونکہ ہمارے مشاہدات کے مطابق اچھے خاصے تندرست اور صحت مند حضرات بھی اس مہینے اچانک نزلہ زکام کی لپیٹ میں آجاتے ہیں۔ اس کی وجہ نہ صرف اچانک ہوا کا لگ جانا یا گرم ماحول سے ایک دم سرد ماحول میں جانکلنا ہی ہے بلکہ گرم تاثیر والی غذاؤں میں بھی معمولی سی بے اعتدالی بھی اندرونی طور پر نزلہ و زکام کی محرک و موجب ہوجایا کرتی ہے۔

سرد ہواؤں سے بچنے کا بہترین نسخہ: ایسی حالت میں جہاں سر اور ناک وغیرہ کو سرد ہواؤں سے حتی الامکان بچائے رکھنا حفظ ماتقدم کے طور پر ضروری ہے بلکہ ان کے جلد از جلد ازالہ کیلئے ذیل کا نسخہ بھی ان کیلئے بے حد سودمند ہے۔ نسخہ: سبز چائے چوتھائی چھوٹا چمچہ' سبز الائچی ایک عدد' بادیاں خطائی چوتھائی چمچہ' دارچینی چار رتی' پانی ایک پاؤ' تین چار اندر جو شیریں' ہلکی سی چینی ملا کر دن میں دو تین مرتبہ حفظ ماتقدم کے طور پر استعمال کریں۔ اگر ہوسکے تو خمیرہ گاؤزبان تین یا چار ماشہ دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔ اگر سردرد تیز ہو تو اس قہوہ میں تین ماشے کے قریب اسطخودوس کا اضافہ کردیں اور صحت یاب ہوجائیں۔

اگر ہلکا سا بخار بھی ساتھ ہو تو گل بنفشہ' عناب' ملٹھی کا جوشاندہ پئیں غذا نرم اور بغیر چکنائی کے کھائیں۔

احتیاطی تدابیر: بچوں کو سرد ہوا اور سرد پانی سے بچائیں۔ بچے کے سینہ کو ہوا سے محفوظ رکھیں' سینے پر انڈے کی زردی کا تیل نکال کر ہلکا سا ہاتھ رکھ کر تیل بیضہ ملیں۔ اگر بیضہ کا تیل میسر نہ ہو تو روغن زیتون کا استعمال بھی بے حد مفید ہے۔ اگر خون ساتھ آرہا ہو تو اس کی بہتر صورت یہ ہے کہ فوری طور پر کسی قریبی قابل ترین معالج کی مدد لیں۔ اگر معالج دور ہو تو فکر نہ کریں بلکہ اس احتیاطی تدابیر کو بروئے کار لائیے۔

معالجہ: ورق نقرہ ایک تولہ' دم الاخوین دو تولہ' کہرباءشمعی سائیدہ دو تولہ' روح گلاب ایک ایک ورق اور تولہ تولہ عرق ڈال کر کھرل کرتے رہیں جب تمام روح گلاب ختم ہوجائے تب گولیاں برابر مسور دانہ تیار کریں۔ بوقت ضرورت نفس الدم اور ایسی کھانسی جس میں خون آرہا ہو دن میں چند خوراکیں خمیرہ گاؤزباں میں رکھ کر دیں اور قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔

ڈاکٹر عباس علی، ٹیکسلا کینٹ

سارا سال رزق میں خیر و برکت کا آزمایا وظیفہ

سیدنا حضرت جابر رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کہ ہم نے اس کا تجربہ کیا تو اس کو صحیح پایا اور سیدنا ابن عینیہ رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کہ ہم نے پچاس یا ساٹھ سال اس کا تجربہ کیا تو وسعت ہی پائی لہٰذا مسلمانوں کو چاہیے کہ دسویں محرم کو وسیع پیمانے پر کھانا پکانا اور کھلانا چاہیے

عاشورہ کے دن کے اعمال: حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رحمۃ اللعالمین ﷺ نے فرمایا جو شخص عاشورہ کے دن یتیم کے سر پر ہاتھ پھیرے گا تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے یتیم کے سر کے بال کے عوض ایک درجہ جنت میں بلند فرمائیں گے۔(غنیۃ الطالبین ج2 ص53)

عاشورہ کے روز غسل کرنا ہر مرض سے محفوظ: ارشاد نبی کریم ﷺ ہے جس نے عاشورہ (دسویں محرم) کے روز غسل کیا تو وہ مرضِ موت کے سوا کسی مرض میں مبتلا نہ ہوگا۔(غنیۃ الطالبین ج2 ص53)

یوم عاشورہ گناہوں سے توبہ کا حکم: سیدنا حضرت موسیٰ علیہ السلام پر وحی نازل ہوئی اور حکم ہوا: ترجمہ ”اپنی قوم کو حکم دو کہ دس محرم الحرام کو توبہ کریں اور جب یوم عاشورہ ہو تو میری طرف نکلیں (یعنی توبہ کریں) میں ان کی مغفرت فرمادوں گا (فیض القدیر شرح جامع الصغیر)

یوم عاشورہ آنکھوں کا علاج: حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص عاشورہ کے دن اثمد سرمہ آنکھوں میں لگائے تو اس کی آنکھیں کبھی نہ دکھیں گی۔(شعب الایمان ج3 ص367)

یوم عاشور پر اہل وعیال پر خرچ کرنے برکات: سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ کہتے ہیں حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص عاشورہ کے دن اپنے اہل وعیال کے کھانے پینے میں خوب زیادہ فراخی اور کشادگی کرے گا اللہ کریم سال بھر تک اس کے رزق میں وسعت اور خیر و برکت عطا فرمائے گا۔(ماثبت من السنۃ اشہر الحرام صفحہ 17)

تجربہ: حضرت سفیان ثوری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ہم نے اس کا تجربہ کیا تو ایسا ہی پایا۔(مشکوٰۃ شریف صفحہ 170)

حضرت محبوب سبحانی قطب ربانی: شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ اپنی کتاب غنیۃ الطالبین جلد 2 صفحہ 54 پر فرماتے ہیں کہ حضرت سفیان ثوری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ہم نے پچاس سال اس کا تجربہ کیا تو وسعت ہی دیکھی۔ اسی طرح علامہ مناوی رحمۃ اللہ علیہ فیض القدیر جلد 6 ص236 میں لکھتے ہیں کہ سیدنا حضرت جابر رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کہ ہم نے اس کا تجربہ کیا تو اس کو صحیح پایا اور سیدنا ابن عینیہ رضی اللہ عنہٗ نے فرمایا کہ ہم نے پچاس یا ساٹھ سال اس کا تجربہ کیا تو وسعت ہی پائی لہٰذا مسلمانوں کو چاہیے کہ دسویں محرم کو وسیع پیمانے پر کھانا پکانا اور کھلانا چاہیے۔

بیمار پرسی کرنا: ترجمہ: ”جو کوئی عاشورہ کے روز مریض کی بیمار پرسی کرے گا گویا اس نے تمام بنی آدم کی بیمار پرسی کی۔“ (غنیۃ الطالبین ج2 ص54)

یوم عاشور پانی پلانے کا ثواب: حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا جس نے عاشورہ کے دن لوگوں کو پانی پلایا گویا اس نے تھوڑی دیر کیلئے بھی اللہ تعالیٰ کی نافرمانی نہیں کی۔(غنیۃ الطالبین ج2 ص54)

روزے: سیدنا انس رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ نبی رحمت ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو کوئی محرم کے پہلے جمعہ کو روزہ رکھے تو اس کے گزشتہ گناہ اللہ تعالیٰ معاف فرمادیتے ہیں۔ارشاد نبی اکرم ﷺ ہے جو کوئی محرم کے تین دن جمعرات جمعہ ہفتہ کے روزے رکھے تو اس کیلئے نو سال کی عبادت کو ثواب لکھا جاتا ہے۔سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو کوئی محرم کے پہلے دس دن عاشورہ تک روزے رکھے تو وہ فردوس اعلیٰ کا وارث و مالک ہوگا۔(نزہۃ المجالس ج1 ص145)

شب عاشورہ کے نوافل: عاشورہ کی رات میں چار رکعت نماز نفل اس ترتیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد کے بعد آیۃ الکرسی ایک بار اور سورۂ اخلاص تین بار پڑھے اور نماز سے فارغ ہو کر ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ گناہوں سے پاک ہوگا اور بہشت میں بے انتہا نعمتیں ملیں گی۔(جنتی زیور صفحہ 157) جو شخص اس رات میں چار رکعت نماز نفل اس ترکیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورۂ اخلاص پڑھے تو رب العزت اس کے پچاس برس گزشتہ اور پچاس سال آئندہ کے گناہ بخش دیتا ہے اور اس کیلئے ملاء اعلیٰ میں ایک ہزار محل تیار کرتا ہے۔

بواسیر کا آسان علاج

ایک چھٹانک دیسی لال مرچ کی راکھ آدھا چنے کے برابر لیں، مکھن کیساتھ لیں 40 دن۔ میں نے یہ نسخہ خود آزمایا ہے بہت ہی سادہ اور تیر بہدف ہے۔(غلام مصطفیٰ، مظفر گڑھ)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 12 نومبر بروز پیر دوپہر 12 بجکر 7 منٹ سے 1 بجکر 27 منٹ تک 21 نومبر بروز بدھ صبح 9 بجکر 17 منٹ سے 10 بجکر 13 منٹ تک۔ 27 نومبر بروز منگل عصر تا مغرب یَاوَاسِعُ یَارَؤُفُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کررہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہورہا ہے اور مشکلات فوری حل ہورہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے ماہنامہ عبقری میری ایک ہمسائی نے گفٹ دیا تھا۔ ہوا یوں کہ میں نفسیاتی مریضہ بن گئی تھی میں ہر وقت وہم کا شکار رہتی تھی اگر نہانے جاتی تو دو دو گھنٹے نہاتی رہتی تب بھی مجھے محسوس ہوتا کہ ابھی میں ٹھیک طرح سے صاف نہیں ہوئی، وضو کرنے بیٹھتی تو گھنٹہ گھنٹہ وضو ہی کرتی رہتی اور یہی وہم رہتا کہ ابھی میرا وضو ٹھیک نہیں ہوا۔ یہی حالت نماز کی بھی تھی ایک نماز پانچ پانچ مرتبہ پڑھتی تب بھی یہی خیال رہتا کہ میری نماز مکمل نہیں ہوئی۔ ساری ساری رات نیند نہ آتی میں اپنی زندگی سے تنگ آچکی تھی نیند اور (باقی صفحہ 17 پر)

شاہ ولایت اللہ بغدادیؒ کے روحانی وظائف

گھر میں رزق کی کمی محسوس ہو یا گھر میں برکت نہ ہو جس کے سبب ہاتھ تنگ رہتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ رات کو عشاء کی نماز کے بعد اول گیارہ بار درود شریف پڑھے پھر ایک سو بار یَاوَاسِعُ پڑھے اس کے بعد گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے اور دعا کرے

حافظہ میں تیزی اور امتحان میں کامیابی

حافظہ میں ترقی اور تیزی کے لیے ہر پڑھا ہوا سبق یاد رکھنے کیلئے۔ ہر فرض نماز کے بعد سورۂ الم نشرح (پوری سورۃ) تین مرتبہ پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرلے۔ امتحان میں کامیابی کے لیے روزانہ بعد نماز عشاء ایک سو بار یَاحَسِیْبُ پڑھے اور سینے پر دم کرلے۔ امتحان کے دوران کثرت سے یَاحَسِیْبُ پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی حاصل ہوگی۔

نفرت کو محبت اور دشمنی کو دوستی میں بدلنا

اگر دو دوستوں میں باہمی اختلاف پیدا ہوگیا ہو یا دو خاندان میں کسی وجہ سے میل ملاپ ختم ہوگیا ہو اور آپس میں ملنا جلنا ختم ہوگیا ہو تو ایسی صورت میں یہ عمل بہت مفید اور کارگر ہے۔ ایک کلو مصری یا شکر یا مٹھائی پر باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد پانچ بار

سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ ﴿یٰسین ۵۸﴾۔

آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر اس مصری، شکر یا مٹھائی پر دم کر کے ناراض لوگوں کو کھلا دیں۔ اگر کھلانا ممکن نہ ہو تو سجدے کی حالت میں اکیلے کمرے میں تین سو تیرہ مرتبہ یَاوَدُوْدُ پڑھ کر سجدے ہی میں ناراض لوگوں کی محبت اور میل ملاپ کی دعا کریں۔ انشاء اللہ دشمنی دور ہوکر دوستی میں بدل جائے گی۔ مجرب عمل ہے۔

[redacted]

اکثر لڑکیوں کے سر کے بال جھڑنے لگتے ہیں بعض مرتبہ تو یہ دماغ کی کمزوری کا سبب ہوتا ہے۔ دوسرے کسی سحر، جادو، سفلی اور آسیبی اثرات کے سبب ہوتا ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ بال جھڑنا بند ہوجائیں گے۔ عمل یہ ہے:۔ سرسوں یا کھوپرے کے تیل پر باوضو اکتالیس مرتبہ سورۂ **واللیل اذا یغشی** (پوری سورۃ) پارہ 30 پڑھ کر دم کرلیں۔ اس تیل کی روزانہ سوتے وقت رات میں سر پر مالش کرلیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ کچھ دن عمل کرنے سے سر کے بال جھڑنا بند ہوجائیں گے اور اسی طرح اگر کسی کے ڈاڑھی کے بال گرنے لگیں تو اس کیلئے بھی یہ عمل مفید ہے۔

حافظہ کی کمزوری دور کرنا

اگر کسی کا دماغ اور حافظہ کمزور ہو اور اسے سبق یاد نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے حافظہ کی کمزوری دور کرنے کیلئے اول باوضو گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد ایک پاؤ روغن بادام (بادام کے تیل) پر اکتالیس بار سورۂ الم نشرح پڑھ کر دم کرے۔ آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھے اور دم کرے۔ اس روغن بادام کو رات کو سوتے وقت ایک چمچ ایک کپ گرم دودھ میں ڈال کر بچے کو پلائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ دماغ کی کمزوری دور ہوگی اور بچہ کا حافظہ کام کرے گا۔ وہ جو کچھ پڑھے یاد رہے گا۔

[redacted]

بعض مرتبہ لوگوں کے وہم کا مرض بہت زیادہ بڑھ جاتا ہے جس سے نہ صرف ان کی زندگی عذاب بن جاتی ہے بلکہ وہ دوسروں کے لیے بھی عذاب بن جاتے ہیں۔ وہم کے سبب بار بار وضو کرنا، کپڑے پاک کرنا، کرسی، میز، پلنگ، مسہری، دری، چادر، بستر سب بار بار پاک کرنا پھر بھی شک و شبہ دور نہیں ہوتا کہ پاک ہوئے یا ابھی ناپاک ہیں ان کو بار بار پانی میں نکالنا اس طرح سارا دن لگ جاتا ہے لیکن شک اور وہم پھر بھی باقی رہتا ہے۔ گھر والے اس مرض سے پریشان اور مصیبت میں گھرے رہتے ہیں۔ اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے اس سے وہم کا مرض ہمیشہ کیلئے دور ہوجاتا ہے۔

مریض خود پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرلے یا کسی سے پڑھوا کر پانی پر دم کرا کے وہ پانی پی لے۔ وہ عمل یہ ہے:۔

رات کو سوتے وقت ایک سو بار لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ۔ پڑھ کر سینے پر دم کرلیں اور اسی طرح صبح کو بعد نماز فجر ایک سو بار اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ۔ پڑھ کر سینے پر دم کرلیں۔ اکتالیس دن بلاناغہ یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ وہم کا مرض بالکل ختم ہوجائیگا۔

لڑکے لڑکیوں کی شادی کا عمل

بعض مرتبہ کچھ مجبوریوں کے سبب بہت سے لڑکے اور لڑکیاں کنوارے رہ جاتے ہیں۔ ان کی شادی میں طرح طرح کی رکاوٹیں پیدا ہوجاتی ہیں۔ اس کیلئے یہ عمل مجرب ہے:۔ شادی کیلئے ہر بدھ کو یا ہر جمعہ کے دن بعد نماز عصر باوضو سورۂ یوسف پارہ 12 کی تلاوت کرے۔ لڑکا یا لڑکی خود پڑھ لے یا گھر کا کوئی فرد پڑھ لے۔ یہ عمل اکتالیس دن کرے انشاء اللہ تعالیٰ جلد ہی کوئی مناسب رشتہ ہوجائے گا۔

[redacted]

گھر میں رزق کی کمی محسوس ہو یا گھر میں برکت نہ ہو جس کے سبب ہاتھ تنگ رہتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ رات کو عشاء کی نماز کے بعد اول گیارہ بار درود شریف پڑھے پھر ایک سو بار یَاوَاسِعُ پڑھے اس کے بعد گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے اور دعا کرے۔ یہ عمل اکتالیس دن تک کرے انشاء اللہ تعالیٰ گھر میں برکت ہوگی اور رزق زیادہ تعداد میں حاصل ہوگا نیز برکت کیلئے سب گھر کے افراد نماز کی پابندی کریں۔

درد سر کا علاج

سر کے درد سے نجات کیلئے سورۂ کوثر پوری سورۃ باوضو سات بار پڑھ کر کوئی شخص سر میں دم کردیا کرے ورنہ خود سات بار پوری سورت پڑھ کر اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کر کے اپنے تمام سر پر پھیر لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ چند دن کرنے سے سر کا درد دور ہوجائے گا۔ نیز یہ کہ مندرجہ ذیل حروف:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ پڑھ کر ایک کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کر کے کالے کپڑے میں سی کر سر میں یا ٹوپی میں اور عورت ہے تو چوٹی میں باندھ لے انشاء اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے بھی سر میں درد نہ ہوگا۔ وہ حروف یہ ہیں:۔

د م ہ م ل ہ

سانپ بچھو سے حفاظت کیلئے

جس گھر میں سانپ بچھو نکلتے ہوں وہاں سورۂ طارق (پارہ30) کو باوضو ایک کاغذ پر لکھ کر دیوار پر لگادیں، نہایت مجرب ہے، انشاء اللہ تعالیٰ اس کے لگانے کے بعد کوئی سانپ یا بچھو نظر نہیں آئیگا اگر نظر آئے بھی تو کوئی نقصان نہیں پہنچائے گا۔

اندھے پن، کوڑھ اور فالج سے حفاظت کا نبوی نسخہ

حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا اے حنیفہ! صبح کی نماز کے بعد 3 مرتبہ یہ کلمات پڑھ لیا کرو اس سے تم اندھے پن، کوڑھی اور فالج سے محفوظ رہو گے۔

وہ کلمات یہ ہیں: سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ۔ (بندہ خدا، واہ کینٹ)

امرود! پھل یا طاقت کا بے بہا خزانہ

عبدالعلیم

دائمی قبض دور کرنے کیلئے صبح ناشتے میں آدھ پاؤ سے تین پاؤ تک امرود کالی مرچ اور نمک چھڑک کر کھانا مفید ہے۔☆ امرود کے بیج آنتوں میں رکے ہوئے زہریلے اجزاء کو خارج کرتے ہیں۔☆امرود کو صرف سونگھنا ہی متلی کو دور کرتا ہے۔

امرود دو قسم کا ہوتا ہے ایک اندر سے سفید اور دوسرا سرخ ہوتا ہے۔ کچے امرود کا رنگ سبز اور پختہ امرود زرد سفیدی مائل اور خوشبودار ہوتا ہے۔

امرود کے فوائد

☆ امرود قوت ہاضمہ کو تقویت دیتا ہے۔ ☆ اس کا کھانا مفرح ہوتا ہے۔ ☆ کچا امرود قابض ہوتا ہے جبکہ پکا ہوا کھانے کے بعد ملین ہوتا ہے۔ ☆ دل کو طاقت دیتا ہے۔ ☆ مالیخولیا اور ذہنی پریشانی کو دور کرتا ہے۔☆ امرود بھوک بڑھاتا ہے۔☆ زکام اور بواسیر میں بے حد مفید ہے۔☆ اس کے بیج پیٹ کے کیڑوں کے قاتل ہیں۔☆ امرود کے پتے رگڑ کر پلانے سے دست کی بیماری ٹھیک ہوجاتی ہے۔ ☆اس کے پھولوں کا لیپ آنکھوں کے ورم کیلئے بے حد مفید ہوتا ہے۔☆ امرود میں وٹامن اے اور سی کے علاوہ کیلشیم، لوہا اور فاسفورس ہوتے ہیں جو انسانی صحت میں بڑا اہم کردار ادا کرتے ہیں۔☆ امرود کی چھال کا جوشاندہ بنا کر غرارے کرنے سے مسوڑھوں کی جملہ امراض ٹھیک ہوتی ہیں۔ ☆ امرود دماغ کو تر رکھتا ہے۔☆ اگر پھٹکڑی کے ہمراہ امرود کے پتوں کو رگڑ کر جوشاندہ تیار کرکے کلیاں کی جائیں تو دانتوں کے درد کو فوراً فائدہ ہوتا ہے۔☆ امرود کے پتے رگڑ کر جلی ہوئی جگہ پر لگانے سے جلن ختم ہوتی ہے اور چھالے نہیں بنتے۔ متواتر استعمال سے جلد آرام آجاتا ہے۔ امرود طبیعت کو نرم کرتا ہے اور خون کو صاف کرتا ہے۔☆اس کے پھول رگڑ کر پینے سے (چھان کر) پتے کی پتھری ٹھیک ہوتی ہے بشرطیکہ مرض بڑھا ہوا نہ ہو۔☆ امرود کے خشک پتوں کا سفوف زخموں کو خشک کرتا ہے۔☆ضعف معدہ کیلئے اگر ایک سیر کچے امرود میں ڈیڑھ سیر پانی ملا کر اتنا پکایا جائے کہ وہ گل جائیں بعد میں کپڑے میں ڈال کر اچھی طرح سے پانی نچوڑیں پھر اس پانی میں تین پاؤ چینی ملا کر شربت تیار کریں۔ دو چمچے بڑے ایک گلاس پانی میں ملا کر پینا ضعف معدہ کو بے حد مفید ہے۔☆ اگر سر چکراتا رہتا ہو تو امرود کے تازہ پتے ایک تولہ لے کر انہیں ایک سیر پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور اس میں آدھا تولہ نمک ملا کر خالی پیٹ دن میں ایک یا دو دفعہ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔☆ کھانسی اور نزلہ کو دور کرنے کے لیے آدھا کچا امرود جسے گدرا بھی کہتے ہیں گرم راکھ میں دبا کر تھوڑی دیر کے بعد نکال کر صاف کرکے تھوڑا نمک ملا کر کھانے سے کھانسی اور نزلہ سے یقیناً آرام ہوجاتا ہے۔☆ امرود خون کی حدت کو دور کرتا ہے۔☆ مثانہ کی سوزش کو دور کرتا ہے۔☆ نزلے کو روکنے کے لیے امرود کی نرم کونپلیں آٹے کے چھان کے ساتھ جوشاندہ بنا کر تھوڑی چینی ملا کر پینے سے فوراً فائدہ ہوتا ہے۔

معدے کی تیزابیت کا دشمن: ☆بلغم کو روکنے کے لیے امرود کے ساتھ اجوائن دیسی ملا کر کھانا مفید ہوتا ہے۔☆ امرود اور اجوائن دیسی ملا کر کھانے سے آنکھوں کے آگے اندھیرا آنا' سر کا گھومنا بھی ٹھیک ہوجاتا ہے۔☆ امرود کا زیادہ کھانا پیٹ میں ہوا پیدا کرتا ہے۔☆امرود پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے۔☆ امرود معدے کی تیزابیت کا دشمن ہوتا ہے۔☆ پیٹ کی بے شمار بیماریوں میں امرود کا استعمال مفید ہوتا ہے۔☆ امرود خود ہاضم ہوتا ہے اور دوسری غذاؤں کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔☆امرود کے استعمال سے آنتیں صاف ہوجاتی ہیں۔☆ جگر کا فعل امرود کھانے سے درست ہوجاتا ہے۔☆ رات کو منہ میں پانی آنے کی شکایت بھی امرود کے مسلسل استعمال سے ٹھیک ہوجاتی ہے۔

☆امرود کو کھانے کے بعد کھانا زیادہ بہتر ہضم ہوتا ہے مگر امرود کھانے کے بعد پانی کم از کم ایک گھنٹے بعد پیا جائے تو بہتر ہے۔☆ پیٹ کا اپھارہ دور ہوتا ہے بشرطیکہ مقدار کے مطابق کھایا جائے۔☆ بواسیری قبض کو دور کرتا ہے۔☆ دائمی قبض دور کرنے کیلئے صبح ناشتے میں آدھ پاؤ سے تین پاؤ تک امرود کالی مرچ اور نمک چھڑک کر کھانا مفید ہے۔☆ امرود کے بیج آنتوں میں رکے ہوئے زہریلے اجزاء کو خارج کرتے ہیں۔☆امرود کو صرف سونگھنا ہی متلی کو دور کرتا ہے۔

☆منہ کی سوجن دور کرنے کے لیے امرود کے پتوں کو ایک سیر پانی میں جوش دے کر غرارے کرنا مفید ہے۔☆ ہیضے والے کو امرود کے پتوں کا جوشاندہ پلانے سے قے اور دست بند ہوجاتے ہیں۔☆ گردے کی پتھری کو توڑتا ہے۔

ہمیشہ خوشحال رہنے کا عمل

بائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر المجیب اور دائیں پر السمیع لکھے۔ پھر آسمان کی طرف ہاتھ اٹھا کر دعا کرے تو انشاء اللہ فوراً قبول ہوگی

ہمیشہ خوشحال رہنے کا عمل

اسم اَلرَّافِعُ اَلْبَاسِطُ یہ دونوں اسم ملائکہ عرش کا وظیفہ ہیں ان اسماء کے ذاکر کو اللہ تعالیٰ جسمانی مالی اور علمی وسعت دیتا ہے اور اس کے ذاکر کو قدر و منزلت دیتا ہے جو شخص ان دونوں اسماء کو سونے کی انگوٹھی پر کندہ کرا کر پہنے تو ہمیشہ خوشحال رہے۔

قبولیت دعا کا عمل

اسم اَلْغَيْبُ السَّمِيْعُ ان دونوں اسمائ کا ذاکر اللہ تعالیٰ سے جو کچھ مانگے تو وہ اس کو عنایت کرتا ہے۔ اگر بائیں ہاتھ کی ہتھیلی پر اَلْمُجِيْبُ اور دائیں پر اَلسَّمِيْعُ لکھے۔ پھر آسمان کی طرف ہاتھ اٹھا کر دعا کرے تو انشاء اللہ فوراً قبول ہوگی۔ اس کے خواص بہت جلد ظاہر ہوتے ہیں۔

محبت کا کامیاب عمل

اسم اَلْقَهَّارُ الشَّدِيْدُ ان کا ذاکر جس کام کا رخ کرتا ہے وہ کام جلد پورا ہوجاتا ہے اور ہر شخص اس سے محبت اور خوف کرتا ہے اگر ان کا دفق مکسر مربع کی صورت میں پاک چمڑے پر لکھ کر بازو پر باندھے تو کوئی اس کا مقابلہ نہ کرسکے اور جو مقابلہ کرے گا وہ مغلوب ہوگا اس کے مخمس کا نقش بنا کر اپنی پیشانی پر باندھے تو سب کے دلوں میں اس کی محبت پیدا ہوتی ہے۔

جسمانی قوت میں اضافہ

اَلْقَوِيُّ اَلْقَادِرُ ان دونوں اسموں کے ذاکر کے اعضاء میں قوت پیدا ہوتی ہے۔ وہ جس قدر بوجھ اٹھائے کچھ مشقت معلوم نہ ہوگی۔

دعا دافع مصیبت

جس شخص کو کوئی مصیبت درپیش ہو اس کو چاہیے کہ شب جمعہ کو غروب آفتاب کے بعد غسل کرکے اعتکاف میں بیٹھے اور کسی سے کلام نہ کرے یہاں تک کہ عشاء کی نماز پڑھ کے وتر کے آخری سجدہ میں یہ الفاظ سو بار کہے یَااَللّٰهُ یَارَبُّ یَاحَيُّ یَاقَيُّوْمُ بِكَ اَسْتَغِيْثُ یَااَللّٰهُ اور حاجت مانگے انشاء اللہ پوری ہوگی۔ اللہ کے ان پاک ناموں کے وسیلے سے بہت سو کی حاجتیں پوری ہوئی ہیں آپ بھی یقین کے ساتھ کریں۔ اللہ کرم کرے گا۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

☆معدہ خراب ہے☆ہڈیوں کا ڈھانچہ☆نسوانی امراض☆پھر زندہ ہو گیا☆گیس اور قبض

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

[redacted]

آج سے چند سال پہلے میرے معدے میں درد ہوا تھا جو اب بھی ہوتا ہے۔ اگر چاول' نان' سموسے یا پکوڑے کھا لیتی ہوں تو آدھی رات کو درد شروع ہو جاتا ہے حلق میں انگلی ڈال کر قے کرتی ہوں تو سب کچھ نکل جاتا ہے پھر معدے کے مقام پر گرم استری سے سینکتی ہوں تو آرام آ جاتا ہے' ورنہ ساری رات جاگ کر گزارنا پڑتی ہے۔ ایک ہومیو ڈاکٹر سے دوا کھانی شروع کی' اس سے درد ختم ہو گیا لیکن اجابت میں اضافہ ہو گیا۔ دس بارہ مرتبہ اجابت ہونا ایک عام سی بات ہو گئی۔ علاج کروایا لیکن آرام نہیں آیا۔ روٹی بھی ہضم نہیں ہوتی۔ ادھر روٹی کھاتی ہوں فوراً ہی باتھ روم جانا پڑتا ہے۔ پاخانے رکنے کا نام نہیں لے رہے کوئی تین سال ہو گئے علاج کرواتے ہوئے۔ بادی اور گیس بہت رہتی ہے۔ بعض حکیم معدے میں السر اور سوزش بتاتے ہیں۔ لیکن آرام کسی سے نہیں آتا۔ الٹی وغیرہ کبھی نہیں آئی' سوائے حمل کے دوران۔ کوئی ایسی دوا دیں جس سے معدہ سخت ہو جائے۔ ہر چیز ہضم کرنے لگے اور بادی ریشہ وغیرہ ختم ہو جائے۔ ٹھنڈی چیزیں کھانے سے پٹھے اکڑ جاتے ہیں ہر وقت سردی لگتی رہتی ہے۔ **(مسز رشید' گوجرانوالہ)**

مشورہ: تیزپات' دیسی اجوائن' سونٹھ' نمک لاہوری ایک ایک تولہ کوٹ لیں' چھان کر غذا کے بعد دو رتی کھائیں' اگر طبیعت بہتر محسوس ہو تو دوسرے وقت بھی کھائیں' کوئی ناگوار کیفیت محسوس کریں تو دوسری خوراک نہ کھائیں۔ طبیعت ٹھیک محسوس ہو تو دن میں دو بار غذا کے بعد کھائیں۔ غذا میں بکرے کا گوشت' چکن وغیرہ پکا کر روٹی سے کھائیں۔ یہ دوا گویا کہ لیبارٹری ٹیسٹ ہے اسی سے مرض کا اندازہ ہو گا۔ دو دوائیں آپ کو موافق ہیں ادرک اور دیسی اجوائن۔ غذا نمبر 1 استعمال [redacted] کریں۔

پچھلے چھ سال سے بڑی آنت میں السر کی شکایت ہے کبھی حالت بہتر ہو جاتی ہے اور کبھی بہت زیادہ خراب ہو جاتی ہے۔ اس دوران جسم کا تمام خون ختم ہو جاتا ہے' بیماری کے دوران جسم کا تمام خون ختم ہو جاتا ہے' بیماری کے دوران بالکل ہڈیوں کا ڈھانچہ بن جاتی ہوں اور دوسروں کی محتاج ہو جاتی ہوں' خود اٹھ کر باتھ روم تک نہیں جا سکتی۔ اس پر ستم یہ ہے کہ جس علاج سے پہلے آرام آتا ہے بعد میں وہ دوا جیسے اثر ہی نہیں کرتی۔ تھک ہار کر دوسرا معالج بدلنا پڑتا ہے۔ آخری مرتبہ جس حکیم سے علاج کروایا تھا تو انہوں نے کہا کہ آملہ کا مربہ روزانہ اپنے استعمال میں رکھیں۔ لہٰذا تقریباً سال بھر سے یہ استعمال میں ہے۔ ساتھ میں ثابت اسپغول یا اس کی بھوسی بھی لیتی ہوں یا پھر کبھی گوند کتیرا کا استعمال بھی کرتی ہوں۔ تقریباً سال بھر سے ٹھیک تو ہوں مگر درمیان میں اکثر و بیشتر سفید لیس دار مادہ شروع ہو جاتا ہے۔ کئی دفعہ باتھ روم جانا پڑتا ہے اور ہر لمحہ خوف رہتا ہے۔ آج کل بیماری پھر زوروں پر ہے اور لیس دار مادہ میں خون کی آمیزش بھی ہے اور دن میں کئی دفعہ باتھ روم جانا پڑتا ہے۔ جب طبیعت ٹھیک بھی ہو تو ہر وقت ناف کے نیچے بڑی آنت میں عین اس جگہ پیچھے کمر میں ہر وقت درد رہتا ہے بیماری میں یہ درد اتنا بڑھ جاتا ہے کہ ناقابل برداشت ہو جاتا ہے۔ **(ساجدہ' اوکاڑہ)**

مشورہ: انار کا خشک چھلکا پیس کر ایک چٹکی غذا کے بعد کھاتی رہیں' باقی وہی تدبیر جس پر آپ عمل کر رہی ہیں اسے جاری رکھیں' غذا کا خاص خیال رکھیں' بدپرہیزی نہ کریں کیونکہ [redacted] بدپرہیزی سے مرض عود کر آتا ہے۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

جب میں بالغ ہوئی تو بدپرہیزی کی وجہ سے مجھے نسوانی امراض لاحق ہو گئے اور پھر میرے چہرے پر کیل مہاسے بھی نمودار ہو گئے۔ کچھ سالوں کے بعد ذرا سمجھ دار ہوئی تو عناب کا نسخہ پڑھ کر عمل کیا تو کچھ دانے چلے گئے جبکہ کچھ رہ گئے پھر میں لاپرواہ ہو گئی۔ پھر کچھ سالوں کے بعد مجھے خارش کا مرض ہو گیا۔ خشک اور تر دونوں طرح کی خارش تھی' مختلف علاج سے کچھ کم ہو گئی لیکن یہ مکمل ختم نہیں ہوئی۔ آنکھوں' پلکوں اور بھنوؤں میں بھی خارش ہوتی ہے جس کے بعد پھر دوبارہ سے موٹے موٹے دانے کچھ مہینے سے نکل رہے ہیں' ماتھے اور بھنوؤں پر خارش کرنے کی وجہ سے جگہ ابھری ہوئی ہے۔ **(پوشیدہ)**

مشورہ: عناب والا نسخہ دوبارہ استعمال کریں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ گوشت' انڈا' مرغی' مچھلی' مرچ' گرم مصالحوں اور کھٹی چیزوں سے پرہیز بھی ضروری ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

دل کا دھڑکنا

اچانک بیٹھے بیٹھے یا چلتے سوتے دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے' کبھی تو دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے کبھی تو دل اتنی زور سے دھڑکتا ہے کہ جیسے باہر آ جائے گا' پرندہ جس طرح خوف سے پنجرہ میں پھڑ پھڑاتا ہے۔ **(سامیہ' حیدرآباد)**

مشورہ: حب مؤلف جواہر' عرق گاؤزبان کے ساتھ ایک عدد صبح و شام کھائیں۔ غذا کے بعد ایک عدد خوشبودار سرخ گلابی رنگ کا درمیانہ سائز والا سیب جو بہت میٹھا ہوتا ہے مگر تازہ ہو' [redacted] کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

دل کی تکلیف ہوئی' بڑے پرائیویٹ ہسپتال میں انجیوگرافی ہوئی تو اللہ کی شان حرکت قلب بند ہو گئی۔ ڈاکٹروں نے الیکٹرک شاک دیئے اور جو کچھ ان کی سمجھ میں آیا انہوں نے کیا پھر ان کو میری موت کا یقین ہو گیا تو اللہ تعالیٰ نے مجھے زندگی دوبارہ دے دی اور میں زندہ ہو گیا۔ کافی کمزور ہو گیا' بستر پر رہا' کچھ چلنے پھرنے لگا اور اب میں پوری طرح صحت مند ہوں مگر میرا چہرہ کچھ کچھ سیاہی مائل ہو گیا جیسے جھلس گیا ہو اور ہاتھ بالکل پیلے زرد ہو گئے جیسے یرقان میں ہو جاتے ہیں خون کے ٹیسٹ نارمل ہیں ایل ایف ٹی نارمل ہے' الٹراساؤنڈ نارمل ہے۔ کاروبار یورپ میں بھی ہے' یورپ آنا جانا لگا رہتا ہے وہاں بھی ڈاکٹروں سے مشورے کیے وہ بھی تشخیص نہیں کر سکے' بالکل

زردی ہلدی کی طرح کی جسم پر ہوگئی ہے۔ **(زیڈ زیڈ' کوئٹہ)**

مشورہ: مفرح شیخ الرئیس تین تین گرام مفرح بارد تین تین گرام دواء المسک معتدل جواہر دار تین تین گرام صبح و شام کھائیں۔ مفرح شاہی چھ چھ گرام غذا کے بعد کھائیں۔ انڈا' مرغ' مچھلی' گوشت سے پرہیز کریں۔ تازہ پھل' انگور [redacted] اور انار کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

35 سال پہلے بواسیر کا آپریشن کروایا تھا' اس سے خون کا آنا بند ہوگیا تھا مگر بواسیر کی دوسری تکلیفیں پیٹ گڑگڑانا' گیس' قبض وغیرہ ویسی ہی رہیں۔ تین سال کے بعد پھر سے خون آنے لگا ہے۔ **(نوشین' لاہور)**

مشورہ: حکیم محمود الحق صاحب کے نسخہ کے مطابق ناگکیسر چھ ماشہ' مغز تخم نیم' مغز تخم بکائن' ہلیلہ سیاہ' لڑکچور' ہر ایک دوا چھ چھ ماشہ' کالی مرچ تین ماشہ' چاکسو چھ ماشہ کوٹ چھان کر لعاب بیدانہ میں جنگلی بیر کے بقدر گولیاں بنا کر سائے میں خشک کرلیں۔ سوتے وقت دو گولی نیم گرم پانی سے کھالیا کریں۔ مہینہ بھر کھائیں' ہفتہ بھر ناغہ کریں۔ بواسیر میں جن چیزوں سے پرہیز ہے ان سے پرہیز کریں۔ تین ماہ میں بواسیر سے مستقل شفایابی ہوجاتی ہے۔

شوگر کے نسخے

حکیم صاحب آپ سے گزارش ہے کہ شوگر کے علاج کیلئے چند مفید نسخے بتادیں تاکہ عوام کا بھلا ہوسکے۔

مشورہ: حسب ارشاد دو نسخہ جات پیش خدمت ہیں۔ مغز بادام قندھاری دو صد گرام' کلونجی میٹھی' اندرجو تلخ ہر دوا پچاس گرام سب کو مناسب طریقہ سے پیس کر ایک تا دو گرام دونوں وقت کھانے کے دوران کھائیں۔ دوسرا نسخہ تخم کاسنی' رسونت انڈیا' برگ تخم شاہترہ' گل افسنتین' ہر دوا صاف کرکے پچاس گرام لیں پھر ان کو پیس کر ڈبل زیرو کے کیپسول بھر کر ایک ایک دونوں وقت کھانے کے دوران کھلائیں۔ یاد رہے کہ دونوں نسخہ جات ایک ہی وقت میں مریض کو کھائیں۔ ان دونوں نسخہ جات کے استعمال سے کسی قسم کا کوئی نقصان نہیں ہے۔ یہ بھی مناسب ہوگا کہ دوا کھانے کے بعد ایک ایک کپ دودھ پئیں تاکہ بعض افراد کے مزاج میں گرمی خشکی کا اثر نہ کرے۔ غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

شرمندگی

میری عمر بیس سال ہے' گزشتہ دو سال سے مجھے پسینہ معمول سے زیادہ آرہا ہے کبھی کبھار پسینہ سے بو بھی بہت آتی ہے جس کی وجہ سے کسی قریب بیٹھے ہوئے شخص سے شرمندگی محسوس ہوتی ہے۔ (جاوید علی' بہاولنگر)

مشورہ: صندل' گل نیلوفر' کاسنی کے بیج' تخم خیار ہر دوا صاف کرکے بیس بیس گرام پیس کر نصف نصف چمچی دن میں دو تین بار پانی سے کھائیں جوارش شاہی ایک چمچی رات کو سوتے وقت کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

دائمی قبض

مجھے دائمی قبض کی شکایت ہے' ضعف ہضم' ضعف قلب سر درد' جگر کا مسئلہ ہے۔ براہ مہربانی ان سب امراض کیلئے کوئی مفید نسخہ تجویز کردیں۔

مشورہ: آپ نے اپنے طویل خط میں کم و بیش درجن بھر عوارض کا ذکر کیا ہے۔ قبض' خرابی معدہ' بقول آپ کے گزشتہ پندرہ برس سے ہے۔ آپ رات کو سوتے وقت ایک گلاس گرم دودھ میں دو تا تین چمچی روغن بادام ملا کر پئیں۔ دونوں وقت جوارش جالینوس ایک ایک چمچی کھانے کے درمیان میں کھائیں۔ فی الحال ایک ماہ تک یہ علاج کریں۔ غذا نمبر 3 [redacted] استعمال کریں۔

میری عمر ستائیس برس ہے شادی شدہ ہوں۔ دو بچے ہیں اب کچھ عرصہ سے ایام صحیح طریقہ سے نہیں آتے ایک دو دن آتے ہیں پھر بند ہوجاتے ہیں۔ اس دوران درد بہت ہوتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی مفید نسخہ بتادیں۔

مشورہ: برگ گاؤزبان' سونف' تخم خربوزہ' تخم خرطم سب اشیاء ایک چھٹانک لے کر سب دواؤں کو ایک کلو پانی میں جوش دیکر

ہر پریشانی و مشکل سے نجات

کسی بھی پریشانی یا مشکل وقت میں ہر وقت یہ دعا پڑھیں رَبِّ اِنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ ۔ کم از کم چالیس دن تک

اگر کوئی چیز گم جائے تو۔۔۔۔!

شہادت والی انگلی سے اشارے سے دیوار پر 786 لکھیں پھر اس پر یَامُوسیٰ یَاکَلِیْمُ پڑھیں۔ انشاءاللہ چیز مل جائے گی۔ جتنا زیادہ پڑھیں گے اتنا زیادہ جلدی چیز ملے گی۔ **(بیگم منظور' حویلی لکھا)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' کھیرا' توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ڈبل روٹی' کھیرے' ککڑی' پالک' مونگ کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دیسی گھی' پرانے چاول' بہی' سلاد' امرود' شکرقندی' انار' تربوز' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھوہارا' اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انجیر' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شربت' نمک' میٹھا' خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال ماش' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' تارامیرا' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' سوجی کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

کریلا' توری' کھیرا' کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' انجیر تھوڑی مقدار میں' ڈبل روٹی سادہ' دیسی انڈے' پنیر' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ڈرائی فروٹ' زیتون کا پھل' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے کی زردی' چھوٹا مغز

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) سیب' رس' امرود' پپیتے' ڈبل روٹی' شلجم' توری' بھنڈی' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' جلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' یخنی' دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' لسی' تربوز' لیچی' امرود' کھیرا' چھاچھ' کدو' ناریل کا پانی۔

کچن کی صفائی اور گھروں کیلیے حفاظتی ٹوٹکے

شیزہ رضا

کچن میں مکھیاں تنگ کرتی ہوں تو ایک اسفنج کے ٹکڑے پر ابلتا ہوا پانی ڈال کر کسی پلیٹ میں رکھ دیں اسی اسفنج پر آدھا چمچ لونڈر آئل ڈال لیں۔ اس کی خوشبو سے مکھیاں بھاگ جائیں گی۔ یہ تیل کیمیکلز کی دکانوں سے عام مل جاتا ہے

کیا آپ اپنے کچن کی منصوبہ بندی اور ڈیزائننگ کر رہی ہیں یا اس کو جدید ترین بنانا چاہتی ہیں۔ اگر آپ کا جواب ہاں میں ہے تو آپ کو اس کیلئے باقاعدہ منصوبہ بندی پر عمل پیرا ہونا پڑے گا۔ پہلے زمانے میں خواتین کا تمام تر وقت گھروں میں ہی گزرتا تھا۔ ان کو کہیں نوکری وغیرہ نہیں کرنا پڑتی تھی اور نہ ہی ٹی وی جیسی چیز تھی۔ گھروں کے سارے کام ایک ہی جگہ سرانجام پاتے تھے۔ ایک ہی جگہ کھانا پینا اور اہم فیصلے بھی ایک ہی جگہ مل بیٹھ کر ہوجاتے تھے۔

رفتہ رفتہ جب رہن سہن بدلا تو لوگوں کو ہر کام کیلئے الگ کمروں کی اہمیت کا احساس ہوا اور یوں کچن بھی ایک اہم ضرورت بن کر ابھرا۔ آج کل صورت حال یہ ہے کہ کچن اگرچہ ہے تو پکانے کی جگہ مگر اس کو ایک ورکشاپ سے تشبیہ دی جاسکتی ہے جہاں خاتون خانہ یکسوئی کے ساتھ امور گھرداری بخوبی اور سہل انداز میں سرانجام دے سکے۔ یوں وقت اور توانائی بے مصرف ضائع نہیں ہونے پاتی۔

کچھ عرصہ سے کچن کو گھر کے مناسب ترین حصہ میں بنایا جانے کا رواج ہونا شروع ہوا ہے کہ جہاں سے خاتون خانہ تمام گھر کو آسانی سے کنٹرول کرسکے۔ ایک آئیڈیل کچن کی منصوبہ بندی سے پہلے یہ بات اپنے ذہن میں رکھنی چاہیے کہ ہم نے کچن کو محض اپنے لیے نہیں بلکہ مستقبل کیلئے بھی بنانا اور قائم رکھنا ہے اب جبکہ آپ کے پاس دنیا کی جدید ترین چیزیں مثلاً ڈش واشر، واشنگ مشین، مائیکرو اوون اور برقی چمنی سمیت وہ تمام جدید ذرائع موجود ہیں جن کا آپ تصور کرسکتی ہیں۔

ان سب جدید ترین سہولیات کو مدنظر رکھتے ہوئے آپ کو کچن میں بجلی کے بورڈ وغیرہ کو خصوصی توجہ سے فٹ کرانا ہوگا تاکہ کچھ عرصہ بعد آپ کو کسی قسم کی پریشانی میں مبتلا نہ ہونا پڑے۔ کچن کا پلیٹ فارم سب سے اہم جگہ ہوتی ہے اسی ایک جگہ سے آپ کو سبھی کام کرنے ہوتے ہیں۔ کمرے کی بناوٹ شکل اور پہچان اسی سے بنتی ہے۔ اسی پلیٹ فارم کو بعد میں بہت سے کاموں کا بوجھ برداشت کرنا پڑتا ہے اسی جگہ کاٹنے چھیلنے، پیسنے اور پکانے کے وہ تمام کام انجام پاتے ہیں جو آپ کو اکیلے ہی کرنا ہوتے ہیں۔ یہی وہ جگہ ہے جہاں گرم اور بھاری پریشر ککر اور خشک مصالحے پیسنے کیلئے بھاری مکسر رکھے جائیں گے۔ پھر بھی تمام تر کاموں کے باوجود آپ سے یہی توقع کی جائے گی کہ یہ آپ ہی کی طرح نفیس اور دلکش نظر آئے۔

اسی طرح آپ کو واش بیسن بھی مناسب جگہ پر لگوانا چاہیے۔ واش بیسن کیلئے اسٹیل ٹوئن ٹپ واش بیسن ہی مناسب اور آزمودہ ہے۔ ان میں کوئی جگہ ایسی نہیں کہ ان کے کناروں پر گندہ پانی جمع ہوسکے۔ بیسن کے اوپر والی دیوار میں کھڑکی ضرور لگوائیں تاکہ تازہ ہوا کی آمد ورفت باآسانی ہوسکے۔

کچن کی دیکھ بھال کیسے کی جائے

☆ کچن کے فرش پر پلاسٹک لگوانے اور اس کے بل وغیرہ نکالنے کیلئے پہلے فرش پر گرم پانی میں کپڑا بھگو کر پلاسٹک پر پھیرلیں۔ اب پلاسٹک فرش سے بالکل چپک جائے گا اور کوئی بل بھی نہیں آئے گا۔

☆ کچن کے دروازوں میں ہمیشہ کاغذ کی جگہ پلاسٹک لگوائیں کیونکہ کاغذ کے نیچے ٹڈیاں وغیرہ پیدا ہوجاتی ہیں جس کا احساس بعد میں ہوتا ہے۔

☆ دروازوں پر اگر خاکی کاغذ لگانا چاہیں تو پہلے ان دروازوں پر بورک ایسڈ چھڑک لیں، یوں آپ ٹڈیوں کا سدباب کرلیں گی۔

☆ اگر آپ چاہیں کہ صبح برتن جلد دھل جائیں تو رات کو ان برتنوں پر تھوڑا تھوڑا سا واشنگ پاؤڈر چھڑک دیں۔ یوں ان پر جمی ہوئی چکنائی باآسانی دھل جائے گی۔

☆ کچن کے دروازوں اور دروازوں کے قبضوں سے زنگ چھڑوانے کیلئے ان پر مٹی کا تیل لگا کر رگڑیں۔ پھر کسی کپڑے سے پونچھ ڈالیں۔

☆ کچن کی کھڑکیوں کے شیشوں سے پوٹین کے داغوں کو دور کرنے کیلئے داغوں پر سرکہ رگڑیں پھر کسی اونی کپڑے سے صاف کرلیں۔

☆ بوتلوں سے گندگی دور کرنے کیلئے سرکہ اور نمک بوتلوں میں ڈال کر ہلائیں۔ آسانی سے گندگی دور ہوجائے گی۔

☆ شیشے کے برتنوں میں چمک لانے کیلئے ان کو جب بھی دھوئیں تو بعد میں صاف پانی سے کھنگالتے وقت پانی میں سرکہ ملالیں۔ برتن چمک اٹھتے ہیں۔

شیشے کے گلاسوں کو جڑنے سے بچانے کیلئے ان کے درمیان کاغذ رکھ دیا کریں گلاس جڑنے سے محفوظ رہیں گے۔

☆ کچن میں استعمال ہونے والے چاقو چھری کبھی پانی میں مت ڈبوئیں اس سے ان کی دھار متاثر ہوجاتی ہے بلکہ ان کو گیلے کپڑے سے پونچھ لیا کریں۔

☆ کچن میں چیونٹیوں کو جمع ہونے سے بچانے کیلئے اسی جگہ تھوڑا سا آٹا چھڑک دیا کریں چیونٹیاں غائب ہوجائیں گی۔

☆ کچن میں اگر خدانخواستہ آگ بھڑک اٹھے تو حواس قابو میں رکھیں اور شعلوں پر جلدی سے دودھ ڈال دیں۔ آگ جلدی بجھ جائے گی۔

☆ کچن کے فرش پر کپڑا مارتے وقت اگر فینائل بھی پانی میں ڈال لیں تو کیڑے مکوڑے بہت کم آئیں گے۔

☆ کچن میں مکھیاں تنگ کرتی ہوں تو ایک اسفنج کے ٹکڑے پر ابلتا ہوا پانی ڈال کر کسی پلیٹ میں رکھ دیں اسی اسفنج پر آدھا چمچ لونڈر آئل ڈال لیں۔ اس کی خوشبو سے مکھیاں بھاگ جائیں گی۔ یہ تیل کیمیکلز کی دکانوں سے عام مل جاتا ہے۔

☆ کچن کی الماریوں کی درازیں اگر سخت ہوجائیں تو ان کو رواں کرنے کیلئے باہر والے حصے پر موم مل کر کئی مرتبہ کھولیں اور بند کریں دراز آسانی سے کھلنے لگے گی۔

گھٹنوں میں درد ہے تو آپ بھی روحانی پھکی کھائیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ایک ماہ قبل میں نے روحانی پھکی استعمال کی، اس سے مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا، میرے گھٹنوں میں چلنے پھرنے سے شدید درد رہتا تھا، کپڑے دھونے کے بعد بازو میں شدید درد رہتا تھا۔ روحانی پھکی کھا رہی ہوں اب نہ تو میرے گھٹنوں میں درد ہے اور نہ ہی بازو میں درد ہے۔ میرے شوہر روحانی پھکی اپنے آفس لے گئے، وہاں سب کو روحانی پھکی دی، اب وہاں سے فرمائش آتی ہے کہ ہمیں اور روحانی پھکی لاکر دو۔ میرے شوہر عبقری آفس سے روحانی پھکی اور میگزین لے کر جاتے ہیں۔ محترم حکیم صاحب آپ نے جو فرمایا وہ درست ہے کہ بات ہے یقین کی۔ اگر یقین کی طاقت کے ساتھ دوا استعمال کی جائے تو اللہ تعالیٰ اس دوا میں تاثیر کی طاقت ڈال دیتے ہیں اور بندے کو فائدہ پہنچ جاتا ہے۔ (مسز ریحان، لاہور)

دس سالہ آزمودہ وظیفہ عبقری کیلئے

س۔ع

ہم نے خود اس کو اپنے لیے پڑھا تھا جب ہمیں اچھی کالونی میں کرائے پر گھر نہیں مل رہا تھا۔ کافی دن اِدھر اُدھر پھرنے کے بعد جونہی ہم نے دعائے عکاشہ پڑھنا شروع کی اسی دوران ہمیں بہت اچھا گھر مل گیا

عرصہ 20 سال سے دعائے عکاشہ ہمارے خاندان میں پڑھی جارہی ہے سب سے پہلے میرے تایا ابو جو کہ ہمارے سسر بھی ہیں ان کی فیکٹری پر بہت مشکل مالی حالات آئے تھے ہم نے اس کو پڑھا تھا اس وقت زندگی وموت کا مسئلہ بنا ہوا تھا کیونکہ کاروبار میں اتنا نقصان ہوا تھا کہ برداشت سے باہر تھا تو مستقل کافی عرصہ تک اس کو پڑھتے رہے تھے اور اللہ پاک نے وہ سارا مسئلہ حل کردیا تھا۔ بینک کا بہت زیادہ قرض تھا جو کہ تھوڑی سی زمین بکنے سے اتر گیا تھا جس کا ہم سوچ بھی نہیں سکتے تھے اس زمین کی اتنی ویلیو بھی نہیں تھی جن داموں وہ بکی تھی۔

دس سال کا آزمودہ وظیفہ: اب میں خود پچھلے دس سال سے ہر سال ابو کے کام کیلئے پڑھتی رہی ہوں اس کے اتنے فوائد حاصل ہوئے ہیں کہ میں اس پر ایک کتابچہ لکھ سکتی ہوں۔ یہ تو ہمارے خاندان کیلئے ایک ٹانک ہی بن گئی ادھر کوئی پریشانی آئی ادھر دعائے عکاشہ ہم سب نے مل کر پڑھنا شروع کیا اور سات دن کے اندر اندر اللہ تعالیٰ کی کرم نوازی سے کام ہوجاتا ہے۔ یہ پچھلے دس سال سے آزمودہ ہے حالانکہ بینک کا کام جائز نہیں پھر بھی ابو اور بھائیوں کی پریشانی کیلئے ہم اس کو پڑھتے رہے ہیں اور ہر دفعہ فائدہ ہی ہوا ہے۔ مسئلہ جو بھی ہو فوراً حل ہوا ہے۔ گانٹھیں روئی کی نہ بک رہی ہوں یا مارکیٹ بالکل مندی ہو تو ابو نے پریشان ہوکر ہمیں فون کرنا اور ہم دونوں بہنوں نے پڑھنا شروع کردینا۔۔۔ اس دعا کی برکت سے ابو کو مندی میں بھی اللہ کی کرم نوازی سے منافع ہی ہوتا تھا اور ابو کا رکا ہوا مال فوراً ہی بک جاتا تھا لوگ رو رہے ہوتے تھے کہ اس سال بہت گھاٹا ہوا ہے لیکن ابو منافع میں ہوتے تھے۔

ہمارے خاندان میں ہرطرح کے مسائل کیلئے اس کو پڑھا گیا ہے چاہے ہماری کاروباری پریشانی ہو‘ پیپرز ہوں‘ جاب کا مسئلہ ہو اسی کا سہارا لیتے ہیں۔

☆ ہم نے خود اس کو اپنے لیے پڑھا تھا جب ہمیں اچھی کالونی میں کرائے پر گھر نہیں مل رہا تھا۔ کافی دن اِدھر اُدھر پھرنے کے بعد جونہی ہم نے دعائے عکاشہ پڑھنا شروع کی اسی دوران ہمیں بہت اچھا گھر مل گیا۔ اسی طرح ایک دفعہ کسی آدمی کے پاس پیسے پھنس گئے کچھ سمجھ نہ آئے کہ کیا کریں ہم نے دعائے عکاشہ پڑھنا شروع کردی اس کی برکت سے وہ بندہ گھر آ کر پیسے دے گیا۔

دعائے عکاشہ‘ مجموعہ اوراد و وظائف اردو ترجمہ کے ساتھ صفحہ نمبر 267 پر موجود ہے۔

آسمانی بجلی‘ بس اور ایک مسافر

(حکیم معراج الدین‘ اوکاڑہ)

راولپنڈی سے ایک بس آرہی تھی جس نے مری جانا تھا۔ بس کے اوپر آسمانی بجلی گھوم رہی تھی۔ بس گھوڑا گلی کے پاس ہی تھی کہ بجلی بس کے اوپر گرتے گرتے اوپر ہوجاتی تھی سارے مسافر سہمے ہوئے تھے اور اللہ کو یاد کررہے تھے۔ بس ڈرائیور نے بس کو ایک سائیڈ پر روک دیا اور کہا کہ ہم سب میں سے ایک بندہ ہے جس کی موت آئی ہوئی جس کے اوپر بجلی گرنا چاہتی ہے اس لیے ہر بندہ ایک ایک کر کے اترے اور کچھ فاصلے پر ایک درخت تھا اس کو ہاتھ لگا کر آجائے جس پر بجلی گرنی ہوگی اس بندے پر باہر ہی گرجائے گی اور وہ بندہ مرجائے گا۔ بس کے سارے مسافر بمعہ ڈرائیور کنڈیکٹر ایک ایک کر کے اترے اور درخت کو ہاتھ لگا کر آئے ان مسافروں میں ایک ایسا نوجوان بھی بیٹھا تھا جس کی شادی کو صرف ایک دن ہوا تھا وہ باہر نہیں جارہا تھا۔ کہتا تھا کہ میں باہر نہیں جاؤں گا سب نے سمجھ لیا کہ اسی کی موت آئی ہوئی ہے جو نہیں جارہا۔ سب نے اسے زبردستی اٹھا کر نیچے اتار دیا جب وہ نیچے اتر کر درخت کے قریب پہنچا تو ایک دم سے بجلی گری تو پوری بس جل کر راکھ ہوگئی اور وہ صرف ایک نوجوان بچ گیا جس کی وجہ سے اللہ پاک نے ان سب کو بچایا ہوا تھا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

ڈیپریشن کی گولیاں کھا کھا کر اکتا چکی تھی۔ پھر میری ایک دوست نے مجھے عبقری رسالہ سے روحانی محفل کرنے کا مشورہ دیا میں نے تقریباً چار ماہ ہی روحانی محفل کی تھی کہ اب میں الحمدللہ بالکل ٹھیک ہوں‘ میری ادویات چھوٹ چکی ہیں اور میں پانچ وقت کی نماز باقاعدگی سے پڑھتی ہوں اور روحانی محفل ہر ماہ باقاعدگی سے کرتی ہوں۔ (شمائلہ بٹ‘ راولپنڈی)

مجرم کون

مولانا وحیدالدین خان

پھول کے ساتھ کانٹے کا ہونا کوئی سادہ بات نہیں۔ یہ فطرت کی زبان میں انسان کیلئے سبق ہے۔

ایک آدمی کو گلاب کا پھول توڑنا تھا۔ وہ شوق کے تحت تیزی سے لپک کر اس کے پاس پہنچا اور جھٹکے کے ساتھ ایک پھول توڑا۔ پھول تو اس کے ہاتھ میں آگیا مگر تیزی کے نتیجہ میں کئی کانٹے اس کے ہاتھ میں چبھ چکے تھے۔ اس کے ساتھی نے کہا کہ تم نے بڑی حماقت کی۔ تم کو چاہیے تھا کہ کانٹوں سے بچتے ہوئے احتیاط کیساتھ پھول توڑو۔ تم نے احتیاط والا کام بے احتیاطی کے ساتھ کیا اسی کا یہ نتیجہ ہے کہ تمہارا ہاتھ زخمی ہوگیا۔

اب پھول توڑنے والا غصہ ہوگیا اس نے کہا کہ سارا قصور تو ان کانٹوں کا ہے۔ انہوں نے میری ہتھیلی کو اور میری انگلیوں کو خون آلود کیا اور تم الٹا مجھ کو مجرم ٹھہرا رہے ہو۔ اس کا ساتھی بولا: میرے دوست‘ یہ درخت کے کانٹوں کا معاملہ نہیں یہ نظام قدرت کا معاملہ ہے‘ قدرت نے دنیا کا نظام اسی طرح بنایا ہے کہ یہاں پھول کے ساتھ کانٹے ہوں۔ میری اور تمہاری چیخ وپکار ایسا نہیں کرسکتی کہ اس نظام کو بدل دے۔ پھول کے ساتھ کانٹے کا یہ نظام تو بہرحال اسی طرح دنیا میں رہے گا۔ اب میری اور تمہاری کامیابی اس میں ہے کہ ہم اس حقیقت کا اعتراف کرتے ہوئے اس سے بچنے کی تدبیر تلاش کریں اور وہ تدبیر یہ ہے کہ کانٹوں سے بچ کر پھول کو حاصل کریں۔ کانٹوں میں نہ الجھتے ہوئے پھول تک پہنچنے کی کوشش کریں۔

پھول کے ساتھ کانٹے کا ہونا کوئی سادہ بات نہیں۔ یہ فطرت کی زبان میں انسان کیلئے سبق ہے۔ یہ نباتاتی واقعہ کی زبان میں انسانی حقیقت کا اعلان ہے۔ یہ اس تخلیقی منصوبہ کا تعارف ہے جس کے مطابق موجودہ دنیا کو بنایا گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اس دنیا میں وہی اقدام کامیاب ہوتا ہے جو اعراض کے اصولوں پر عمل کرتے ہوئے بنایا گیا ہو۔ جہاں بچنے کی ضرورت ہو وہاں الجھنا‘ جہاں تدبیر کی ضرورت ہو وہاں ہچکچانا صرف اپنی نالائقی کا اعلان کرنا ہے۔ خدا نے جس موقع پر اعراض کا طریقہ اختیار کرنے کا حکم دیا ہو‘ وہاں الجھنے کا طریقہ اختیار کرنا خود اپنے آپ کو مجرم بنانا ہے خواہ آدمی نے دوسروں کو مجرم ثابت کرنے کیلئے ڈکشنری کے تمام الفاظ دوہرا ڈالے ہوں۔

مرد عورت کی خوشگوار ازدواجی زندگی کا راز

پروفیسر حذیفہ حیدر' لاہور

ہر عورت کو ایک ایسے مرد کی ضرورت ہوتی ہے جو اس پر اعتماد اور بھروسہ کرتا ہو وہ خود کو خوف وفکر سے آزاد اور محفوظ سمجھے اسے قطعی مایوس نہ کریں۔ عورت کے پیار اور توجہ کی خاطر کبھی اپنے فرائض و ذمہ داریوں کو نظر انداز نہ کریں۔

ازدواجی تعلقات کی ابتری سے دنیا کا ہر حصہ دوچار ہے اور طلاقوں کی شرح مغرب میں ہی نہیں اب مشرق میں بھی بڑھ رہی ہے جہاں اسے معیوب سمجھا جاتا تھا۔ بہت سے لوگوں کیلئے یہ ایک حیران کن خبر ہوگی کہ متحدہ عرب امارات میں طلاقوں کا رجحان خطرناک حدوں کو چھونے لگا تھا جہاں ہر نو جوڑوں میں سے ایک کی علیحدگی ایک لازمی امر ہو چکی تھی مگر وہاں اس اہم مسئلے پر فوری طور پر توجہ دے کر ایسے اقدامات کیے گئے کہ علیحدگی کی شرح میں نمایاں کمی واقع ہوئی جس کا سبب محض چند ایسی ہدایات تھیں جن پر عمل کر کے شادی شدہ جوڑے ایک دوسرے کو سمجھنے اور آپس کے جذبات کو جاننے میں کامیاب ہو کر اپنی ازدواجی زندگی کو پرمسرت بنا سکتے ہیں مزے کی بات یہ ہے کہ تمام تر ہدایات مشورے اور تجاویز عام زندگی سے متعلق ہیں جن پر ذرا سی توجہ دے کر بہ آسانی عمل کیا جا سکتا ہے ان تجاویز کو دیکھیں اور پڑھیں تو ممکن ہے کہ آپ کو بھی ان سے کچھ مدد مل جائے۔

مردوں کیلئے ہدایات

محترم شوہر......! آپ کی بیوی حیاتیات کے اعتبار سے ایک مختلف انسان ہے۔ اس کی شخصیت کو سمجھنے اور اس کا اعتماد بڑھانے کیلئے ہم نے یہاں کچھ تجاویز پیش کی ہیں:۔ ☆ کبھی اس بات کی توقع مت کریں کہ وہ اس رویہ کا مظاہرہ کرے جس کا آپ خود کرتے ہیں کیونکہ وہ آپ سے مختلف ہے۔☆ اس کی شکایات کو نظر انداز نہ کریں کہ وہ انتہا درجے پر جا کر جذبات سپورٹ کی توقع کرتی ہے۔☆ عورت کبھی بخیل شخص کو پسند نہیں کرتی لہٰذا اسے مختلف اوقات میں تحفے تحائف اور باہر جانے کی دعوت دیتے رہا کریں۔☆ عورت کو اپنے والدین کے یہاں جانے کی اجازت ہونی چاہیے۔ ایسے اوقات میں معاندانہ رویہ نہ اپنائیں اور نہ یہ ظاہر کریں کہ آپ اس کے پیار سے محروم ہو رہے ہیں۔☆ اس کے ساتھ بھی فلرٹ کی اہمیت کو فراموش نہ کریں اور بستر میں اس کی خواہشات کو آسودگی بخشیں۔☆ عورت تنقید کو قطعی پسند نہیں کرتی لہٰذا زبانی جنگ میں کبھی بھی کھلے عام اس کی خامیوں وکمزوریوں پر اظہار خیال نہ کریں۔☆ مسائل کے بہ آسانی حل کی کبھی توقع نہ کریں کیونکہ وہ جذبوں سے سرشاری کے باعث ہر چیز کا منطقی حل چاہتی ہے۔☆ اس امر میں مداخلت نہ کریں کہ وہ گھر کیسے چلا رہی ہے اس کے بجائے اسے اعتماد دیتے ہوئے یہ احساس دلائیں کہ وہی اس سلطنت کی ملکہ ہے۔☆ اس کی نسوانیت کو اطمینان بخشنے کیلئے اس کے اور اس کے کپڑوں کی تعریف کرتے رہیں نیز میک اپ' کوکنگ اور گھر کی سجاوٹ کو بھی سراہیں۔☆ اس بات کو بھی مدنظر رکھیں کہ بچے کی پیدائش کے دنوں میں عورت کا موڈ اچانک بدل جاتا ہے جبکہ حمل یا حیض میں بھی یہی کیفیت ہوتی ہے۔☆ صرف اس وجہ سے بیوی سے دور نہ رہیں کہ وہ محض بولنے یا سننے کو پسند کرتی ہے۔☆ عورت قدرتی طور پر حساس ہوتی ہے جو زخموں کو نظر انداز نہیں کر سکتی' اس کی نقل اتارنے' مذاق اڑانے یا احساسات کو کچلنے سے گریز کریں۔ ☆ ہر عورت کو ایک ایسے مرد کی ضرورت ہوتی ہے جو اس پر اعتماد اور بھروسہ کرتا ہو وہ خود کو خوف وفکر سے آزاد اور محفوظ سمجھے اسے قطعی مایوس نہ کریں۔☆ عورت کے پیار اور توجہ کی خاطر کبھی اپنے فرائض و ذمہ داریوں کو نظر انداز نہ کریں۔☆ مسائل کے حل کیلئے اس کی تجویز کو حقیر نہ سمجھیں کیونکہ وہ اسے بے عزتی سمجھے گی اور پوری فیملی میدان جنگ بن جائے گی۔

عورتوں کیلئے ہدایات

محترم بیوی......! اپنے شوہر کی فطرت پر توجہ دیں اور زندگی میں حاصل شدہ خوشیوں اور آسودگی کے تناظر میں اس کی شخصیت کو سمجھیں اور براہ کرم ان تجاویز کو قابل غور رکھیں۔☆ اپنے آپ سے اس کا موازنہ نہیں کریں کہ وہ مرد ہونے کے باعث آپ سے بالکل مختلف ہے جس کی سوچ اور سمجھ کا انداز بھی مختلف ہے۔☆ اس کی تنہائی میں اس وقت قطعی مخل نہ ہوں جب وہ اپنے طور پر مسائل کا حل نکالنے کی کوشش کر رہا ہو کیونکہ ایسی کوشش اسے جھنجھلاہٹ میں مبتلا کر دے گی۔☆ اپنے مرد کی بے رحمانہ طبیعت کو ہرگز مت ابھاریں کیونکہ جب وہ نروس ہوگا تو فوری طور پر صبر کا دامن ہاتھ سے چھوڑ سکتا ہے۔☆ کبھی یہ توقع مت کریں کہ وہ کسی کام کو اسی طرح کرے گا جیسے کہ آپ پسند کر رہی ہیں کیونکہ وہ آپ کی طرح نہیں سوچتا ہے۔☆ اپنی سوچوں کو اس پر مت تھوپیں کیونکہ یہ احساس ہوتے ہی کہ آپ اس پر حکمرانی کی کوشش کر رہی ہیں وہ طیش میں آ جائے گا۔ ☆ مرد عموماً باتونی عورتوں کو پسند نہیں کرتے ہیں' زیادہ بول کر اسے دق نہ کریں کہ یہ چیز اسے کنفیوژ کر کے رکھ دے گی۔ ☆ اس کی جانب سے معذرت کی توقع نہ کریں کہ مرد معافی مانگنا پسند نہیں کرتے ہیں اور کسی صورت میں ان کی یہ خواہش ہوئی کہ شرمندگی کا اظہار کریں تو وہ براہ راست ایسا نہیں کریں گے۔☆ اسے ایسی حالت میں نہ چھوڑیں کہ اس کی ضرورت نہیں رہی ہے اس طرح آپ اس کی نرمی کے ساتھ محبت اور توجہ کیلئے کبھی نہیں ترسیں گی۔☆ کوئی ایسی بات نہ کریں جو کہ اسے پسند نہ ہو کیونکہ ایسا کرتے ہوئے اس کے احساسات کو زد پہنچے گی اور اس کا موڈ تباہ ہو جائے گا۔☆ اگر آپ اسے کھونا نہیں چاہتیں تو اس پریشانی میں مبتلا نہ ہوں کہ وہ آپ اور بچوں کیلئے کیا کر رہا ہے۔☆ فیملی اور دوستوں کے سامنے شوہر پر تنقید مت کریں کیونکہ وہ یہ محسوس کرے گا کہ آپ اس کی مردانگی کو چیلنج کر رہی ہیں۔☆ مسلسل سوالات کر کے اسے دق میں مبتلا نہ کریں کہ وہ پرندے کی طرح آزاد رہنا چاہتا ہے۔ ☆ خلوت کے لمحات میں اسے بے خواہش ہونے کا احساس نہ دلائیں کیونکہ ایسی صورت میں وہ اسی آسودگی کیلئے کوئی اور راستہ تلاش کر لے گا۔☆ اپنے شوہر کے رازوں کو خود تک محدود رکھیں کیونکہ وہ قدرتی طور پر رازوں کی حفاظت کو پسند کرتا ہے۔ ☆ مسلسل تقاضے کرنے والی بیوی مت بنیں کہ اسے پرسکون اور قانع عورت پسند ہے۔☆ اس کی محبت اور احترام سے محروم نہ ہونے کیلئے اس پر کبھی یہ ظاہر نہ کریں کہ آپ اس سے بہتر ہیں۔☆ اس پر اپنے پیار کو نچھاور کر دیں اور توجہ دیں کیونکہ یہی اس کی آرزوؤں کی تکمیل ہے۔☆ کسی مرد کی فیاضی اس کے ردعمل پر منطبق ہوتی ہے لہٰذا اس کی جانب سے پہل کرنے کی توقع مت کریں بلکہ مناسب وقت آنے دیں۔☆ بچوں کو شوہر سے بڑھ کر توجہ نہ دیں اور نہ ہی نرمی برتیں کیونکہ جب وہ گھر پر ہو تو اسے آپ کی توجہ کا مرکز ہونا چاہیے۔

قبض اور عبقری کا آسان نسخہ

آپ کے رسالہ عبقری میں ویسے تو سارے وظائف اور نسخہ جات بہت اچھے ہیں' خاص کر پانی پینے کا جو طریقہ آپ نے بتایا تھا کہ کھانے سے پہلے بسم اللہ پڑھ کر چار گلاس پانی اور صبح نہار منہ چار گلاس پانی سے قبض دور ہوتا ہے یہ طریقہ بالکل درست ہے اور میں نے چند مریضوں کو بتایا ان لوگوں کو بھی کافی فائدہ ہوا ہے۔ **(نثار محمد' پشاور)**

امریکی ماہرین اور دعاؤں کی تاثیر

انہیں صرف اس گروپ کے مریضوں کے ابتدائی نام بتائے گئے۔ اسی طرح 4 ہفتوں بعد تمام 990 مریضوں کا دوبارہ معائنہ کیا گیا تو پتہ چلا کہ جن مریضوں کیلئے دعائیں مانگی گئیں وہ صحت یاب ہوگئے اور جن کیلئے دعائیں نہیں مانگی گئیں وہ بیمار رہے۔

حالیہ برسوں میں دعا کی اہمیت اور قبولیت کو وسیع پیمانے پر تسلیم کیا گیا ہے۔ سائنسی حوالے سے یہ بات ثابت ہے کہ دعا اور مکمل ایمان سے مرض کی بیالوجی تبدیل ہوجاتی ہے اور مریض خود کو صحت مند محسوس کرنے لگتا ہے۔ مطالعاتی تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ دعا سے بدن میں فزیکل تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں اور اعصابی خلیوں میں ایک طرح کی تحریک اور حرکت پیدا ہوتی ہے جو شفا کا باعث بنتی ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی دیکھی گئی ہے کہ رقت آمیز گڑگڑاہٹ کے علاوہ دعا کا اثر اس وقت زیادہ ہوتا ہے جب دعا مانگنے والا اپنے گھر سے باہر کسی عبادت گاہ میں ہو یا اپنے ملک سے باہر کسی مقدس مقام پر خشوع وخضوع کے ساتھ دعا مانگے۔ دعائیہ علاج شاید سائنس کو قابل قبول نہ ہو لیکن اس کی شفا بخشی کے پیش نظر سائنسی ماہرین کو اس کی طرف خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے تاکہ دکھی اور روگی لوگ اس کی برکات سے فائدہ اٹھا سکیں۔ ویسے بھی آپ دیکھتے ہیں کہ جب مریض لاعلاج ہوجاتا ہے اور دوائیں بے اثر ہوجاتی ہیں تو لوگ دعا کا ہی سہارا لیتے ہیں کچھ ایسے ہی قومی حالات کے پیش نظر مولانا حالی نے کہا تھا: ''اے خاصہ خاصان رسل اب وقت دعا ہے'' اپنے لیے ضرور دعا کریں لیکن کسی اور کی بد دعا سے بھی بچیں۔

دعا پر سائنسی وتحقیقی انکشاف

تجربات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ دعاؤں کے اثرات مسلم یا غیرمسلم کی تفریق کے بغیر سب کیلئے یکساں ہوتے ہیں مگر دعائیں عالمگیر پیمانے پر کیسے اثرانداز ہوتی ہیں؟ اور کس طرح مسلم اور غیرمسلم سب کو یکساں فائدہ پہنچتا ہے؟ اس سوال کا جواب کوئی بھی نہیں دے سکا۔ حتیٰ کہ نہ ایسا علاج کرنے والے معالج اور نہ ہی وہ سائنسدان جو اس پر ریسرچ کررہے ہیں کہ یہ کیسے ہوجاتا ہے؟

دل کے مریض دوا سے زیادہ دعا سے شفاء پاتے ہیں

میڈیکل سائنس کے ماہرین نے اعتراف کرلیا ہے کہ دل کے مریض دعاؤں سے زیادہ جلدی اچھے ہوجاتے ہیں۔ امریکی ماہرین قلب نے دل کے 990 مریضوں پر تحقیق کے بعد یہ اعتراف کیا ہے۔ ماہرین کی ٹیم کے سربراہ ڈاکٹر ولیم ہیرس نے بتایا کہ 990 مریضوں کو دو گروپوں میں تقسیم کیا گیا اور ایک گروپ کیلئے دعائیں کروائی گئیں کہ وہ لوگ جلدی اچھے ہوجائیں دعائیں مانگنے کیلئے کچھ لوگوں کو منتخب کیا گیا انہیں صرف اس گروپ کے مریضوں کے ابتدائی نام بتائے گئے۔ اسی طرح 4 ہفتوں بعد تمام 990 مریضوں کا دوبارہ معائنہ کیا گیا تو پتہ چلا کہ جن مریضوں کیلئے دعائیں مانگی گئیں وہ صحت یاب ہوگئے اور جن کیلئے دعائیں نہیں مانگی گئیں وہ بیمار رہے۔

کیا دعائیں کارگر ہوتی ہیں؟

بلاشبہ کارگر ہوتی ہیں۔ اپنی کتاب ''دی ہیلنگ ورڈز'' میں ڈاکٹر لیری دوسے نے دعاؤں کی شفا بخشی کے بارے میں ثبوت فراہم کیے ہیں۔ سان فرانسسکو کے جنرل ہسپتال میں 1988ء میں قلب کے سخت بیمار 393 مریضوں پر دعاؤں کے اثرات کے سلسلے میں ڈاکٹر بائرڈ کی تحقیق کے بارے میں وہ لکھتے ہیں کہ دس ماہ کے عرصے میں انتہائی نگہداشت کے وارڈ میں داخل ہونے والے ان مریضوں کو 2 گروپوں میں تقسیم کردیا گیا تھا۔ گروپ الف میں وہ مریض شامل تھے جن کیلئے ان کے ہسپتال سے رخصت ہونے تک ان کے نام لے کر دعا کی جاتی تھی۔ گروپ ب میں شامل مریضوں کیلئے دعا نہیں کی جاتی تھی دعا کرنے والوں کو دعا کرنے کا کوئی طریقہ بھی نہیں بتایا گیا تھا۔ اس عمل کے بڑے دلچسپ نتائج برآمد ہوئے۔ ان میں مسدودی قلب کی شرح کم رہی امتلائی قلب کی شرح ڈھائی گنا کم رہی اور ان کیلئے اینٹی بایوٹک دواؤں کی ضرورت 1/5 کم رہی۔ یہ مشاہدہ بھی رہا کہ محبت اور خلوص کے ساتھ کی جانے والی دعائیں زیادہ موثر اور کارگر ثابت ہوئیں۔ انجائنا کے جن مریضوں کی چاہنے والی بیویاں موجود تھیں ان کی اس تکلیف میں بیویوں سے علیحدگی اختیار کرنے والوں کے مقابلے میں پچاس فیصد کمی ریکارڈ کی گئی۔ دعاؤں کا اثر نیند کے دوران بھی جاری رہتا ہے۔ چنانچہ ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ سونے سے پہلے سورۂ اخلاص' الفلق' الناس یا البقرہ کی آخری آیات پڑھی جائیں۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

ڈاکٹر ذوالفقار حسین

اس کے پڑھنے سے ہمارے بہت سے مسائل جو بہت دیر سے حل ہونے کا نام ہی نہیں لے رہے تھے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عرض یوں ہے کہ جب پہلی بار آپ سے ملاقات ہوئی تھی تو آپ نے وظیفہ سِلُ یَارَبِّ رَسُوْلُ اَحِیْراً سُوْلُ بِحَقِّ اِشْرَاهِیًّامَالِكِ یَوْمِ الدِّیْنِ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْن پڑھنے کو کہا تھا۔ اسی دن سے ہم نے یہ وظیفہ پڑھنا شروع کیا جو کہ آپ نے سوالاکھ مرتبہ پڑھنے کو دیا تھا اللہ کے فضل وکرم اور آپ کی دعاؤں سے ہم نے مکمل کرلیا بلکہ سوالاکھ سے بھی زیادہ پڑھ چکے ہیں۔ اس کے پڑھنے سے ہمارے بہت سے ایسے مسائل جو بہت دیر سے حل ہونے کا نام ہی نہیں لے رہے تھے ایسے حل ہوئے کہ ہمیں بھی پتہ نہ چلا۔ اس دوران میں نے آپ کو اپنے بیٹے کے متعلق ایک ملاقات کے دوران کہا تھا کہ وہ گھر سے بھاگ گیا تھا اور ہماری نافرمانی کرتا ہے مگر جب سے آپ کا دیا ہوا دوسرا وظیفہ اَحُدَارُ سَصَطَعُ كَلْمُوْهُ ہم نے پڑھنا شروع کیا جو کہ آپ نے صبح وشام 313,313 مرتبہ پڑھنے کیلئے دیا تھا۔ مجھے یقین نہیں ہورہا کہ میرے بچے میں اتنا فرق پیدا ہوا اب وہ کالج جانا بھی شروع ہوگیا ہے چونکہ آپ نے یہ دوسرا وظیفہ 90 دن پڑھنے کیلئے دیا تھا اور ہم نے 90 دن کے بعد بھی اس کو لگاتار صبح وشام پڑھ رہے ہیں اور تقریباً ایک لاکھ چالیس ہزار بار پڑھ چکے ہیں آپ یقین کریں بچے کی بہت سی بری عادتیں چھوٹ چکی ہیں اور اب تو وہ ہمارے کہنے پر نماز پڑھنے بھی چلا جاتا ہے۔

پاؤں کی خوبصورتی کا لاجواب ٹوٹکہ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! یہ ٹوٹکہ ان لوگوں کیلئے ہے جن کی ایڑیاں پاؤں کی پھٹی ہوتی ہیں۔ پاؤں کا مساج کسی آئل (یعنی سرسوں کا تیل زیادہ بہتر ہے) سے اچھی طرح کرلیں اس کے بعد گرم کسی برتن میں پانی جتنا کہ برداشت ہوسکے لے کر اس میں چاہے شیمپو تھوڑا سا ڈال لیں یا پھر سرف بھی ڈال سکتے ہیں۔ پھر اپنے دونوں پاؤں باری باری پانی کے برتن میں ڈال دیں کچھ دیر پاؤں رکھ کے نکال لیں اور پھر کپڑے دھونے والا برش' جھانوا لے کر پاؤں کو صاف پانی سے واش کرلیں اور دو چار روز ویزلین پاؤں پر لگا کر سوئیں' ایڑیاں نرم وملائم ہوجائینگی۔ (فرحت' لاہور)

وردہ اقبال' کراچی

نند بھابی میں روایتی سرد جنگ' ذمہ دار کون؟

کل کے مقابلے میں آج کی خواتین کہیں زیادہ تعلیم یافتہ اور باشعور ہیں اور کیا آج بھی ہم آپس میں ویسے ہی دقیانوسی سلوک اور رویے کی توقع کرسکتے ہیں؟ لہٰذا اس ضمن میں ہم نے مختلف طبقہ ہائے فکر کی خواتین بالخصوص نند بھابیوں سے بات چیت کی ہے دیکھتے ہیں کہ وہ اس بارے میں کیا کہتی ہیں؟

رابعہ ایک مقامی سکول ٹیچر ہیں' ان کی چھ بہنیں اور دو بھائی ہیں۔ان کے بڑے بھائی کی شادی کو چھ ماہ کا عرصہ گزر چکا ہے۔ جب ان سے نند اور بھاوج میں روایتی مخاصمت اور سرد جنگ کے بارے میں پوچھا گیا تو انہوں نے کہا کہ ''نند اور بھابی کے رشتے میں یہ فطری امر ہے کہ تھوڑی بہت چپقلش رہتی ہے لیکن میرا خیال ہے کہ تعلیم کی وجہ سے اب پہلے جیسی روایتی مخاصمت میں کمی آگئی ہے کیونکہ پہلے لڑائی جھگڑے بہت زیادہ ہوتے تھے۔ غالباً با آواز بلند لیکن اب اتنا فرق پڑا ہے کہ یہی مخاصمت منافقت میں بدل گئی ہے جہاں تک میری اپنی ذات کا تعلق ہے تو بحیثیت ایک نند جب میری بھابی میری صحیح بات سے اختلاف کرتی ہیں تو پھر یہ چیز میرے لیے ناقابل برداشت ہوتی ہے۔ بھائی کی شادی سے پہلے یہ ہوتا تھا کہ سب گھر والے میری بات سنتے اور سمجھتے تھے حالانکہ ہم چھ بہنیں ہیں لیکن وہ گھریلو امور میں اتنی دلچسپی نہیں رکھتی تھیں اب جب سے بھابی آئی ہیں تو ان ہی کی بات سنی جاتی ہے جیسے گھر میں کوئی سیٹنگ وغیرہ ہو رہی ہو تو میں کوئی تجویز دوں تو بھابی اسے نظر انداز کرتی ہیں اور عجیب بات یہ ہے کہ جب میں امی سے کہتی ہوں تو وہ بھی بھابی کی طرف داری کرتی ہیں لہٰذا اب میں خاموش ہوگئی ہوں اب میں براہ راست کہنے کی بجائے اپنی بڑی بہن کو کہہ دیتی ہوں تو وہ امی کو سمجھا دیتی ہیں اس طرح میری کچھ باتیں مانی جارہی ہیں اور کچھ توازن آ گیا ہے ہاں البتہ نند اور بھابی کا فرق ضرور قائم ہے شاید یہ رشتہ ہی ایسا ہے حالانکہ میری بھابی میری خالہ زاد ہیں اور جب ہم صرف کزن تھیں تو ہماری بہت اچھی دوستی تھی لیکن جب سے یہ رشتہ داری قائم ہوئی ہے تو اب میں بہت محتاط ہوگئی ہوں جبکہ اس سے پہلے میں اس سے ہر بات شیئر کرلیا کرتی تھی۔ یہ رشتہ ایسا ہے کہ جس سے صرف اچھے روابط ہی رکھے جاسکتے ہیں میں اس بات کو تسلیم کرتی ہوں کہ اب میرا رویہ بھابی سے مصنوعی اور دکھاوے کا سا ہو کر رہ گیا ہے جس کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ شادی سے پہلے میرا اپنے بھائی سے بہت مذاق چلتا تھا' اب جب میں بھائی سے مذاق کرتی ہوں تو میری بھابی کو برا لگ جاتا ہے میں تو یہی کہوں گی کہ اس رشتے کو نبھانے کیلئے زیادہ بہتر یہی ہے کہ لڑنے جھگڑنے کی بجائے آپ خاموشی اختیار کرلیں یا ایک طریقے سے ان تک بات پہنچا دیں۔ اگر چہ اس رشتے میں دوست کی طرح رہنا شاید مشکل ہے لیکن ایک دوسرے کی عزت واحترام کا خیال رکھنا چاہیے۔''

تعلیم کی وجہ سے روایتی چپقلش میں نمایاں کمی: سمیرا نے جامعہ کراچی سے حالیہ سیاسیات میں ماسٹرز کیا ہے جب ان سے پوچھا گیا کہ کیا وہ سمجھتی ہیں کہ تعلیم عام ہونے سے نند اور بھابی کے مابین روایتی چپقلش میں کچھ کمی آئی ہے تو انہوں نے کہا ''یہ درست ہے کہ تعلیم سے آدمی میں شعور آتا ہے اور وہ ہر بات سوچ سمجھ کر کرتا ہے۔ میری اپنی رائے ہے کہ غیر تعلیم یافتہ گھرانوں میں زیادہ لڑائی جھگڑے ہوتے ہیں کیونکہ میری بھی دو بھابیاں ہیں لیکن آج تک کوئی ایسی بات اختلاف کا باعث نہیں بنی جو رنجش یا حسد کو جنم دیں بلکہ جس طرح میں اس گھر کی بیٹی ہوں انہیں بھی بیٹیوں ہی کا درجہ حاصل ہے بلکہ شاید انہیں زیادہ اہمیت دی جاتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہماری امی کا کہنا ہے کہ ہم یہاں عارضی ہیں لہٰذا چھوٹی موٹی باتیں اختلاف کا باعث نہیں بنتیں۔ جہاں تک کوئی بات بری لگنے کا سوال ہے تو وہ سگے بہن بھائیوں میں بھی ہوجاتا ہے۔ گھر پر میرا یہی اصول ہے کہ میں پورا کچن صاف کر کے نکلتی ہوں' لہٰذا جب بھابی یا بہن کچن کو یونہی پھیلا کر باہر آجاتی ہیں تو مجھے یہ بات اچھی نہیں لگتی اور میں اس کا اظہار بھی کردیتی ہوں۔ میرے خیال میں نند اور بھابی اچھی دوستوں کی طرح رہ سکتی ہیں بشرطیکہ دونوں اس بات کو سمجھتی ہوں اور اختلاف رائے کو برداشت کرنے کا حوصلہ رکھتی ہوں۔ اللہ کا شکر ہے کہ میری اپنی بھابیوں سے بہت اچھی دوستی ہے اور ہمارے تعلقات کبھی خراب نہیں ہوئے۔

آمنہ سے جب اس حوالے سے پوچھا گیا تو انہوں نے کہا کہ ''میرے چھ دیور اور ایک ہی نند ہے اور ساس سسر ماشاء اللہ حیات ہیں۔ میری شادی کو 9 سال ہوگئے ہیں جب سے ہی میں جوائنٹ فیملی میں رہ رہی ہوں۔ میری نند چونکہ ایک ہی تھی اور مجھ سے خاصی کم عمر تھی لہٰذا میرا رویہ اس کے ساتھ بہت دوستانہ اور اچھا تھا۔ میں نے ہمیشہ اسے چھوٹی بہن کی طرح ہی سمجھا اب تو خیر اس کی شادی ہوگئی ہے جہاں تک ناراضگی یا لڑائی جھگڑے کا تعلق ہے تو میرے خیال میں والدین کا بھی اس میں اہم کردار ہوتا ہے۔ انہیں چاہیے کہ وہ تمام بھائیوں کو برابر سمجھیں۔ میں گھر کی بڑی بہو تھی اس لحاظ سے میں توقع کرتی تھی کہ مجھے اور میرے شوہر کو اہمیت دی جائے لیکن اکثر ایسا ہوتا تھا کہ میری نند میرے شوہر کو نظر انداز کرتی تھی اور چھوٹے بھائی کی طرف داری کرتی تھی۔ یہ چیز مجھے اچھی نہیں لگتی تھی لہٰذا اس سے کبھی کبھار ماحول خراب ہوجاتا تھا لیکن چونکہ میں بڑی تھی اس لیے سمجھداری سے کام لیتے ہوئے معاملے کو زیادہ خراب ہونے سے بچا لیتی تھی۔

آراء کی روشنی میں: مختلف خواتین کے خیالات جاننے کے بعد چند باتیں بڑی نمایاں ہوکر سامنے آئی ہیں۔ سب سے پہلی بات تو یہ کہ نند اور بھاوج کے درمیان جاری روایتی سرد جنگ کو کم کرنے' ختم کرنے یا جاری و ساری رکھنے میں ساس کا کردار سب سے زیادہ اہم ہوتا ہے اگر وہ غیر جانبداری اور انصاف سے کام لے تو نہ صرف گھر کے ماحول کو خراب ہونے سے بچایا جاسکتا ہے بلکہ نند' بھاوج میں دوستی اور ہم آہنگی کو بھی فروغ مل سکتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ بھاوج کی ماں کا کردار بھی اپنی جگہ کم اہمیت نہیں رکھتا۔ اسے چاہیے کہ وہ زیادہ بہتر انداز میں اپنی بیٹی کی تربیت کرے۔ اسے خاص طور پر درگزر' لحاظ اور بڑوں کی عزت واحترام اور چھوٹوں سے شفقت کرنا سکھائے۔ یہ بات انتہائی خوش آئند ہے کہ تعلیم سے بہر حال رویوں میں تبدیلی ضرور آئی ہے۔ تنگ نظری پر مبنی رویے کم ہوئے ہیں' لوگوں میں اختلاف رائے برداشت کرنے کا حوصلہ پیدا ہوا ہے۔ الزام تراشی کی روش بھی پہلے جیسی نہیں رہی۔ اسے کوئی منافقت کہے یا صبر وتحمل کا نام دے بہر حال پچاس برس پہلے کی طرح اب گھروں سے نندوں اور بھابیوں کی گرجتی آوازیں سنائی نہیں دیتیں اور یہ چیز اس بات کی علامت ہے کہ لوگ اختلاف کے ساتھ زندہ رہنا سیکھ رہے ہیں اور جیسے جیسے مزید وقت گزرے گا لوگوں میں شعور بڑھے گا اور بہت ممکن ہے کہ نند اور بھابی میں جاری روایتی سرد جنگ میں مزید کمی آئے۔ یہ چیز بھی عموماً سامنے آئی ہے کہ نندوں کو شکایت رہتی ہے کہ شادی کے بعد بھائی بھائی نہیں رہتا یا پھر بدل جاتا ہے۔ ہمارے خیال میں نندوں کو اس معاملے میں حقیقت پسندانہ رویے کا مظاہرہ کرنا چاہیے۔ کیونکہ یہ لازمی سی بات ہے کہ مرد کیا عورت دونوں کی زندگی یکسر ایک نئی ڈگر پر چل نکلتی ہے اور کل کو جب انکی شادیاں ہوں گی تو یقیناً ایسے ہی حالات سے انکا بھی سامنا ہوگا۔ ہمارے خیال میں اگر شادی سے پہلے ہی نندیں ذہنی طور پر تیار رہیں کہ اب بھائی کی مصروفیات اور سرگرمیوں میں فرق آئے گا تو شاید پھر چھوٹی چھوٹی باتیں ان کیلئے پریشانی کا سبب نہ بنیں جس کا غصہ اکثر بیچاری بھابیوں پر اترتا ہے۔

آیۃ الکرسی کے فضائل' تجربات کی روشنی میں

فیاض حسین' پنڈ دادنخان

آپ چاہتے ہیں کہ کہ آپ فلاں جگہ سے گزر لیں اور آپ کو کوئی بھی نہ دیکھ پائے تو ایک مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر پھونک لیں انشاء اللہ آپ کی طرف کوئی توجہ بھی نہیں دیگا اور آپ گزر جائیں گے۔

آیۃ الکرسی بہت فضائل کی حامل ہے اس کے پڑھنے سے ویسے تو بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں چند ایک پیش کر رہا ہوں۔

اس کے پڑھنے سے مال محفوظ رہتا ہے۔ آپ اپنے مال پر پڑھ کر پھونک دیں انشاء اللہ آپ کے مال کو کوئی نقصان نہیں پہنچا سکتا اگر ایسا کریگا تو وہ انشاء اللہ اندھا ہو جائیگا۔ اس کے علاوہ اگر آپ کسی سے چھپنا چاہتے ہیں اور وہ بندہ سامنے آرہا ہے یا آپ نے اسی گلی سے گزرنا بھی ہے اور جس سے آپ نہیں ملنا چاہتے یا آپ چاہتے ہیں کہ کہ آپ فلاں جگہ سے گزر لیں اور آپ کو کوئی بھی نہ دیکھ پائے تو ایک مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر پھونک لیں انشاء اللہ آپ کی طرف کوئی توجہ بھی نہیں دیگا اور آپ گزر جائیں گے۔

سفلی قوتوں سے محفوظ: اگر کوئی بلاوجہ آپ کو تنگ کر رہا ہے' چاہے وہ آپ کا ٹیچر ہی کیوں نہ ہو' یا کسی ظالم کے غصے سے بچنا چاہتے ہیں تو آپ آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر پھونک لیں' انشاء اللہ اس کا غصہ ٹھنڈا ہو جائیگا اگر آپ اپنے گھر کو ہر قسم کی مصیبتوں' دکھوں' جادو وغیرہ سے بچانا چاہتے ہیں رات کو سوتے وقت سات مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر دم کر لیں اور گھر کے چاروں کونوں اور تمام مکانوں کے اندر چاروں کونوں میں چھینٹے ماریں آپ کا گھر جادو' سفلی قوتوں سے محفوظ رہے گا۔

ایک مرتبہ کسی جنگ کے بعد بہت سا مال غنیمت اکٹھا ہو گیا تو اس مال غنیمت کو مسجد نبوی ﷺ میں رکھ کے صحابہ صفہ میں سے حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو رات کے وقت اس کی نگرانی پر مقرر کیا۔ رات کو ایک چور آیا اور زیورات کی گٹھڑی باندھی تو حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے دیکھ لیا انہوں نے اس کو پکڑ لیا' معافیاں مانگنے لگا کہ آئندہ نہیں آؤنگا آپ کو ترس آ گیا آپ نے چھوڑ دیا' صبح پیارے آقا ﷺ نے پوچھا رات چور کا کیا معاملہ تھا' حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا حضور وہ معافیاں مانگنے لگ گیا تھا میں نے ترس کھا کر چھوڑ دیا' حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا وہ پھر آئیگا۔ دوسری رات وہ پھر آ کر چوری کرنے لگا حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ نے اسے پھر پکڑ لیا اور وہ پھر معافیاں مانگنے لگا حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اسے ترس کھا کر پھر چھوڑ دیا۔ حضور نبی کریم ﷺ نے پھر پوچھا اے ابوہریرہ! رات چور کا کیا معاملہ ہوا؟ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا حضور کہہ رہا تھا کہ پھر نہیں آؤنگا میں نے ترس کھا کر چھوڑ دیا۔ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ آج رات پھر آئے گا۔

وہ چور کیا دے گیا؟ اس رات حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس چور کو پھر پکڑ لیا تو وہ تیسری مرتبہ پھر معافیاں مانگنے لگا اور حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے کہنے لگا تیرے آقا ﷺ تو بہت کریم ہیں تجھے معاف کر دینگے' میں تجھے ایک ایسی بات بتاتا ہوں جو تیرے بڑے کام آئیگی ابوہریرہ نے دل میں سوچا کہ آقا ﷺ تو معاف فرمادینگے چلو اس سے وہ بات سن لیں جو بڑے کام کی ہے۔ فرمایا بتا۔ چور کہنے لگا کہ آپ آیۃ الکرسی پڑھ کر اپنے مال پر پھونک دیا کرو تمہارا مال کوئی چوری نہیں کر سکے گا۔ اگلے دن حضور نبی کریم ﷺ نے حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے دریافت فرمایا کہ رات چور کے ساتھ کیا معاملہ ہوا؟ ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کی یارسول اللہ ﷺ مجھے رحم آ گیا اب پھر چھوڑ دیا مگر ایک بات بتا گیا ہے کہ مال پر آیۃ الکرسی پڑھ کر پھونک دیا کرو' چوری نہیں ہوگا۔ حضور ﷺ نے فرمایا ''تھا تو وہ بڑا جھوٹا مگر بات بڑی سچی کر گیا'' پھر حضور ﷺ نے فرمایا اے ابوہریرہ تجھے پتہ ہے وہ کون تھا؟ عرض کی یارسول اللہ ﷺ اللہ اور اس کا رسول ﷺ ہی بہتر جانتے ہیں حضور ﷺ نے فرمایا کہ اے ابوہریرہ وہ شیطان تھا۔

گھٹنوں کے درد کیلیے

گھٹنوں کے درد کتنا ہی شدید کیوں نہ ہو۔ یہاں تک کے چلنا پھرنا ختم ہو گیا ہو۔ درج ذیل نسخہ ہر قسم کے گھٹنوں کے درد کیلئے تیر بہدف ہے۔ ھوالشافی: ایک پاؤ نرگھنڈا کچور کا لیں اس کو پیس کر دوپہر کی روٹی کے آدھے گھنٹے کے بعد اگر مریض بوڑھا ہو تو مقدار تین گرام اگر جوان ہو تو چھ گرام دیں' تین ماہ مسلسل کھانی ہے اور ساتھ معدے کی دوائی استعمال ضرور کریں' اس سے معدے پر ذرا فرق پڑتا ہے۔ (پوشیدہ)

مشورہ حکمت و روحانیت

رحمت علی' کراچی

اللہ تعالیٰ نے فرمایا کیا تو نے اس کو رزق دیا تو موسیٰ علیہ السلام سجدہ میں گر پڑے۔ یااللہ! غلطی ہوگئی معاف فرمادے

حضرت سلیمان علیہ السلام جیسے نبی نے بھی اللہ تعالیٰ سے کہا کہ مخلوق کو رزق دینے کا تصور پیش کیا فرمایا کہ اے سلیمان (علیہ السلام) تم ایسا نہیں کر سکو گے سلیمان علیہ السلام نے فرمایا کہ مالک مجھے توفیق دے۔ اللہ نے فرمایا کہ ٹھیک چھ ماہ جنات خود اور خدمت گار کھانا تیار کریں۔ پھر حکم ہوا تقسیم کرو' تو کھانا ختم ہو گیا۔ مگر ایک مچھلی نے بارگاہ الٰہی میں عرض کیا کہ مجھے پیٹ بھر کر کھانا نہیں ملا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ اے سلیمان (علیہ السلام) سن لی شکایت۔ پھر حکم ہوا کہ اے سلیمان وہ پتھر اٹھاؤ اور اس کو توڑو۔ اندر سے ایک کیڑا نظر آیا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کیا تو نے اس کو رزق دیا تو سلیمان علیہ السلام سجدہ میں گر پڑے۔ یااللہ! غلطی ہوگئی معاف فرمادے۔ یہ سب کچھ تیرے اختیار میں ہے۔ کبھی انسان نے سوچا کہ اتنی بڑی مخلوق کو رزق دینے والا مالک خود کتنی طاقت کا مالک ہوگا لیکن افسوس صد افسوس کہ ہم اتنے طاقتور مالک کی نافرمانی کرتے ہوئے ذرہ برابر بھی شرماتے نہیں اللہ ہمیں اپنی صحیح معنوں میں پہچان عطا فرمائے۔ آمین۔

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

قارئین! جب دینی زندگی پر عروج آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو ہمیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں تو ہر طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

روانی زبان

میں ایک طالبعلم ہوں۔ یوں تو میری زبان روانی سے چلتی ہے لیکن مخصوص حروف صحیح تلفظ کے ساتھ بولنے سے قاصر رہتا ہوں بہت کوشش کرتا ہوں کہ زبان ٹھیک ہو جائے لیکن کامیاب نہیں ہوتا۔ اچانک غلط تلفظ ادا کرنے سے صورتحال مضحکہ خیز ہو جاتی ہے اور لوگوں کے سامنے شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ رشتہ داروں اور دوستوں سے حتی الامکان دور رہنے کی کوشش کرتا ہوں۔ **(محمد عارف، لاہور)**

جواب: اگر زبان کی ساخت میں کوئی مسئلہ نہیں ہے تو مندرجہ ذیل عمل سے انشاء اللہ ضرور فائدہ ہوگا۔ ایک ہزار مرتبہ کٓھٰیٰعٓصٓ پڑھ کر ایک کاغذ پر دم کریں اور کاغذ پر بھی حروف لکھ دیں اس کاغذ کو اپنے تکئے کے اندر رکھ دیں۔ خیال رہے کہ آپ کا تکیہ کوئی دوسرا شخص استعمال نہ کرے۔ رات کو سوتے وقت بھی صرف ذہن میں آہستگی سے گیارہ بار دہرائیں اور سو جائیں جب بھی بات کریں رک رک کر اور آہستگی کے ساتھ کریں تاکہ زبان کی حرکت پر زیادہ سے زیادہ کنٹرول حاصل رہے۔

ذہنی یکسوئی ختم

جسمانی طور پر کوئی شکایت نہیں لیکن ذہنی یکسوئی ختم ہو کر رہ گئی ہے۔ یوں لگتا ہے جیسے کسی غیبی طاقت نے دماغ کو جکڑ رکھا ہے۔ گھر میں نہ ختم ہونے والے مسائل کا سلسلہ جاری ہے۔ خاندانی رنجشیں بڑھتی جا رہی ہیں۔ گھر کا ماحول ایسا ہے کہ بعض اوقات گھر چھوڑ دینے کا خیال آ جاتا ہے۔ ان حالات کو مدنظر رکھتے ہوئے اپنی رائے اور مشورے سے نوازیں۔ **(سویرا، گجرات)**

جواب: آدمی اپنے گردوپیش کو بالکل بدل نہیں سکتا اور نہ قطعی طور پر اس سے لاتعلق ہوسکتا ہے۔ تاہم ان حالات میں اسے چاہئے کہ خود کو تفکرات سے اس طرح دور رکھے کہ اس کی ذہنی توانائی کم سے کم ضائع ہو۔ اس کے ساتھ ساتھ یَاحَیُّ یَا قَیُّوْمُ کا ورد ہر اعتبار سے بہتر ثابت ہوگا۔ زیادہ سے زیادہ پڑھتی رہا کریں۔

اچانک مایوسی

ہمہ وقت دماغی الجھن میں مبتلا رہتی ہوں۔ اچانک مایوسی اور افسردگی طاری ہو جاتی ہے دل نہ پڑھنے کو چاہتا ہے اور نہ ہی کسی کام کی امنگ باقی رہتی ہے۔ کسی سے بات کرنا نہایت برا محسوس ہوتا ہے۔ اکثر مستقبل کے بارے میں سوچتی ہوں اور شدید ناامیدی گھیر لیتی ہے۔ اچانک رونا آ جاتا ہے۔ پہلے معمول کی تمام سرگرمیوں میں حصہ لیتی تھی لیکن اب حال برعکس ہے۔ کبھی کوئی ارادہ کرتی ہوں اور کبھی دوسرا منصوبہ دل میں گھر کر لیتا ہے۔ غرض عجیب کشمکش میں دماغ گرفتار رہتا ہے۔ **(فوزیہ، راولپنڈی)**

جواب: انسان کی بنیاد وہم اور یقین پر ہے۔ مذہب کی اصطلاح میں اسی کو شک اور ایمان کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ دماغ میں شک کو جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں اور ذہن میں یقین کو پختہ کرنے کا حکم دیتے ہیں۔ یہی شک اور یقین ہے جو دماغی خلیوں میں ہمہ وقت عمل کرتا رہتا ہے۔ جس قدر شک کی زیادتی ہوگی اسی قدر دماغی خلیوں میں ٹوٹ پھوٹ واقع ہوگی۔ انہی دماغ خلیات کے زیر اثر تمام اعصاب کام کرتے ہیں اور اعصاب کی تحریکات ہی انسانی زندگی ہے۔ جب ذہن پر شک کا غلبہ ہوتا ہے تو آدمی مفروضہ خیالات کو حقیقت کا درجہ دینے لگتا ہے اور یہ خیالات ایسے ہوتے ہیں جن میں شکست وریخت ہوتی ہے مثلاً عمل کے ضائع ہونے کا خدشہ، مستقبل کے متعلق ناامیدی وغیرہ۔

ان تمام باتوں کو بیان کرنے کا مقصد یہ ہے کہ آپ اپنے خیالات میں شک کو زیادہ سے زیادہ دور کرتے ہوئے یقین کو بیدار کریں مستقبل کے متعلق اندیشوں کو قطعی طور پر ذہن سے دور کر دیں۔ کسی ایک کام کا ارادہ کریں تو اس کے علاوہ کسی دوسری طرف دھیان نہ دیں۔ نماز کی پابندی کریں اور نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر اپنے قلب پر دم کریں انشاء اللہ بہت جلد دماغی کشمکش ختم ہو جائے گی۔

دل گھبراتا ہے

عمر انیس سال ہے اور جماعت دہم کا طالب علم ہوں حالت ایسی ہے کہ کوئی کام نہیں کر سکتا تمام جسم درد کرتا ہے اور جسم میرے ارادوں کا ساتھ نہیں دیتا ہر وقت اپنی بیماری کے متعلق سوچتا رہتا ہوں خیال آتا ہے کہ شاید اب زندگی سے ہاتھ دھو بیٹھوں گا ایک وہم میرے دماغ سے چمٹ کر رہ گیا ہے دوست میرا مذاق اڑاتے ہیں جسم کی ہڈیاں نظر آتی ہیں دل گھبراتا ہے اور ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں علاج کرا رہا ہوں۔ **(انور علی، ملتان)**

جواب: رات کو ایک وقت مقرر کر کے اندھیرے میں بیٹھ جائیں پانچ منٹ تک ان الفاظ کو پڑھیں اَلْعَظَمَۃُ لِلّٰہِ مَافِی السَّمٰوٰتِ بعد ازاں دس منٹ تک خاموش بیٹھے رہیں اس عمل کو کم از کم دو ماہ تک کیا جائے۔ علی الصبح پانی پر 41 بار الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَاحَفِیْظُ دم کر کے پی لیا کریں یہ عمل نوے دن تک کیا جائے علاج اور وظیفہ روحانی سے انشاءاللہ آپ کی ذہنی وجسمانی صحت بحال ہو جائے گی۔

تعلیمی کامیابیاں

میں ایک طالب علم ہوں اور حصول علم کا بہت شوق ہے لیکن دماغ ساتھ نہیں دیتا ذہن ماؤف رہتا ہے کوئی بات دماغ میں ٹھہرتی نہیں اگر یاد ہو جائے تو چند گھنٹوں بعد ذہن کے اسکرین سے مٹ جاتی ہے کسی بات کو سمجھنے میں بھی دیر لگتی ہے فہم وذکاوت بھی کم محسوس ہوتی ہے ذہنی یکسوئی کی کمی ہے مطالعے کے لیے بیٹھتا ہوں تو دماغ مختلف سمتوں میں بھٹکنے لگتا ہے اگر یہی حال رہا تو تعلیم میں کوئی کامیابی حاصل نہیں کر سکوں گا۔ **(شائستہ خان، پشاور)**

جواب: 9 انچ لمبے اور چھ انچ چوڑے عمدہ کاغذ پر قطاروں میں 9 کا ہندسہ نیلی روشنائی سے لکھ لیں اس کاغذ کو کسی گتے وغیرہ پر چسپاں کر لیں تاکہ سامنے رکھنے میں آسانی ہو رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس دس منٹ

تک نظریں جما کر اس کاغذ کو پانچ فٹ کے فاصلے سے دیکھا کریں مسلسل اس عمل کو جاری رکھنے سے انشاء اللہ ذہنی کارکردگی کو فائدہ ہوگا۔

میں مرنے والی ہوں؟؟؟

بچی کی پیدائش کے ایک ماہ بعد پڑوس میں کسی کے انتقال پر تعزیت کے لئے چلی گئی اس کے بعد سے میری حالت بہت خراب ہے رات کو نیند نہیں آتی اور ڈراؤنے خواب دکھائی دیتے ہیں ہر وقت یہ خیال رہتا ہے کہ میں مرنے والی ہوں کھانا کھانے کو بالکل دل نہیں چاہتا بہت کمزور ہوگئی ہوں گھر کا نظام تہہ و بالا ہو گیا ہے شوہر میری طرف سے بہت پریشان رہتے ہیں۔**(عائشہ، گوجرانوالہ)**

جواب: کسی ماہر امراض نسواں سے اپنا معائنہ کرائیں اور ان کی ہدایت پر عمل کریں صبح اور رات کو پانی پر یَااَللّٰہُ یَارَحِیۡمُ یَامُرِیۡدُ سو سو مرتبہ دم کر کے پیا کریں انشاء اللہ تمام حالات و کیفیات ختم ہوجائیں گی۔

شدید ذہنی کوفت

دو سال سے ذہنی دباؤ میں مبتلا ہوں۔ خیالات میں ثقل غالب رہتا ہے خاص طور پر صبح بیدار ہونے کے بعد شدید ذہنی کوفت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ذہنی و جسمانی توانائی کے ضیاع سے صحت دن بدن گرتی جارہی ہے۔ جسم میں خون کی کمی ہے اور جسم توانائی سے محروم دکھائی دیتا ہے۔ دوست میرا مذاق اڑاتے ہیں جس سے میری ذہنی اذیت میں مزید اضافہ ہوجاتا ہے۔**(نوید، کوئٹہ)**

جواب: ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ یَاسَلَامُ اَلۡمُھَیۡمِنُ اَلۡقُدُّوۡسُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس ورد کو آنکھیں بند کر کے پڑھیں اور ذہن میں الفاظ کو واضح اور الگ الگ دھرائیں۔ نماز فجر کے بعد کسی کھلی جگہ چہل قدمی کریں۔ ذہن کو تمام خیالات سے خالی کر کے آہستگی کے ساتھ سانس اندر لیں اور باہر نکالیں۔ اس عمل کو مستقل کرتے ہوئے ذہن میں یَاحَفِیۡظُ کا ورد جاری رکھیں۔ بعد ازاں پانی پر اکیس مرتبہ الٓرٰ تِلۡکَ اٰیٰتُ الۡکِتٰبِ الۡمُبِیۡنِ اَلرَّحِیۡمُ اَلرَّحِیۡمُ یَااَللّٰہُ یَاحَفِیۡظُ دم کر کے پی لیا کریں۔

آسمان کا تصور

دل و دماغ پر ایک بوجھ سا رہتا ہے طبیب ذہنی سکون کی گولیاں تجویز کرتے ہیں سرکاری ملازمت کرتا ہوں دفتر میں کوئی شخص میری بات نہ مانے تو سر بھاری ہوجاتا ہے اور جھٹکے سے لگتے ہیں دماغی کیفیات قابو سے باہر ہوجاتی ہیں طرح طرح کے خیالات ذہن پر یلغار شروع کردیتے ہیں سارا دن دماغی الجھن میں گزر جاتا ہے۔ آج سے دس برس قبل میں بالکل ٹھیک تھا لیکن پھر اس کیفیت کا سامنا کرنا پڑا۔ اسی زمانے میں اور پھر بعد میں بعض گھریلو الجھنوں کا سامنا کرنا پڑا کبھی سوچتا ہوں کہ یہ سب کچھ میری وجہ سے ہوا ہے اور کبھی جادو سحر کا خیال آتا ہے لوگوں سے اچھی طرح ملنے کی کوشش کرتا ہوں لیکن ذہنی دباؤ مجھے متوازن نہیں رکھتا۔ لوگوں سے اس طرح بات کرتا ہوں جیسے جذبات سے عاری کوئی شخص بات کرتا ہے خود کو تبدیل کرنا چاہتا ہوں لیکن تاحال کامیابی حاصل نہیں ہوئی ہے۔**(محمد حیات، سکھر)**

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے باوضو ہوکر یہ عمل کریں۔ ایک لوٹے یا گلاس میں پانی لے کر کسی کیاری یا گملے کے قریب بیٹھ جائیں چلو بھر پانی لیں ایک مرتبہ **یاودود** پانی پر دم کر کے پانی اس طرح ناک کے نتھنوں میں داخل کریں، جیسے وضو کرتے وقت کیا جاتا ہے پانی اتنا داخل کریں کہ ناک کی جڑوں تک اوپر چلا جائے۔ پھر اس پانی کو کیاری یا گملے میں گرا دیں اس عمل کو سات مرتبہ کریں رات کو سونے کے لئے لیٹیں تو آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ بند آنکھوں سے آپ آسمان کو دیکھ رہے ہیں۔ اس تصور کو قائم رکھیں یہاں تک کہ نیند آجائے۔ اول الذکر عمل کو تین ہفتے اور آسمان کے تصور پر کم از کم دو ماہ تک عمل کیا جائے انشاء اللہ جن ذہنی الجھنوں کا آپ نے تذکرہ کیا ہے وہ بہت جلد دور ہوجائیں گی۔

نیند کوسوں دور......

غیر اہم اور اہم خیالات ذہنی الجھن بن جاتے ہیں پوری رات انہی خیالات میں کروٹیں بدل کر گزار دیتا ہوں نیند آنکھوں سے کوسوں دور رہتی ہے روز بروز قلبی اور جسمانی طور پر انحطاط سے دوچار ہوں۔ خوف کی یہ حالت ہے کہ قبرستان کے پاس سے گزرتے ہوئے دل تیز دھڑکنے لگتا ہے اور حلق میں کانٹے پڑ جاتے ہیں محسوس ہوتا ہے کہ میرا کوئی واقف اس جگہ دفن ہے اور میں بھی جلد اس جگہ آنے والا ہوں۔ مختصر یہ کہ ذہنی پریشانی اور جسمانی کمزوری کی منہ بولتی تصویر بن گیا ہوں امید ہے کہ راہنمائی اور مشورے سے نوازیں گے۔

جواب: ایک نو انچ لمبا اور چھ انچ چوڑا شیشہ لیں شیشہ سے مراد آئینہ نہیں ہے بلکہ سادہ شیشہ ہے جس کے آر پار نظر آتا ہے اس شیشے پر ایک طرف نیلا پینٹ کرالیں اور درمیان میں ایک سفید رنگ کا دائرہ بنوائیں اور اس کے اندر نیلے رنگ سے اسم ذات اللہ لکھوالیں۔ رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس دس منٹ تک اس اسم کو پانچ فٹ کے فاصلے سے دیکھا کریں دیگر اوقات میں زیادہ سے زیادہ یَااَللّٰہُ یَارَحۡمٰنُ کا ورد کرتے رہا کریں۔ کم از کم چالیس روز ان دونوں باتوں پر عمل پیرا رہیں انشاء اللہ خوف کی کیفیت مغلوب ہوجائے گی۔

دل میں کچھ ہوتا ہے

میں ایک دینی ادارے میں درس و تدریس کا کام کرتی ہوں نماز کی پوری طرح پابند ہوں لیکن مجھ میں اتنی صلاحیت اور طاقت نہیں کہ خواتین کے سامنے کھڑے ہوکر تقریر کرسکوں یا دین کی باتیں انہیں بتا سکوں۔ تقریر کرتے ہوئے دل میں کچھ ہوتا ہے اور زبان سے کچھ اور نکلتا ہے الفاظ پر کنٹرول کھو بیٹھتی ہوں۔ گھبراہٹ اور پریشانی میں کانپنے لگ جاتی ہوں۔ کسی پر میرا اثر اور رعب طاری نہیں ہوتا۔ میری طبیعت تیزی اور چستی سے بھی محروم ہے۔ جس سے بھی دوستی ہوتی ہے وہ مجھ سے دور ہوجاتا ہے۔ بہت کچھ بننے کا ارادہ رکھتی ہوں لیکن ناکامی کے سوا کچھ ہاتھ نہیں آتا۔**(ساجدہ ندیم، مردان)**

جواب: رات کو سونے کے لئے لیٹیں تو وضو کرلیں۔ پشت کے بل لیٹ کر آنکھیں بند کرلیں اور اندازاً پانچ منٹ تک اس آیت کریمہ کو ذہن میں پڑھتی رہیں۔ اِنَّمَآ اَمۡرُہٗۤ اِذَآ اَرَادَ شَیۡـًٔا اَنۡ یَّقُوۡلَ لَہٗ کُنۡ فَیَکُوۡنُ (یٰسین 82) بعد ازاں یہ تصور کریں کہ بند آنکھوں کے سامنے ایک سیاہ رنگ کا پردہ ہے۔ اس پردے پر تصور کی قوت سے نورانی حروف میں بار بار یَافَتَّاحُ لکھتی رہیں۔ جس طرح قلم الفاظ لکھتا ہے اسی طرز پر ذہن کی قوت سے اسم یَافَتَّاحُ کو لکھتی رہیں۔ اندازاً دس منٹ کے عمل کے بعد سو جائیں۔ پہلے سات دن یہ عمل کر کے نتائج ملاحظہ کریں پھر مزید سات دن یہ عمل کریں۔ اگر ضرورت محسوس ہو تو دنوں کی تعداد بڑھا کر اکیس دن کر دی جائے۔ اکیس دن سے زیادہ یہ عمل نہ کریں۔ اس عمل کے نتائج سے بذریعہ خط راقم کو مطلع کریں۔ انشاء اللہ تمام معاملات میں آپ کی خوابیدہ قوتیں متحرک ہوجائیں گی۔ تاہم چند باتیں مدنظر رکھیں۔ کسی پر رعب ڈالنے یا اثر ڈالنے کا خیال دل میں نہ لائیں۔ جو باتیں آپ کہنا چاہتی ہوں ان کا مجموعی خلاصہ ذہن میں رکھیں اور ٹھہر ٹھہر کر اطمینان کے ساتھ بیان کریں۔

کینسر‘ بواسیر‘ دائمی نزلہ کیلیے گارنٹی شدہ علاج

وہ بہن شفائے رحمت کا فرشتہ بنا کر اللہ نے بھیجا۔ آنے والی بہن نے کہا کہ دیسی کیکر کی ایک کلو چھال لے آؤ اس کو ایک کلو پانی میں ابالو ایک گھنٹہ دھیمی آنچ پر پکنے کے بعد چولہے سے اتارو اور پانی چھان لو اور اس میں چاول برابر لے کر بھگو دو

نزلے زکام سے یقینی نجات

(ذکیہ اقتدار' بہاولنگر)

سردی کی آمد ہے اور ساتھ ہی اس خوبصورت موسم میں مزے کے پھل سبزیوں کے ساتھ آتے ہیں ساتھ ہی نزلہ کھانسی‘ گلے میں خراشیں‘ سر میں شدید درد بھی ہماری لاپرواہی سے آتے ہیں۔ راقمہ کا پوری زندگی کا اصول ہے اسی پانی سبزی اور میوے سے علاج کرتی ہے۔ 15 ستمبر کے بعد یہ علاج صحت مندی میں کرلیجئے۔ بچوں کو کروائیں‘ ٹانسلز بھی ہوں یہ علاج کریں۔

☆ ادرک کا ٹکڑا آدھی چھٹانک‘ تین عدد لونگ‘ تین عدد سبز الائچی‘ سات کشمش‘ دو بڑی الائچی‘ تین عدد بادام ثابت‘ تین عدد پستہ۔ دھیمی آنچ پر ایک کپ پانی میں ڈالیے پکنے کے بعد آدھا کپ رہ جائے۔ یہ صبح نہار منہ پی لیں۔ وقت پھر اگلے روز اتنا ہی سب کچھ ڈال کر پکائیں۔ یہ قہوہ تین روز پی لیں۔ حیرت انگیز شفاء ہوگی۔

☆ سادہ پانی کا گلاس بھرلیں‘ چھری لیں اس سے اندر کی طرف پیندے میں چھری سے حرکت ضرب X کے لگائیں۔ زیادہ گلا خراب ہوتو نو مرتبہ کٹ لگائیں۔ اللہ شافی گیارہ مرتبہ کہیں۔ بیٹھ کر تین سانس میں پانی پی لیں۔

گلا ٹھیک بھی ہوتو ہر ماہ چاند کا خیال رکھیں پہلی تاریخ سے سات تاریخ تک ہمیشہ جو افراد یہ عمل کریں گے انہیں کبھی گلے کی تکلیف نہیں ہوگی۔

اگر گلے کے کینسر کے مریض بھی یہ عمل مستقل کریں اور روزانہ صدقہ دیں۔ حسب توفیق دو نفل شفاء کے پڑھ کر پیارے نبی ﷺ کو ہدیہ بخش دیں۔ صبح و شام اکتالیس بار سورۂ فاتحہ فجر کی سنت اور فرض کے درمیان پڑھیں۔ حیرت انگیز شفاء پائیں گی۔ گلا جب تک ٹھیک نہ ہو چھری کی دستی ہاتھ میں ہو لمبی چھری لیں پورے گلاس میں ڈوب جائے۔ جتنی بار پانی پئیں اسی طرح پی لیں۔ یہ نسخہ راقمہ نے زبانی فون پر بھی بہت لوگوں کو بتایا۔ لوگوں نے سو فیصد پایا۔ اگر نہار منہ ایک گلاس پانی پر گیارہ کٹ لگا کر مستقل پانی پی لیا کریں تو کبھی گلے کے امراض نہیں ہوں گے۔ بہت عجیب ٹوٹکہ ہے۔

عجیب و کھچڑی کھانے سے اسہال اور پیچش سے ہمیشہ کیلئے نجات

راقمہ بہت دنوں سے ارادہ کررہی تھی۔ ایک ملنے والی خاتون کی بیٹی بہت بیمار تھی۔ سوچا اس کی عیادت کرآؤں۔ جنت میں جانے کے شوق میں ہر وقت دل بے چین رہتا ہے کسی بہانے کوئی موقع ہاتھ سے نہ جانے دوں کیونکہ اللہ رب العزت فرماتے ہیں جو فرد بے لوث صرف میری رضا کیلئے کسی مریض کی عیادت کو جاتا ہے وہ اتنی ہی دیر اس فرد کے پاس نہیں بلکہ جنت میں رہتا ہے۔ اس کی مغفرت کردی جاتی ہے۔ راقمہ نے جلدی کام سمیٹے آیۃ الکرسی پڑھ کر گھر کو تالا لگایا اور عیادت کے ارادے سے اس خاتون کے گھر چلی جارہی تھی۔ گھر بہت دور تھا گھر جس قدر دور ہو اتنی ہی بخشش زیادہ ہوتی ہے۔ مکان پر پہنچ کر دروازہ پر دستک دی‘ وہ خاتون برآمد ہوئیں یہ بیوہ خاتون تھیں غریب بھی...... راقمہ کو اپنے دروازے پر دیکھ کر ہکا بکا دیکھتی رہی اسے یقین ہی نہیں آرہا تھا کہ اس غریب کے دروازے پر کوئی معزز خاتون آجائے گی پھر جیسے اسے یقین ہوا کہ واقعی ایسا ہی ہے جلدی سے کہا آپا جی آجاؤ...... میرے پاس تو بٹھانے کیلئے جگہ بھی نہیں ہے یہ کہہ کر ایک لکڑی کا تختہ اپنے دوپٹے سے صاف کرنے لگی راقمہ نے کہا غریب بڑے خوش قسمت ہیں۔ جنت میں یہ امیروں سے پہلے چلے جائیں گے۔ کچھ رقم ساتھ لے کر گئی تھی کہ علاج کیلئے دے دوں گی۔ اٹھارہ سالہ بیٹی کا حال بے حد خراب تھا۔ ہر پانچ منٹ بعد اس کے کپڑے تبدیل کرانا‘ غسل کروانا‘ کچھ منٹ گزرے کہ ایک خاتون کمر بند لینے آگئی۔ اس غریب بیوہ نے کہا کمر بند کیسے بناؤں؟ بیٹی کی مصیبت میں دن کٹ جاتا ہے۔ یہ غریب عورت کمر بند بنا کے روزی کماتی تھی۔ وہ بہن شفائے رحمت کا فرشتہ بنا کر اللہ نے بھیجی۔ آنے والی بہن نے کہا کہ دیسی کیکر کی ایک کلو چھال لے آؤ اس کو ایک کلو پانی میں ابالو ایک گھنٹہ دھیمی آنچ پر پکنے کے بعد چولہے پر اتارو‘ اور پانی چھان لو اور اس میں چاول برابر لے کر بھگو دو‘ پیاز کاٹ کر دو‘ چھال والا پانی دیگچی میں ڈال کر دال چاول ڈال دیں۔ دم آجائے تو ٹھنڈا کرکے مریض کو کھلائیں یہی نسخہ استعمال کرائیں زندگی میں دوبارہ یہ مرض نہ ہوگا۔ بچے جوان بوڑھے سب کیلئے۔ اس بچی کو یہی نسخہ استعمال کرایا اور وہ ٹھیک ہوگئی۔

کئی سال پرانی بواسیر پندرہ روپے سے ٹھیک

(طارق جاوید' لاہور)

چند سال قبل مجھے بواسیر تھی‘ بہت زیادہ خون ضائع ہوتا تھا جب بھی لیٹرین جاتا تو فواروں کی طرح خون آتا۔ بہت ٹوٹکے کیے دیسی علاج کیا‘ ہومیو پیتھک علاج کیا لیکن آرام نہ آتا اور میں دن بدن کمزور ہوتا چلا گیا۔ ایک دن ’’عبقری‘‘ میں ایک کالمی چھوٹا سا علاج پڑھا۔ سوچا کہ بے ضرر اور چھوٹا سا علاج ہے یہ بھی کرکے دیکھ لیتا ہوں۔

لکھے ہوئے کے مطابق پنسار سے پندرہ روپے کے کالے جو لے آیا جنہیں اندر جو بھی کہتے ہیں۔ پندرہ رپے میں پاؤ بھر آگئے۔ انہیں کونڈے میں کوٹ پیس کر پاؤڈر کی طرح کرلیا اتنا کے چھاننی میں سے بھی صاف نکل گئے۔ ایک بوتل میں رکھ لیے اور حسب ہدایت ایک چمچ تین وقت یعنی صبح‘ دوپہر‘ شام پانی کے ساتھ کھانے لگا۔ ایک ہفتے سے بھی پہلے خون آنا بند ہوگیا اور مجھے آرام آگیا لیکن میں نے احتیاطاً بنائی ہوئی دوائی ساری کھالی۔ اس کے ساتھ اور اس کے بعد سے میں نے بڑے گوشت اور ہری مرچ کا پرہیز جاری رکھا۔ وہ پندرہ روپے کے کالے جو کھائے مجھے آج کئی سال ہوگئے ہیں لیکن الحمدللہ مجھے مکمل آرام ہے۔

دب اور ہلدی نے ہڈی جوڑ دی

قارئین! یہ وہ راز ہے جو ایک شخص نے ہزاروں روپے خرچ کرکے اور روز روز کے سرکس کے چکر لگا کر مجھے نہایت راز داری میں دیا تھا میں آپ کو نہایت سستے داموں یعنی بالکل مفت لوٹا رہا ہوں میری زندگی کی خواہش ہے کہ جب مجھے موت آئے تو میرے اوپر امانتوں کا بوجھ نہ ہو

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک صاحب میرے پاس تشریف لائے۔ کہنے لگے میں مداری کا کرتب دیکھنے گیا کرتب یہ تھا کہ مداری اپنے کندھے پر لاٹھی رکھے دونوں ہاتھوں سے اس کو پکڑے اور بہت بلندی پر ایک تنے ہوئے رسے پر چل رہا تھا۔ میں حیران کہ یہ کیسے چلے گا؟ وہ چلتا گیا...... کیونکہ روز وہ کئی مرتبہ یہ کرتب دکھاتا تھا۔ درمیان میں آ کر وہ اپنا توازن برقرار نہ رکھ سکا اور گر پڑا۔ کرتب ختم ہوگیا اور مداری تو اٹھا کر لے گئے میں سوچوں میں تھا کہ اس کا کیا بنے گا؟ کیونکہ میرا ذہن علاج معالجے کی طرف مائل تھا۔ میری حیرت کی انتہا نہ رہی کہ ٹھیک تیسرے دن وہ اسی رسے پر چل رہا تھا محسوس ایسے ہوتا تھا کہ اسے کوئی تکلیف نہیں اور نہ ہی اس نے آج تک کسی چوٹ کا سامنا کیا۔ حالانکہ اس وقت لگنے والی چوٹ اور اس پر کراہنے کی آواز واضح بتا رہی تھی کہ اسے چوٹ بہت زیادہ لگی ہے۔

میں اس جستجو میں تھا آخر اس مداری کے پاس کون سا ایسا عمل ہے یا کون سا ایسا فارمولہ ہے کہ جس کی وجہ سے اسے اتنی جلدی شفاء یابی ملی۔ میں روز اس کے شو میں جاتا اس کا کرتب دیکھتا اسے ایک بڑا نوٹ بہت زیادہ تعریف کرکے اور جتا کر دیتا۔ وہ میری اس تعریف سے خوش ہوتا اور اس کی آنکھوں کی چمک بتا رہی تھی کہ وہ روزانہ میرا انتظار کرتا ہے۔ ایک دن کہنے لگا آج آخری دن ہے ہم یہاں سے جا رہے ہیں اور دور ایک شہر بتایا کہ وہاں ایک بزرگ کا میلہ ہے ہمارا کرتب وہاں ہوگا۔ اس کے چہرے پر کچھ اداسی بھی تھی لیکن نوٹ کی طلب کی چمک زیادہ تھی۔ میں نے کہا اگر جا رہے ہو تو مجھے یہ نسخہ بتاؤ کہ تمہیں چوٹ کیسے لگی اور چوٹ لگنے کے بعد تم صحت مند کیسے ہوئے؟ کہنے لگا یہ راز ہے میں نے آج تک کسی کو نہیں بتایا میں نے منت کی اور ساتھ یہ بھی کہا کہ بتانا تو پورا بتانا ورنہ نہ بتانا۔ کہنے لگا یہ تو ضروری ہے کہ اگر بتاؤں گا تو مکمل ورنہ نہیں بتاؤں گا۔ تھوڑی دیر سوچ کر کہنے لگا اچھا ٹھیک ہے میں بتاتا ہوں۔ کہا کہ دب جسے عام طور پر درب بھی کہتے ہیں یہ ایک تنکے دار گھاس ہوتا ہے جو کھیتوں کے کنارے یا سڑک کے راستے خود بخود اگتا ہے جس کے تنکوں سے بڑا سا جھاڑو بناتے ہیں اور اس کے تنکے کانٹے خاردار ہوتے ہیں یعنی اگر ان پر ہاتھ پھیرا جائے تو ہاتھ تلوار کی تیزی کی مانند کٹ جاتا ہے ہر جگہ یہ دب کا پودا میسر ہے اس کی ایک اور مشہور نشانی یہ ہے کہ جب اس کو کھودیں گے کیونکہ ہمیں جڑیں مطلوب ہیں تو پیلے رنگ کی پتلی پتلی جڑیں ایسے نکلیں گی جیسے کماد یا گنے کی شاخ ہوتی ہے یعنی تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد گانٹھیں ہوں گی پیلے رنگ کی شاخ جس کے تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد گنے کی گانٹھیں ہوں گی بس وہی ہمارا مطلوب اور مقصود علاج ہے۔ وہ جڑیں لیکر سائے میں خشک کرلیں اگر جڑیں سو گرام ہوں تو اس میں ہلدی پچاس گرام ڈالیں۔ ڈال کر اس میں بیس گرام دیسی گھی ڈالیں اور پچاس گرام شہد ڈالیں یہ ایک سخت سا معجون بن جائے گا۔ چاہیں گولیاں بنالیں چاہیں چمچ سے استعمال کریں۔ آدھا چمچ صبح نہار منہ گرم دودھ کے ساتھ دن میں تین دفعہ استعمال کریں۔ دو دفعہ بھی کرسکتے ہیں کچھ دنوں کے استعمال سے درد پرانے جوڑوں کا ہو' پٹھوں کا ہو' اعصاب کا ہو' درد چھوٹے جوڑوں کا ہو یا بڑوں کا' ہڈی جتنی پرانی ٹوٹی ہوئی ہو' یا آپ چاہتے ہیں کہ ٹوٹی ہوئی ہڈی جڑ جائے اس کا درد فوراً ختم ہوجائے اور طبیعت میں سکون آجائے تو اس کیلئے یقین کی طاقت کے ساتھ یہ دوا استعمال کریں۔ ہڈی کے درد ٹوٹنے یا چوٹ لگنے سے ہڈی تو نہ ٹوٹی ہو گوشت دب گیا ہو یا پھٹ گیا ہو تو سب کیلئے اس کا استعمال نہایت مفید ہے اور اس میں جتنی توجہ کی جائے گی اتنی زیادہ اس کی تاثیر واضح ہوگی۔

میرے پاس پرانے سے پرانی ہڈیوں کے روگی مریض آئے پرانے جوڑوں پٹھوں کے درد میں مبتلا مریض آئے انہیں یہ مسلسل استعمال کرنے کو دیا بس تھوڑے ہی عرصے میں اللہ کے فضل سے انہیں بہت فائدہ ہوا اور طبیعت میں جتنی بھی کمزوری اکتاہٹ اور دردیں تھیں وہ ختم ہوگئیں۔ مخلصانہ مشورہ ہے کہ آپ بھی ضرور استعمال کریں۔

قارئین! یہ وہ راز ہے جو ایک شخص نے ہزاروں روپے خرچ کرکے اور روز روز کے سرکس کے چکر لگا کر مجھے نہایت راز داری میں دیا تھا میں آپ کو نہایت سستے داموں یعنی بالکل مفت لوٹا رہا ہوں میری زندگی کی خواہش ہے کہ جب مجھے موت آئے تو میرے اوپر امانتوں کا بوجھ نہ ہو وہ سب امانتیں میں آپ تک پہنچا کر اور آپ کو لوٹا چکا ہوں تاکہ مخلوق خدا کو میری ذات سے جتنا (بقیہ صفحہ نمبر 49 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

مسائل ڈائری میں لکھ لو

میرے کچھ مسائل ہیں جن پر بے حد پریشان رہتا ہوں۔ ایم اے کا طالب علم ہوں۔ اپنا پڑھنا لکھنا بھی ہوتا ہے۔ ایک دوست نے مشورہ دیا کہ تم دماغی الجھنوں کے سبب ٹیچر کے لیکچر کے دوران کہیں گم ہوجاتے ہو تو اپنے مسائل کو ڈائری میں لکھ لیا کرو۔ مگر مجھے ڈر ہے کہ کہیں میرے دل کی باتیں کسی کو معلوم نہ ہوجائیں اور راز کھل جائیں۔ بہرحال پھر بھی کوشش کی اور لکھنا چاہا تو لکھتے ہوئے دماغ میں کچھ بھی نہیں آیا۔ (**شکیل، ملتان**)

مشورہ: دماغ میں آنے والے مسائل اور معاملات کو لکھ لینا اچھی بات ہے لیکن انسان اپنی باتیں کسی کو بتانا بھی تو نہیں چاہتا اور یہ کچھ برا بھی نہیں۔ اگر آپ نے ڈائری پر سب کچھ لکھا اور وہ کسی نے پڑھ لیا تو پریشانی بڑھ جائے گی۔ یہ خوف آپ کے دماغ کو اس وقت خالی کر دیتا ہے جب آپ کچھ لکھنا چاہتے ہیں۔ ایک کام ہوسکتا ہے وہ یہ کہ سادے کاغذ لیں اور ان پر ایک ہی نشست میں جو بھی مسئلہ ہو لکھ ڈالیں ساتھ ہی جو حل سمجھ میں آئے وہ بھی لکھیں بلکہ کئی حل لکھیں جو قابل قبول ہو اس کو بار بار پڑھیں۔ پھر وہ کاغذ پھاڑ دیں یا کسی بھی طرح ضائع کر دیں جس پر آپ کے مسائل لکھے تھے۔ اس طرح دماغ کو مضطرب کرنے والی باتیں باہر نکل جائیں گی اور کسی کو کچھ پتہ نہ چل سکے گا۔ آپ ہمیشہ اچھی باتیں سوچیں، اچھی باتیں لکھیں اور اچھی باتیں بولیں تو کسی بھی طرح کا خوف نہ رہے گا۔

خودکشی کا آسان طریقہ

آج کل میں خودکشی کرنے کا کوئی آسان سا طریقہ سوچ رہی ہوں، ذات کا فرق زندگی تباہ کرڈالے گا یہ خیال پہلے کبھی نہیں آیا تھا۔ مگر جب مجھ پر گزری تو برداشت نہ کرسکی۔ ایک بہت نیک اور خوش شکل لڑکے سے محبت ہوگئی، وہ پٹھان تھا اور میں سید...... میرے گھر والوں نے اس کا نام سنتے ہی انکار کردیا۔ ایک روز وہ آخری بار ملا اور کہہ دیا کہ ہم کبھی ایک نہیں ہوسکتے۔ اس کے بعد اس نے شادی کرلی اور میں نے خودکشی کا ارادہ کرلیا۔ آخر میں کب تک ناکامی کا بوجھ اٹھائے محرومیوں کی دلدل میں اترتی رہوں گی۔ (**ن۔ب۔راولپنڈی**)

مشورہ: محرومی کا شکار ہونا زندگی میں عام سی بات ہے۔ طالب علم کیلئے امتحان میں توقع سے کم نمبر آنا، ماں سے بچے کا اچانک جدا ہوجانا، بچوں کیلئے والدین میں سے کسی ایک یا دونوں کا بچھڑ جانا، یہ سب باتیں انسان کو محرومی میں مبتلا کرسکتی ہیں۔ مگر آپ محرومی سے زیادہ مایوسی کا شکار ہیں بلکہ اب جو یہ آپ خودکشی کے طریقے سوچنے پر مجبور ہو رہی ہیں اس سے تو ظاہر ہو رہا ہے کہ شدید ڈپریشن میں مبتلا ہیں اور وجہ بھی آپ کو معلوم ہے۔ محرومی اور مایوسی کس انسان کی زندگی میں نہیں ہوتی لیکن ان حالات میں مثبت رویہ اپنانے والے ذہنی طور پر صحت مند اور منفی رویہ اختیار کرنے والے مریض کہلاتے ہیں۔ لڑکے نے مثبت رویہ اپنایا اور آپ نے خود کو بیمار کرلیا۔ حالانکہ تکلیف تو دونوں ہی کو پہنچی ہے۔ ایسے حالات جنہیں بدلنا آپ کے اختیار میں نہیں ہے اب انہیں قبول کرلیں۔ کسی بھی تکلیف دہ حقیقت پر ہمیشہ تو آنسو نہیں بہائے جاسکتے اور نہ ہی اپنی قیمتی ترین زندگی ختم کی جاسکتی ہے۔ ایسا سوچنا بھی سنگین غلطی ہے۔

اس کا چہرہ معصوم ہے

مجھ سے بڑے چار بھائی ہیں۔ میری عمر بیس سال ہے۔ انٹر کا طالب علم ہوں۔ ایک لڑکی مجھ سے محبت کرنے لگی ہے۔ اس کا چہرہ بہت معصوم ہے اب اس کے گھر والے اس کا رشتہ طے کر رہے ہیں وہ کہتی ہے کہ میں اپنے والدین کو بھیجوں اور میں تو گھر میں یہ بات کہہ بھی نہیں سکتا۔ گھر والے پوچھتے ضرور ہیں کہ کالج میں کوئی مسئلہ ہے، کچھ پریشان ہو۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ میری پریشانی کا حل تو انہی کے پاس ہے۔ (**ریاض، لاہور**)

مشورہ: گھر والوں کو کچھ بتانے کی بجائے لڑکی کو سمجھا دیں کہ فی الحال آپ اس پوزیشن میں نہیں کہ شادی کرسکیں یا والدین کو ان کے گھر رشتہ لینے بھیجیں۔ یعنی اس کی محبت پر حوصلہ افزائی نہ کریں۔ آپ کا رویہ سرد ہوگا تو وہ خود سمجھ جائے گی کہ حقائق کچھ اور ہیں جو وہ سوچ رہی ہے ممکن نہیں۔ اپنی توجہ تعلیم کی طرف مبذول رکھیں گے تو اس طرح کی فضول سرگرمیوں سے دور رہیں گے جو نہ صرف حال بلکہ مستقبل کے لیے بھی اچھی نہیں۔

مسکراہٹ غائب

میں جب کسی لڑکی کو اپنے والد سے مسکرا کر بات کرتے دیکھتی ہوں تو مجھے بہت احساس محرومی ہوتا ہے۔ کیونکہ میرے ابو جب دفتر سے واپس آتے ہیں تو ان کے چہرے سے مسکراہٹ غائب ہوتی ہے۔ ہم خاموش اپنے اپنے کاموں میں لگے رہتے ہیں۔ امی بھی کچن سے باہر نہیں آتیں میں اس گھٹن زدہ ماحول سے فرار چاہتی ہوں اور امی سے کہتی ہوں کہ کہیں گھومنے چلیں۔ ہوں، بھی ایک ہی بہن بھائیوں کی رونق بھی نہیں۔ (**مریم، کراچی**)

مشورہ: ایک زمانہ تھا کہ جب کسی گھر میں کوئی اکلوتی اولاد ہوتی تھی آج کل تو ایک بیٹا یا بیٹی ہونا عام سی بات ہے۔ آپ اپنی تنہائی کو سب سے مختلف نہ جانیں۔ والد کے چہرے سے مسکراہٹ غائب ہونے کی بہت سی وجوہات ہوسکتی ہیں۔ دفتر میں زیادہ کام، راستے کی مشکلات، ٹریفک کے مسائل وغیرہ...... آپ یہ کیوں انتظار کرتی ہیں کہ ماحول میں خوشگوار تبدیلی بڑوں کی طرف سے ہو آپ چاہیں تو خود ہی اپنی مسکراہٹ اور اچھی باتوں سے خوشگوار تبدیلیاں لاسکتی ہیں۔

دانوں سے جان چھڑانے کا آزمودہ طریقہ

ایسی خواتین اور مرد جن کے چہرے پر بہت موٹے پیپ والے دانے نکلتے ہیں اور وہ مہنگے مہنگے علاج کروا کر تھک گئے ہوں لیکن دانے ہیں کہ کم ہونے کا نام نہیں لے رہے، ایسے خواتین اور حضرات کیلئے ایک بہت ہی لاجواب ٹوٹکا حاضر خدمت ہیں:۔

آپ روزانہ آدھا کلو کنو یا فروٹر کھائیں۔ ایک ہفتے میں دانے کم ہونے لگیں گے اور پھر نکلنا بند ہوجائیں گے۔

نہایت ہی سادہ اور سستا نسخہ ہے۔ یہ نسخہ میں نے کئی خواتین وحضرات کو دیا اللہ نے سب کو صحت دی آپ بھی آزمائیں اور دعائیں دیں۔ (رانی، پاکپتن)

فوری اثر وظیفہ عبقری سے ملا

اسی طرح میرے نندوئی کے کاروباری لوگوں نے عرصہ تین سال سے تین لاکھ کی رقم دینی تھی میں نے ان کو یہی آیت بتائی۔ انہوں نے بھی صرف چار روز ہی پڑھا تھا کہ ان کا مسئلہ حل ہوگیا۔ انہوں نے ان کو رقم تو نہیں دی لیکن انہوں نے ان کا مال واپس کردیا

اللہ تعالیٰ کے اسمائے گرامی سے علاج

(رفعت' فیصل آباد)

یَارَحْمٰنُ: صبح فجر کی سنتوں اور فرض کے درمیان جو شخص ایک سو اکیس مرتبہ یَااَللّٰهُ یَارَحْمٰنُ کسی بیمار کے سرہانے کھڑے ہوکر پڑھے گا۔ سات دن میں بیمار تندرست ہوجائے گا۔ اگر موت مقدر میں ہے تو خاتمہ بالخیر ہوگا۔ جلد مشکل آسان ہوجائے گی۔ یہ عمل مجرب ہے۔

جو کوئی یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ دونوں نام ملا کر ہر نماز کے بعد اکیس مرتبہ پڑھے گا۔ حق تعالیٰ غفلت اور بھول اس کے مزاج سے مٹادیں گے۔ نماز کی محبت پیدا ہوگی۔ آزمودہ ہے۔

یَاقَابِضُ: جو شخص فجر اور مغرب کی نماز کے بعد اکیس مرتبہ ''یَاقَابِضُ' ہمیشہ پڑھے کسی قسم کا جادو اس پر اثر نہیں کریگا کسی شخص کی بددعا اس کے حق میں کارگر نہ ہوگی کسی جن بھوت کا اثر نہ ہوگا۔ ہر قسم کی بلاؤں کو رفع کرنے کے لیے یہ نام اسم اعظم کا درجہ رکھتا ہے اور نہایت عجیب الاثر ہے۔

چند نام جمع کرکے پڑھنا

سخت سے سخت مرض یا سنگین مقدمہ فتح کرنے کیلئے یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ کا پڑھنا نہایت مجرب ہے۔ حضرت علامہ حضرمی رحمۃ اللہ علیہ نے ان اسماء کو پڑھ کر چار ہزار آدمیوں کے لشکر کو بڑے ذخائر دریا سے بلاکشتی' بلاجہاز' بغیر پل کے پار اتارا۔ اس دعا سے خشک ریگستان میں خدا نے حضرت علاء رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کیلئے مینہ برسایا۔ اگر کوئی شخص ان اسماء کو ایک لاکھ اکیاون ہزار مرتبہ بطور ختم پڑھے تو اسی ہفتے کامیاب وبامراد ہوگا۔ معمولی ضرورتوں کیلئے ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر دعا کرنا کافی ہے۔

یَااَرْحَمَ الرّٰاحِمِیْنَ۔ ہر ایک مصیبت کیلئے اس مبارک نام کا ہر وقت ورد رکھنا تمام آفتوں کا مجرب علاج ہے۔ ایک راہزن نے حضرت زید رضی اللہ عنہٗ کو پکڑ کر قتل کرنے کا ارادہ کیا تو اس وقت آپ رضی اللہ عنہٗ نے تین مرتبہ یہ نام پڑھا کہ اللہ تعالیٰ نے آسمان سے ایک فرشتے کو بھیجا جس نے اس جلاد کو ختم کرکے آپ کو رہائی دلائی۔ سجدے میں سو مرتبہ اس نام

کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھنا لاعلاج مریضوں کی دوا' سخت سے سخت مصیبت سے نجات ملنے کا کامل ذریعہ ہے۔ کسی بھی مسلمان کو اس دولت سے محروم نہیں رہنا چاہیے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں نیک کام کرنے کی ہمت وتوفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

تیر بہدف وظیفہ جو عبقری سے ملا

(روبینہ ظفر' لاہور)

میں عبقری کی قاری ہوں۔ میرے ایک شخص کے پاس چالیس ہزار تھے اور وہ دینے کا نام نہیں لے رہا تھا میں نے ماہ مئی کے عبقری میں آیت کا وظیفہ پڑھا تھا۔ میں نے یہ وظیفہ پوری توجہ اور دھیان سے نہیں پڑھا' اٹھتے' بیٹھتے' کھلا پڑھا آیت یہ تھی۔ فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِیْنَ ظَلَمُوْا وَ الْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ ﴿الانعام ۴۵﴾۔ ابھی میں نے صرف تین یا چار روز ہی پڑھا تھا کہ وہ شخص خود گھر آکر پیسے دے گیا۔ اسی طرح میرے نندوئی کے کاروباری لوگوں نے عرصہ تین سال سے تین لاکھ کی رقم دینی تھی میں نے ان کو یہی آیت بتائی۔ انہوں نے بھی صرف چار روز ہی پڑھا تھا کہ ان کا مسئلہ حل ہوگیا۔ انہوں نے ان کو رقم تو نہیں دی لیکن انہوں نے ان کا مال واپس کردیا۔ میں بہت شکرگزار ہوں کہ میں نے اور میرے نندوئی نے اس آیت سے فیض پایا۔

جلے ہوئے زخم کیلیے

آپ کا جسم گرم پانی سے جلا ہو' سالن سے' بھاپ سے یا براہ راست آگ سے ہر ایک کیلئے مؤثر ہے۔ زخم کے حساب سے سرسوں کا تیل لیں اور آدھی مقدار میں کھانے والا نمک شامل کرلیں زخم پر فوراً لیپ کرنے سے نہ صرف ٹھنڈک پیدا ہوگی بلکہ زخم کا نشان بھی نہیں رہے گا۔

نکسیر کا علاج: نکسیر کیلئے یہ ہمارا آزمودہ ٹوٹکہ ہے (کیونکہ ہماری فیملی میں بہت سے بچوں کو یہ تکلیف ہوجاتی ہے) مشک کافور (جو کہ مردوں کو نہلانے کے بعد ان کے پاس خوشبو کیلئے چھڑکا جاتا ہے) لے لیں اور اس کو پلاسٹک کے کاغذ میں لپیٹ کر رکھیں جیسے ہی بچے کی نکسیر نکلنی شروع ہو کچھ نہ کریں صرف مشک کافور اس بچے کو سنگھا دیں' نکسیر فوراً رک جائے گی۔ (صائمہ طارق' شرقپور)

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آرہی ہیں' ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلارہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہورہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

بچوں کا صفحہ

آنہ' دوآنہ' کھوٹا آنہ کے انوکھے کمالات

محمد دانش' لاہور

اب بادشاہ نے اٹھ کر اعلان کیا کہ ایک انوکھا کھیل ہوگا ہم کچھ جانور چھوڑیں گے اور امیدواروں کو ان سے لڑنا ہوگا۔ اگر وہ جانوروں کو مار ڈالنے میں کامیاب ہوگئے تو شہزادیوں کی شادی انہی بہادروں سے کی جائے گی۔ میدان خالی کر کے سپاہیوں نے پنجرے کھول دیئے

دینو ایک محنتی کسان تھا۔ وہ اپنی بیوی کے ساتھ ہنسی خوشی زندگی گزار رہا تھا۔ ان کی زندگی میں سوائے اولاد کے کسی چیز کی کمی نہیں تھی۔ دینو کو اولاد کی بہت خواہش تھی۔ آخر بڑی دعاؤں کے بعد ان کی مراد پوری ہوئی اور اللہ نے انہیں ایک بیٹا دیا مگر دونوں میاں بیوی اسے دیکھ کر حیران ہوگئے۔ بچہ بہت ہی چھوٹا سا تھا' ایک چھوٹی سی گڑیا کے برابر۔ جس نے بھی بچے کو دیکھا تو یہی کہا کہ بچہ بونا ہے۔ اس کا قد زیادہ سے زیادہ دو یا تین فٹ تک بڑھ سکے گا اور بس۔

دینو بہت مایوس ہوا اور اس نے بچے کا نام آنہ رکھ دیا۔ آنہ واقعی بہت آہستہ آہستہ بڑا ہونا شروع ہوا۔ کچھ عرصے بعد دینو کے گھر میں ایک اور بچے کی آمد ہوئی لیکن وہ بھی پہلے کی طرح بونا نکلا۔ دینو نے بجائے اللہ کا شکر ادا کرنے کے اپنی قسمت کو کوسنا شروع کر دیا اور چڑ کر دوسرے بیٹے کا نام دو آنہ رکھ دیا۔ گاؤں میں اس کے دوستوں نے دینو کو بہت سمجھایا کہ اولاد اللہ کی دی ہوئی نعمت ہے اس کا شکر ادا کرو ناشکری نہ کرو' مگر دینو ہر وقت اپنی قسمت کو برا کہتا تھا۔

وہ اسی فکر میں تھا کہ اللہ نے اسے تیسرا بیٹا دیا وہ بھی اپنے بھائیوں کی طرح بونا تھا۔ دینو نے اپنا سر پیٹ لیا اور کئی دن تک وہ گھر سے باہر بھی نہیں نکلا۔

وہ اس قدر چڑ چڑا ہوگیا تھا کہ کسی سے بات بھی نہیں کرتا تھا۔ غصے میں آ کے اس نے اپنے تیسرے بیٹے کا نام کھوٹا آنہ رکھ دیا۔ وقت گزرتا گیا اور یہ تینوں آنہ' دو آنہ اور کھوٹا آنہ جوان ہوگئے۔ تینوں تین' تین فٹ کے تھے ان کے قد تو نہ بڑھ سکے مگر اپنی شرارتوں میں' ذہانت میں اور بے باکی میں وہ تینوں یکتا تھے۔ وہ اپنے باپ کا ہاتھ بھی بٹاتے تھے' کھیتوں میں چوکیداری بھی کرتے تھے مگر دینو کسان ان سے خوش نہیں تھا۔ تینوں بونوں میں ایک ایک خصوصیت بھی تھی۔ آنہ جانوروں کی آوازیں بڑی عمدہ نکالتا تھا اور ان کی بولی بھی سمجھتا اور بولتا تھا۔ دوآنہ تیراندازی میں ماہر تھا اور آنکھ بند کر کے نشانے پر تیر مارتا تھا۔ کھوٹا آنہ ہوا میں اڑ کر چھلانگ مارتا تھا اور اس کی لات جسے پڑ جاتی اس کا منہ ٹیڑھا کر دیتی تھی۔ وہ بس ایک چھلاوا تھا۔

دینو کے کھیت میں فصل تیار تھی۔ اس نے فصل کٹوا کر منڈی میں بیچ دی اور خوشی خوشی رقم لے کر گھر آ گیا۔ چور دینو کی تاک میں تھے۔ انہوں نے رات کو کسان کے گھر میں ڈاکہ ڈالنے کا پروگرام بنایا اور آدھی رات کو کسان کے گھر میں داخل ہوگئے۔ کسان اور اس کی بیوی سو رہے تھے کہ ڈاکوؤں نے انہیں لات مار کر اٹھا دیا۔ دونوں نے جب ڈاکوؤں کو سامنے پایا تو بہت گھبرائے۔ ایک ڈاکو بولا' نکالو وہ ساری رقم جو آج تم منڈی سے لائے ہو'' دینو نے کہا بھائیو! میں بڑا غریب آدمی ہوں' اسی رقم سے پورے سال گزارا کرنا ہے' یہ ظلم نہ کرو۔ لیکن ڈاکو تو پھر ڈاکو تھے انہوں نے کسان کو مارنا شروع کر دیا۔ تینوں بھائی یعنی آنہ' دوآنہ اور کھوٹا آنہ یہ منظر چھپ کر دیکھ رہے تھے۔ آنہ کسان کی چھتری میں چھپا ہوا تھا۔ دوآنہ ایک بالٹی کو الٹی کر کے اس کے اندر بیٹھا تھا۔ کھوٹا آنہ اوپر مچان پر رکھے گدوں اور تکیوں کے درمیان گھسا بیٹھا تھا۔ اچانک آنہ نے اپنے منہ سے بھیڑیے کی آواز نکالی' ایک ڈاکو نے گھبرا کر کہا لو باہر بھیڑیے آگئے۔ کسان نے کہا: یہاں آدھی رات کو بہت خطرناک جانور آتے ہیں آپ لوگ بھاگ جائیں۔ ڈاکو بولے ہم سے چالاکی کر رہا ہے نکال جلدی سے سارا مال اور زیور' یہ کہہ کر ڈاکو نے دینو کسان کو ایک تھپڑ مارا۔ یہ دیکھ کر آنہ نے شیر کی بڑی گرج دار آواز نکالی جسے سنتے ہی ڈاکوؤں کے ہاتھ پاؤں پھول گئے۔ اس لمحے کھوٹا آنہ جو مچان پر بیٹھا تھا جست لگا کر بندوق والے ڈاکو پر کودا اور ایک زوردار لات اس کے منہ پر رسید کی۔ ڈاکو کے ہاتھ سے بندوق چھوٹ گئی اور وہ اپنا جبڑا پکڑ کر دہرا ہوگیا۔ کسان نے بندوق اٹھالی اور چاروں ڈاکوؤں پر تان لی۔ کھوٹہ آنہ ایک بار پھر ہوا میں اڑتا ہوا آیا اور اپنی دونوں لاتیں اس نے ڈاکوؤں کے سردار کے منہ پر جما دیں وہ ایک کونے میں جا گرا۔ ایک ڈاکو نے آواز لگائی ''بھاگو' اور وہ سب بھاگ نکلے۔ کسان نے اطمینان کا سانس لیا اور زندگی میں پہلی مرتبہ اپنے بچوں کی طرف مسکرا کر دیکھا۔

بادشاہ کا اعلان اور کسان کی خوشخبری: کسان نے بچوں کو خوشخبری سنائی کہ بادشاہ نے اعلان کیا ہے کہ اس کی تین شہزادیوں کیلئے اچھے اور بہادر شوہر چاہئیں۔ وہاں بڑے زبردست مقابلے ہوں گے تم لوگ بھی جا کر قسمت آزمائی کرو' تم تینوں نے الٹے سیدھے کام سیکھ رکھے ہیں ممکن ہے کوئی بات بن جائے۔ تینوں بھائی صبح ہی روانہ ہوگئے۔ جب وہ شہر میں داخل ہوئے تو لوگ انہیں دیکھ کر ہنسنے لگے اور آپس میں باتیں کرنے لگے یہ تو شاید جوکر ہیں جو شاہی مسخرے بننے آئے ہیں مگر وہ سب سے بے نیاز چلتے رہے۔ جب وہ بادشاہ کے سامنے حاضر ہوئے تو بادشاہ نے انہیں دیکھ کر مسکرا کر پوچھا تم تینوں مل کر لڑو گے یا ایک ایک کر کے۔ وہ بولے ہم تو مقابلے میں شریک ہونے آئے ہیں جیسے آپ کی مرضی۔

دوسرے دن میدان میں تل دھرنے کی جگہ نہیں تھی' چاروں طرف سے لوگ بھرے ہوئے تھے۔ کئی نامی گرامی پہلوان' تیرانداز اور تلوار باز وہاں موجود تھے۔ سب سے پہلے تیر اندازوں کا مقابلہ ہوا۔ یہ مقابلہ دوآنے نے جیت لیا۔ پہلوانی اور زور زمائی کے مقابلوں میں جب کھوٹا آنہ میدان میں اترا تو چاروں طرف سے لوگ ہنسنے لگے۔ کئی شہ زور اور پہلوان اس کے مقابلے پر آئے مگر کھوٹہ آنہ کی لاتوں نے سب کے منہ توڑ کر رکھ دیئے۔ بادشاہ سلامت بھی ہنستے ہنستے بے حال ہوگئے۔

اب بادشاہ نے اٹھ کر اعلان کیا کہ ایک انوکھا کھیل ہوگا ہم کچھ جانور چھوڑیں گے اور امیدواروں کو ان سے لڑنا ہوگا۔ اگر وہ جانوروں کو مار ڈالنے میں کامیاب ہوگئے تو شہزادیوں کی شادی انہی بہادروں سے کی جائے گی۔ میدان خالی کر کے سپاہیوں نے پنجرے کھول دیئے۔ ان جانوروں میں بھیڑیے' کتے' ریچھ اور خوفناک بڑے بڑے بندر شامل تھے۔ یہ دیکھتے ہی تمام امیدوار میدان سے بھاگ کھڑے ہوئے اب میدان میں اترنے کو کوئی تیار نہیں تھا۔ پھر تینوں بھائی میدان میں آئے آنہ نے شیر کی گرج دار آواز نکالی جانور ٹھٹک گئے اور ڈر کے پیچھے ہٹنے لگے' دوآنہ نے تیر کمان نکالی اور اپنی بے مثال مہارت سے کئی جانوروں کو نشانہ بنایا' کھوٹا آنہ اچھل اچھل کر دولتیاں چلا رہا تھا۔ تھوڑی ہی دیر بعد میدان میں جانوروں کی لاشیں بکھری پڑی تھی۔ بادشاہ نے تینوں بونوں کی جیت کا اعلان کیا اور ان تینوں کے ساتھ تینوں شہزادیوں کا نکاح کر دیا پھر شاہی پالکی میں سے تینوں شہزادیاں باہر نکلیں۔ حسن اتفاق کہ یہ تینوں بھی بونی تھیں۔ بادشاہ نے تینوں کو مخاطب کرتے ہوئے کہا میں تو خود یہ چاہتا تھا کہ آپ کامیاب رہیں کیونکہ ان چھوٹی چھوٹی گڑیوں جیسی شہزادیوں کیلئے آپ تینوں سے اچھا کوئی رشتہ نہیں ہوسکتا۔

دینو کسان کو اپنی غلطی کا احساس ہوا اور اس نے اللہ سے معافی مانگی اور دل سے تسلیم کیا کہ اللہ کی دی ہوئی ہر چیز پر شکر ادا کرنا چاہیے اور کبھی ناشکری نہیں کرنی چاہیے۔

سفید آنکھوں والا بچہ انسان کا یا جن کا

عظمت علی، لاہور

سفید آنکھوں والے بچے کے واقعہ کے چند دن بعد میری بیوی کو باقاعدہ ایک عورت نے رات کے وقت آواز دیکر جگا کر کہا اپنے خاوند کو باہر بھیجو میرے آدمی کے ساتھ بات کرے۔ میری بیوی ایک دم جاگ اٹھی آدھی رات کا وقت تھا سب سور ہے تھے

تقریباً 20 برس پہلے کی بات ہے کہ مجھے ایک سایہ محسوس ہونا شروع ہوا۔ یہ بات یہاں تک بڑھ گئی کہ جب وہ میرے سینے پر عموماً بیٹھ جاتا تو میں باقاعدہ اپنے ہاتھوں سے اس کے جسم کو محسوس کرکے زور لگا کر ہٹاتا/ گراتا۔ (ایک سیاہ رنگ کا بھرے جسم والا آدمی) یہ کام بہت عرصہ چلتا رہا اور اس عرصہ میں مختلف بزرگوں سے دم وغیرہ بھی کرواتا رہا۔

آج سے تقریباً 11 سال قبل میری شادی ہوگئی' شادی کے بعد بھی یہ سلسلہ چلتا رہا' یہاں تک کہ میری بیوی کو بھی محسوس ہونے لگا۔ پھر ایک صاحب سے رابطہ کیا تو انہوں نے بتایا کہ یہ غیر مسلم ہے اور انہوں نے اس کا سدباب کر دیا پھر یہ چیز کبھی محسوس نہ ہوئی۔

تقریباً ڈیڑھ سال قبل میں نے کھاڑک (ملتان روڈ) میں ایک پلاٹ خرید کر گھر بنایا دوران تعمیر پانچ ماہ تک کام ہوا اور میں نے کوئی بات محسوس نہ کی۔ میں نے ڈبل پورشن بنایا اور اوپر اپنی رہائش رکھی اور نیچے والا پورشن ایک عورت کو کرایہ پر دے دیا۔

کرایہ دار نے بتایا کہ آپ کے گھر جن ہے

نیچے والے کرایہ دار نے ایک دن بتایا کہ آپ کے گھر میں سایہ ہے میں نے رونے کی آوازیں سنی ہیں۔ لیکن میں نے توجہ نہ دی کہ شاید یہ عورت ہمیں ڈرانے کیلئے یہ سب کچھ کہہ رہی ہے کیونکہ گھر میں میں اکیلا مرد ہوں' باقی میری والدہ' میری بیوی اور چھوٹے بچے ساتھ رہتے ہیں۔

تقریباً سات ماہ پہلے جب میں مغرب کے بعد سیڑھیاں چڑھ کر اوپر آرہا تھا تو سیڑھیوں کے پاس دروازے کے ساتھ میں نے اپنے بیٹے کی عمر کے بچے کو دونوں ٹانگوں کے درمیان سر جھکائے ہوئے دیکھا۔ میں نے اس کو اپنا بیٹا سمجھ کر ڈانٹا کہ اندھیرے میں یہاں کیوں بیٹھے ہوئے ہو؟ مگر بچہ مسلسل اسی طرح بیٹھا رہا یہاں تک کہ میں نے اس کو شدید ڈانٹ ڈپٹ کی تو ایک دم بچے نے سر اوپر اٹھا کر میری طرف دیکھا تو میں ڈر گیا۔ کیونکہ بچے کی آنکھیں بالکل سفید تھیں میں اسی وقت اونچی آواز میں کلمہ طیبہ پڑھنا شروع کر دیا اور اس کو برا بھلا بھی کہا کہ تم جو کوئی بھی ہو یہاں سے بھاگ جاؤ۔ وہ بچہ میری آنکھوں میں آنکھیں ڈالنے کے بعد غائب ہوگیا۔ میرے اونچا بولنے اور گھبراہٹ کی وجہ سے میری والدہ اور بیوی بھی آگئے اور سب کہنے لگے کہ تمہارا وہم وغیرہ ہے۔

اس واقعہ کے بعد گھر میں باقاعدہ کسی کی موجودگی کا احساس ہونا شروع ہوا جیسے کسی کے چلنے یا واضح طور پر باتیں کرنے کی باقاعدہ آواز آتی ہے جب دوسرے کمرے میں جاتے ہیں تو کوئی نظر نہیں آتا۔

سفید آنکھوں والے بچے کے واقعہ کے چند دن بعد میری بیوی کو باقاعدہ ایک عورت نے رات کے وقت آواز دیکر جگا کر کہا اپنے خاوند کو باہر بھیجو میرے آدمی کے ساتھ بات کرے۔ میری بیوی ایک دم جاگ اٹھی آدھی رات کا وقت تھا سب سو رہے تھے یہ سمجھی کہ اس نے کوئی خواب وغیرہ دیکھا ہے۔ مگر ابھی وہ مکمل طور پر سو بھی نہ سکی تھی کہ پہلے والی آواز دوبارہ آئی اور ساتھ ایک آدمی کے بولنے کی بھی آواز آئی کہ اب اس نے باہر نہیں آنا۔ میری بیوی ڈر گئی نہ تو اس نے مجھے جگایا اور نہ خود کمرے سے باہر گئی بلکہ کلمہ پاک کا ذکر کرتی رہی اور صبح یہ ساری کیفیت بتائی۔ پھر کچھ دن بعد کمرے کے اندر ہی گری اور بازو کی دونوں ہڈیاں ٹوٹ گئیں۔ کچھ دن بعد بڑا بیٹا کرسی سے گرا اور اس کے بازو کی ہڈی بھی فریکچر ہوگئی۔

کچھ دن بعد میرے سسر اور چچا جو کہ میرے گھر اچھے بھلے آئے۔ ہاتھ میں پانی کا گلاس پکڑے باتیں کر رہے تھے۔ ایک دم میری بیوی نے چیخ ماری کہ ابو کیا ہو رہا ہے......؟؟؟ جب میں نے اپنے سسر اور چچا جان کے چہرے کی طرف ایک دم دیکھا تو وہ چھت کی طرف گھور رہے تھے ہاتھ میں پانی کا گلاس کانپ رہا تھا وہ ایک چارپائی پر گرے اور گرتے ہی ختم ہوگئے۔ یہ تقریباً چار ماہ پہلے کی بات ہے اور ان کی موت کا ابھی تک یقین کسی کو نہیں ہو رہا۔ مجھے تو چچا جان کی موت بھی رونما ہونے والے واقعات کی ایک کڑی لگتی ہے۔

اب تو گھر میں ایک مرد' ایک عورت اور بچے کی موجودگی محسوس ہوتی ہے جن کو میں نے بھی خواب میں دیکھا ہے۔ اب تو ساتھ والے کمرے سے باقاعدہ کسی کی باتیں کرنے کی آوازیں محسوس ہوتی ہیں مگر دیکھنے پر کوئی نظر نہیں آتا۔

دس قابل مدح چیزیں

دو قدم اللہ کے یہاں محبوب ہیں ایک وہ قدم جو فرض نماز ادا کرنے کیلئے اٹھا ہو اور دوسرا وہ قدم جو کسی محرم کی ملاقات کیلئے اٹھا ہو

فقیہ ابواللیث فرماتے ہیں کہ صلہ رحمی میں دس چیزیں قابل مدح ہیں۔ **اول** یہ کہ اس میں اللہ جل شانہٗ کی رضا و خوشنودی ہے کہ اللہ پاک کا حکم صلہ رحمی کا ہے۔ **دوسرے** رشتہ داروں پر مسرت پیدا کرتا ہے اور حضور ﷺ کا پاک ارشاد ہے کہ افضل ترین عمل مومن کو خوش کرنا ہے۔ **تیسرے** اس سے فرشتوں کو بھی بہت مسرت ہوتی ہے۔ **چوتھے'** مسلمانوں کی طرف سے اس شخص کی مدح اور تعریف ہوتی ہے۔ **پانچویں'** شیطان کو اس سے بڑا رنج و غم ہوتا ہے۔ **چھٹے'** اس کی وجہ سے عمر میں زیادتی ہوتی ہے۔ **ساتویں'** رزق میں برکت ہوتی ہے۔ **آٹھویں'** مردوں کو اس سے مسرت ہوتی ہے کہ باپ دادا جن کا انتقال ہوگیا۔ انکو جب اس کی خبر ہوتی ہے تو ان کو بڑی خوشی اس سے ہوتی ہے۔ **نویں'** آپس کے تعلقات میں اس سے قوت ہوتی ہے جب تم کسی کی مدد کرو گے اس پر احسان کرو گے تمہاری ضرورت اور مشقت کے وقت میں وہ دل سے تمہاری اعانت کرنے کا خواہش مند ہوگا۔ **دسویں'** مرنے کے بعد تمہیں ثواب ملتا رہے گا کہ جس کی بھی تم مدد کرو گے تمہارے مرنے کے بعد وہ ہمیشہ تمہیں یاد کرکے دعائے خیر کرتا رہے گا۔

عرش کے سایہ تلے کون لوگ ہونگے؟

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ قیامت کے دن رحمٰن کے عرش کے سایہ میں تین قسم کے آدمی ہوں گے۔ ایک صلہ رحمی کرنے والا کہ اس کیلئے دنیا میں بھی اس کی عمر بڑھائی جاتی ہے' رزق میں بھی وسعت کی جاتی ہے اور اس کی قبر میں بھی وسعت کردی جاتی ہے۔ دوسرے وہ عورت جس کا خاوند مر گیا ہو اور وہ اولاد کی پرورش کی خاطر' ان کے جوان ہونے تک نکاح نہ کرے تاکہ ان کی پرورش میں مشکلات پیدا نہ ہوں۔ تیسرے وہ شخص جو کھانا تیار کرے اور یتیم اور مساکین کی دعوت کرے۔

اللہ کے ہاں محبوب قدم

حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ حضور نبی کریم ﷺ سے نقل کرتے ہیں کہ دو قدم اللہ کے یہاں محبوب ہیں ایک وہ قدم جو فرض نماز ادا کرنے کیلئے اٹھا ہو اور دوسرا وہ قدم جو کسی محرم کی ملاقات کیلئے اٹھا ہو۔

غریب کی بددعا اور مالدار کا بھکاری بننا

دوسری بس کے آنے میں دیر تھی لہٰذا ہم ناشتے کا اہتمام کرنے میں لگ گئے۔ چائے کیلئے ہوٹل سے رجوع کیا تو موقع سے فائدہ اٹھاتے ہوئے ہوٹلوالے نے دوروپے فی کپ وصول کرنے کا اعلان کر دیا جبکہ اس زمانے میں چائے کا ایک کپ آٹھ آنے کا تھا

(ڈاکٹر ایم خان بابر‘ بہاولپور)

راقم کو ایک سفر کے دوران جن چند چشم کشا اور عبرت انگیز واقعات سے واسطہ پڑا ان میں سے چند پیش خدمت ہیں...... جون 84ء میں میں ایک ضروری کام کے سلسلے میں بہاولپور سے لورالائی گیا۔ میرے ساتھ میرے کچھ دوست‘ کچھ کم پڑھے لکھے اور بہت غریب بھی تھے‘ گئے۔ لورالائی جانے کیلئے رات ڈھائی بجے کے قریب گورنمنٹ ٹرانسپورٹ کی بس میں روانہ ہوئے صبح سورج نکلنے کے وقت‘ ہماری بس جونہی اس مقام پر پہنچی کہ جہاں ایک پہاڑی موڑ پہ چشمے کے قریب ایک چھپڑ ہوٹل تھا رک گئی...... ڈرائیور کنڈیکٹر نے اپنی پوری کوشش کی مگر پھر اعلان کر دیا کہ بس کا گیئر خراب ہوگیا ہے اور آگے چڑھائی پر چڑھنا مشکل اور خطرناک ہے...... کنڈیکٹر نے سب مسافروں کو کرائے کی بقایا رقم ادا کی اور کہا کہ اب آپ لوگ پیچھے سے آنے والی دوسری بس یا پھر ٹرکوں میں بیٹھ کر آگے جاسکتے ہیں......

دوسری بس کے آنے میں دیر تھی لہٰذا ہم ناشتے کا اہتمام کرنے میں لگ گئے۔ چائے کیلئے ہوٹل سے رجوع کیا تو موقع سے فائدہ اٹھاتے ہوئے ہوٹل والے نے دوروپے فی کپ وصول کرنے کا اعلان کر دیا جبکہ اس زمانے میں چائے کا ایک کپ آٹھ آنے کا تھا...... ہم مسافروں میں اکثر حضرات اس مہنگائی کے متحمل نہیں تھے لہٰذا ایک بھائی کی روح افزاء کی بوتل سے شربت کی بالٹی بنا کر خشک روٹی کے ساتھ ناشتہ کر لیا۔ پھر جب دوسری بس آئی تو وہ مسافروں سے بھری ہوئی تھی ہماری بس کے کچھ مسافر تو اس کی چھت پر بیٹھ کے اور کچھ اندر کھڑے ہوکر اور کچھ دروازوں سے لٹک کر چلے گئے...... لیکن میرے ساتھیوں کو اس قدر طویل سفر گوارا نہ تھا لہٰذا ہم اتر گئے...... اب پیچھے سے آنے والے ٹرکوں کے انتظار میں تھے‘ سورۂ یٰسین کا ورد کر رہے تھے کہ اچانک شور بلند ہوا...... آگ لگ گئی......! آگ لگ گئی......! دیکھا تو ہوٹل والے کا چھپر جل رہا تھا...... غالباً تندور سے کوئی چنگاری اڑی اور چھپڑ نے آگ پکڑ لی...... اب ہم سب ساتھی اٹھے اور بھاگ بھاگ کر چشمے سے پانی بھر بھر کر لائے اور آگ بجھا دی...... اب ہوٹل والا ہمارے ہاتھ پکڑ پکڑ کر کھینچنے لگا کہ چائے پئیں۔ ایک پیسہ نہیں لوں گا مگر ہم نے شکریے کے ساتھ اس کی پیشکش لوٹا دی...... اتنے میں پیچھے سے ایک ٹرک آگیا جو خالی تھا اور لورالائی جارہا تھا۔ ڈرائیور سے بات ہوئی تو اس نے ہماری بے بسی کا فائدہ اٹھاتے ہوئے اتنے کرائے کا مطالبہ کیا جو بس کے کرائے سے بھی دوگنا تھا...... مجبوراً بیٹھ گئے اور وہ ٹرک چلا گیا۔ پھر کچھ دیر بعد ایک اور ٹرک آیا۔ اس سے بھی ہم کو لے جانے کی بات ہوئی تو اس نے بھی پہلے ٹرک والے جتنا کرائے کا مطالبہ کیا‘ لہٰذا بات نہ بنی اور وہ ٹرک بھی روانہ ہوا لیکن ابھی چند قدم ہی گیا ہوگا کہ واپس لوٹ آیا اور ڈرائیور نے اتر کر ہم سے پوچھا کہ کیا آپ لوگ لورالائی جارہے ہیں؟ جواب دیا ہاں! اس نے کہا وہ میرا شہر ہے آپ لوگ میرے مہمان ہو میں آپ سے ایک پیسہ بھی نہیں لوں گا......! یوں اس نیک دل ڈرائیور کے ہمراہ آگے روانہ ہوئے......اور جونہی اگلی سے کچھ آگے پہنچے تو دیکھا کہ وہی پہلا ٹرک جس کے ڈرائیور نے بہت زیادہ کرایہ طلب کیا تھا خراب ہو کر سڑک کی ایک جانب کھڑا تھا...... لورالائی میں ہمارا قیام ایک ایسی مسجد میں ہوا جو تھانے اور تحصیل آفس کے قریب تھا ہم نے مسجد میں قیام اس لیے کیا کہ ہمارے پاس ہوٹل کے پیسے نہ تھے اور قریب ہی بازار میں ڈاکٹر نصیر جوگیزئی کا کلینک بھی تھا...... لورالائی کے لوگ بہت سادہ اور نیک دل تھے‘ اذان ہوتے ہی دکانیں کھلی چھوڑ کر مسجد میں چلے جاتے...... دوران قیام ہم نے محسوس کیا کہ مسجد کے امام ہمارے قیام اور کام سے قدرے ناخوش ہیں۔ لہٰذا ایک دن ہم نے کوچ کر کے کسی دوسری مسجد میں قیام کرنے کا قصد کیا۔ اسی رات تقریباً دو بجے کسی کے رونے اور کراہنے سے میری آنکھ کھل گئی۔ دیکھا کہ امام صاحب نے اپنے بارہ سالہ بیٹے کا ہاتھ پکڑا ہوا ہے اور پیالے میں سے پانی لیکر کچھ پڑھ پڑھ کر بچے کے ہاتھ پر چھینٹے مار رہے ہیں لیکن لڑکا ہے کہ مسلسل تڑپے اور روئے چلا جارہا ہے......

معلوم ہوا کہ بچھو نے کاٹ لیا ہے۔ اس علاقے میں بڑے بڑے کالے بچھو عام تھے۔ تبھی میں نے کہا کہ اگر کہیں سے پیری ایکٹن دوامل جاتی تو بچے کو فائدہ ہوجاتا۔ اسی محلے کے رہائشی ایک صاحب جو اس وقت مسجد میں تھے بولے میرے پاس گھر میں یہ دوا رکھی ہے۔ پھر وہ بھاگ کر لے بھی آئے۔ میں نے لڑکے کو ایک گولی فوراً کھلا دی اور تقریباً دس منٹ بعد لڑکا پرسکون ہوگیا اور کہنے لگا کہ اب صرف ہلکی ہلکی سی ٹیس محسوس ہورہی ہے ایک گولی اور کھلانے کے بعد لڑکا سوگیا اور ہم سب بھی سوگئے...... صبح ناشتے کے بعد ہم مسجد سے جانے لگے تو امام صاحب نے منت سماجت اور پھر ضد کر کے ہمیں اسی مسجد میں ہی قیام پر مجبور کر دیا۔

بہاولپور کا قبرستان اور عورت کی لاش

(سید شہباز حسین بخاری)

ایک گورکن نے قبر کھودی تو ساتھ والی دیوار گر گئی دیکھا تو ایک عورت سو رہی ہے اور ایک پھول اس کے سینے پر رکھا ہوا ہے اور اس سے پانی نکل رہا ہے اور وہ پی رہی ہے۔ اس نے فوراً قبر بند کر دی اور تلاش میں رہا کہ یہ قبر کس کی ہے؟ آخر کار محرم کے مہینے میں ایک بندہ آیا جس کی عمر پینتالیس سال کی تھی وہ آکر اس قبر پر کھڑا ہوگیا تو اس نے پوچھا یہ کس کی قبر ہے تو اس نے غصے سے کہا تم کون ہوتے ہو یہ پوچھنے والے؟ پھر اس گورکن نے معذرت کی اور ساری بات بتادی۔ اس پر اس آدمی نے کہا میں پیدائشی نامرد تھا میرے گھر والوں نے میری شادی کر دی میں نے پہلی رات اپنی بیوی کو کہا کہ میں پیدائشی نامرد ہوں ہم لڑائی کرتے ہیں پھر سب اکٹھے ہوں گے میں تمہیں طلاق دے دوں گا اس پر اس لڑکی نے کہا یہ فیصلہ میرے اللہ پاک نے کیا ہے تم اس پر راضی نہیں ہو؟ ہم پھر دوست بن کر اکٹھے رہے جب وہ مری تو اس کے بعد میں آدھا رہ گیا وہ تو مر کر اپنا مقام پاگئی۔۔۔ میرا کیا ہوگا۔۔۔؟

صرف ایک لفظ نے کنگلا کر دیا

(اصغر‘ کوٹ ادو)

ایک بہت بڑا مالدار تھا۔ احمد پور شرقیہ کا رہنے والا تھا۔ تاجر بھی تھا۔ ایک دفعہ ایک نوکر سے غصے ہوگیا اور بے قصور اس کو مارا اور کہا کہ تیرے پیٹ کے اندر تو میرے ٹکڑے ہیں اور گالیاں بھی دیں۔

مولانا عبداللہ صاحب نے یہ الفاظ کانوں سے سنے اور انہوں نے ہی بتایا۔ بس اللہ پاک کو اس تاجر کے یہ الفاظ ناپسند آئے قدرت نے وہ ساری چیزیں‘ ریل پیل کاروبار‘ زمینیں سب کچھ چھین لی اور اسے کنگلا کر دیا۔ اب وہی شخص ہے جو کہ بھیک مانگ کر گزارا کرتا ہے۔

حدیث کا مفہوم ہے پانچ چیزوں کو پانچ چیزوں پر غنیمت سمجھو۔ 1۔صحت کو بیماری سے پہلے۔ 2۔جوانی کو بڑھاپے سے پہلے۔ 3۔غنا کو فکر سے پہلے۔ 4۔فراغت کو مصروفیت سے پہلے۔ 5۔زندگی کو موت سے پہلے۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اکتوبر کے جوابات

1۔سردی کا موسم شروع ہوچکا ہے اس موسم میں یہ ٹوٹکہ آپ کیلئے بہت بہترین رہے گا ہزاروں کا آزمودہ ہے۔عبقری میں بھی بارہا پڑھ چکی ہوں۔گھیکوار یعنی ایلوویرا حسب طبیعت یہ ایک چھوٹا ٹکڑا صبح ناشتے کے ایک گھنٹہ بعد پانی سے نگل لیں۔روزانہ تازہ ایلوویرا کا ایک بڑا ٹکڑا لیکر اس کو اوپر سے چھیل کر اس کا گودہ اپنے چہرے پر مل لیں اور کم از کم پندرہ بیس منٹ تک مساج کریں ایک ماہ کے اندر اندر ہی آپ کو بہت واضح فرق محسوس ہوگا۔ یہ میری دوست نے آزمایا ہے جو کہ بہت زیادہ ادویات استعمال کے مایوس ہوچکی تھی اور اس ٹوٹکے کی وجہ سے اس کا چہرہ بالکل صاف شفاف ہوگیا۔ **(شازیہ' کوئٹہ)**

ii۔جب بھی آپ آئینہ دیکھیں تو جتنی دیر بھی دیکھیں تو بِسْمِ اللہِ مَاشَاءَ اللہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللہِ پڑھتی رہا کریں۔کچھ عرصے بعد ہی آپ محسوس کریں گی کہ آپ کا چہرہ پرنور ہوگیا ہے اور ایک عجیب سی چمک اور نورانیت آپ کے چہرے سے نظر آئے گی۔ **(توقیر' ملتان)**

2۔اس کیلئے ایک بہت زبردست عمل بتاتا ہوں بظاہر چھوٹا سا عمل ہے لیکن مستقل پابندی کرنے سے ہی فائدہ ہوتا ہے ہر نماز کے بعد درود شریف کی ایک تسبیح پڑھیں (درود شریف کوئی سا بھی ہو) اور اس کا ثواب اپنے شوہر کو ہدیہ کردیں۔ **(محمد سلمان' لاہور)**

3۔آپ کو ایک بہترین تیل بنانے کا آسان سا نسخہ بتاتی ہوں اور مجھے یقین ہے کہ یہ نسخہ آپ کو بہت فائدہ دے گا۔زیتون کا تیل لیکن خالص' روغن کلونجی اور لونگ کا تیل ہموزن لیکر ملالیں اور روزانہ صبح و شام اس سے اپنے جوڑوں پر اچھے طریقے سے مساج کریں جب تک تیل جذب نہ ہوجائے۔آپ کو حیرت انگیز فائدہ ہوگا۔خصوصاً سردیوں میں اس کو بلاجھجک استعمال کریں۔ بہت لاجواب نفع ہوگا۔گرمیوں میں حسب طبیعت ایک بار یا دو بار استعمال کریں۔ **(شائستہ' کراچی)**

ii۔شہد کی موم صاف کرکے چنے کے برابر گولی دن میں پانچ بار لیں۔ چند ماہ۔ **(منظور احمد' کراچی)**

نومبر کے سوالات

☆محترم قارئین السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے ہیں اور آنکھیں سوجی ہوئی ہوتی ہیں براہ کرم میرا مسئلہ حل کردیں میں بہت پریشان ہوں۔دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میری جلد بہت چکنی ہے گرمیوں میں رنگت کالی ہوجاتی ہے اور چکناہٹ بھی زیادہ ہوجاتی ہے ناک پر بلیک ہیڈز بھی ہیں میں بہت پریشان ہوں۔ میرے مسئلے حل کردیں میں آپ کی مشکور رہوں گی۔ **(نادیہ' ہری پور)**

2۔محترم قارئین! میری عمر 16 سال ہے میں کلاس دہم کی طالبہ ہوں میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال تقریباً دوسال سے مسلسل گر رہے ہیں۔ میں نے بالوں کیلئے بہت سے نسخے استعمال کیے مگر کوئی افاقہ نہیں ہوا اور میرے بال اس قدر مسلسل تیزی سے گر رہے ہیں کہ میرے سر پر بال کچھ بھی نہیں رہے ہیں' میں اپنے بالوں کیلئے بہت پریشان رہتی ہوں۔ براہ مہربانی مجھے بالوں کیلئے کوئی نسخہ بتائیں جس سے میرے بال لمبے اور گھنے ہوجائیں۔ میں آپ کی بہت شکرگزار رہوں گی اور آپ کو ہمیشہ دعاؤں میں یاد رکھوں گی۔ **(بلقیس' بہاولپور)**

3۔میرا سوال یہ ہے کہ میری بھانجی جو کہ جب چھوٹی سی تھی تو اسے مرگی کا دورہ پڑا' اس کے بعد اس کا علاج بھی کروایا اور دم وغیرہ بھی کروائے علاج ابھی تک ہو رہا ہے جبکہ اب وہ 21 سال کی ہوچکی ہے' اس ہی کی اتنی پریشانی تھی کہ اس کے بھائی کو بھی یہ مسئلہ ہوگیا جس کی عمر 20 سال ہے اب تو بہت ہی پریشانی ہوگئی ہے۔اللہ رسول کا واسطہ ہے کہ اگر کسی کو اس بیماری کا روحانی یا حکیمی علاج معلوم ہے تو ضرور بتائیں کیونکہ لڑکی اب شادی کے قابل ہے اور بھانجے کی بھی بہت فکر رہتی ہے کہ کہیں گاڑی چلاتے ہوئے یا کالج میں مرگی کا دورہ نہ پڑ جائے کوئی علاج بتائیں بڑی مہربانی ہوگی۔ **(سلطانہ' راولپنڈی)**

4۔ہر وقت سستی' طبیعت بوجھل' تھکن' سردرد اور بوجھل پن کو دور کرنے کیلئے کیا کیا جائے' بڑی ہی تکلیف دہ چیزیں ہیں۔ پلیز اس کا علاج بتادیں۔ **(ط۔م۔گوجرانوالہ)**

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

انتخاب: مکی احمد پوری

☆حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے زمین پر چار لکیریں کھینچیں اور فرمایا: تم جانتے ہو یہ کیا ہے؟ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا: اللہ اور اس کا رسول ﷺ بہتر جانتے ہیں' پھر رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اہل جنت کی عورتوں میں سے افضل ترین (چار) ہیں: خدیجہ بن خویلد' فاطمہ بنت محمد' فرعون کی بیوی آسیہ بنت مزاحم اور مریم بنت عمران رضی اللہ عنھن اجمعین۔(احمد' نسائی)

☆حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: آسمان کے ایک فرشتے نے میری زیارت نہیں کی تھی' پس اس نے اللہ تعالیٰ سے میری زیارت کی اجازت لی اور اس نے مجھے خوشخبری سنائی (یا) مجھے خبر دی کہ فاطمہ (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) میری امت کی عورتوں کی سردار ہیں۔(طبرانی' بخاری)

حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے غزوۂ طائف کے موقع پر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کو بلایا اور ان سے سرگوشی کی' لوگ کہنے لگے آج آپ ﷺ نے اپنے چچازاد بھائی کے ساتھ کافی دیر تک سرگوشی کی۔سو آپ ﷺ نے فرمایا: میں نے نہیں کی بلکہ اللہ نے خود ان سے سرگوشی کی ہے۔'' (ترمذی' امام ترمذی نے فرمایا کہ یہ حدیث حسن ہے)

☆حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ ابوبکر (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) پر رحم فرمائے اس نے اپنی بیٹی میرے نکاح میں دی اور مجھے دارالھجرہ لے کر آئے اور بلال (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) کو بھی انہوں نے اپنے مال سے آزاد کرایا۔اللہ تعالیٰ عمر (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) پر رحم فرمائے یہ ہمیشہ حق بات کرتے ہیں اگرچہ وہ کڑوی ہو اسی لیے وہ اس حال میں ہیں کہ ان کا کوئی دوست نہیں۔ اللہ تعالیٰ عثمان (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) پر رحم فرمائے اس سے فرشتے بھی حیا کرتے ہیں۔اللہ تعالیٰ علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ) پر رحم فرمائے۔اے اللہ یہ جہاں کہیں بھی ہو حق اس کے ساتھ رہے۔ **(ترمذی' حاکم' طبرانی)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

جوتے کا ڈبہ

میری بہن (ف) ماشاءاللہ سے پانچوں وقت کی نماز پڑھتی ہے' تہجد بھی پڑھتی ہے۔ اس کے لیے دو رشتے آئے۔ ایک ع کا آیا اور دوسرا ش لڑکے کا آیا۔ اس نے ان کیلئے استخارہ کیا پہلے ع کیلئے دو دفعہ کیا۔ اس نے دیکھا کہ ہری بھری گھاس کے درمیان ایک جوتے کا لکڑی کا ڈبہ پڑا ہے اس نے اسے اٹھا کر دیکھا اور ڈھکن اٹھایا تو اس میں ایک کالا سیاہ سانپ پھن پھیلا کر کھڑا ہوجاتا ہے لیکن اس نے میری بہن کو کچھ نہیں کہا۔ دوسری دفعہ دیکھا کہ وہ ع لڑکا (ع) ہمارے گھر آیا ہے سب لوگ بیٹھے ہوئے ہیں اچانک ایک کونے سے انتہائی ڈراؤنا اور بہت ہی بھیانک آدمی آتا ہے سب لوگ ڈر جاتے ہیں' وہ ع لڑکا پہلے سب سے باہر دروازے میں کھڑا ہوجاتا ہے۔ اس سے ڈر کر میری بہن وہیں بیٹھی رہتی ہے۔ اس نے اس آدمی کو اپنی ٹانگ ماری تو وہ غائب ہوجاتا ہے اور دوسرے لڑکے (ش) کے بارے میں استخارہ کیا تو اس نے دیکھا کہ اس لڑکے کی ماں تو اسے ٹھیک نظر آئی لیکن اس کی بہن جیسے غصے میں ہے اور اس کی بھابی کو دیکھا کہ وہ انتہائی بھیانک آنکھوں سے جیسے سانپ کی آنکھیں ہوتی ہیں میری بہن کو دیکھ رہی ہے اور سب لوگ ہنسی مذاق کرتے ہیں تو اس کی بھابی کھڑکی میں سے دیکھ کر جل رہی ہے اور کسی کو آواز نہیں آئی صرف میری بہن کو آواز آتی کہ وہ کہتی ہے کہ اب میں نیا تماشا کرتی ہوں جس سے سب لوگ ہنسی مذاق بہت کریں گے۔

تعبیر: آپ کی بہن کا استخارہ بالکل واضح ہے اور ع نامی لڑکے سے اس کا رشتہ بالکل غیر مناسب ہوگا البتہ ش نامی لڑکے کا رشتہ بہت بہتر ہے۔

عجیب وغریب خواب

میں عرصہ دراز سے بہت الجھے ہوئے خواب دیکھتی آرہی ہوں۔ میں خوابوں میں دیکھتی ہوں کہ گندگی والے راستے میں کہیں جارہی ہوں یا آرہی ہوں' راستہ بالکل صاف ہوتا ہے پھر واپسی پر گلیوں میں گندگی سے گٹر بھرے پڑے ہیں اور میں اپنے کپڑے سنبھال کر وہاں سے گزرنے کی کوشش کرتی ہوں لیکن راستہ بند ہوتا ہے اور میں پریشان کھڑی رہتی ہوں اور کبھی میں پیشاب کر رہی ہوں تو وہ منہ پر آجاتا ہے۔ کبھی باتھ روم میں گندگی دیکھتی ہوں اور اپنے پاؤں بھرا ہوا دیکھتی ہوں اور اس سے پہلے میں سیڑھیوں اور بلندی کے خواب دیکھتی تھی میں چڑھ تو جاتی تھی ان پر مگر اترنا مشکل ہوجاتا تھا۔ وہ خواب بند ہوئے تو گندگی والے دیکھنے لگی پھر مختلف وظائف کرنے سے یہ خواب بند ہوجاتے ہیں یا پھر دیکھتی ہوں میرے جوتے گم ہوگئے ہیں اور کسی اور نے پہنے ہوئے ہیں یا بازار میں جوتوں کی دکان پر جوتا لینے جاتی ہوں مگر کوئی جوتا پسند نہیں آتا اور کہتی ہوں میرے پہلے والے جوتے ٹھیک تھے

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق کسی حاسد دشمن کی طرف سے آپ پر سحر کرایا گیا ہے جس کی وجہ سے آپ کے تمام کاموں میں رکاوٹ پیدا ہوجاتی ہے اور ہوتے ہوئے کام بگڑ جاتے ہیں۔ آپ معوذتین 313 بار روزانہ پڑھ کر پانی میں دم کر کے گیارہ دن تک پی لیں۔

مجھے تم سے محبت ہے

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے ساتھ ایک لڑکا جارہا ہے اتنے میں میری پھوپھی میرے قریب سے گزر رہی ہوتی ہے۔ انہوں نے ہاتھ میں سفید لہسن کا شاپر جو تقریباً بھرا ہوتا ہے پکڑا ہوتا ہے۔ میرے ساتھ والا لڑکا کہتا ہے کہ تمہاری سسٹر کی شادی کیسی ہوئی ہے تو میں اونچی آواز میں کہ میری پھوپھی سن لیں کہتا ہوں کہ شادی کا پروگرام بہت اچھا ہوا ہے اور میری پھوپھی یہ بات سن کر مجھے گھور کر دیکھتی ہیں (ان سے ہماری ناراضگی چل رہی ہے) پھر منظر بدلتا ہے میں دیکھتا ہوں کہ میری پھوپھی کی بیٹی بھاگتی ہوئی مجھے پکڑنے کیلئے آتی ہے تو میں اسے دیکھ کر بھاگنا شروع کر دیتا ہوں۔ میں ایک گلی میں بھاگتا جاتا ہوں تو وہ بھی بھاگتی ہوئی میرے پیچھے ہوتی ہے۔ میں مختلف گلیوں سے ہوتا ہوا ایک مدرسے کی طرف جاتا ہوں تو وہ بھی بدستور میرے پیچھے ہوتی ہے۔ میں حیران ہوجاتا ہوں کہ یہ ابھی تک تھکی نہیں ہے اور بدستور میرے پیچھے پکڑنے کیلئے آرہی ہے پھر میں مدرسے میں داخل ہوجاتا ہوں مدرسے کے دو راستے ہیں ایک مدرسے کے درمیان میں دوسرا مدرسے کی سائیڈ پر ہوتا ہے۔ میں درمیان والے راستے سے ہوتا ہوا تیزی کے ساتھ بھاگتا ہوں میں بجائے باہر گلی میں جانے کے مدرسے میں بنی ہوئی پختہ کھال میں چھپنے کی کوشش کرتا ہوں جو زمین سے اوپر بنی ہوتی ہے اس کے کنارے ایک فٹ اونچے ہوتے ہیں اور میری کزن جو مجھے پکڑنے کیلئے میرے پیچھے آرہی تھی وہ مدرسے کے باہر چلی جاتی ہے۔ وہ یہ سمجھتی ہے کہ میں باہر نکل گیا ہوں۔ پھر مدرسے کی چاردیواری کے باہر مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میری کزن کی بہن بھی مجھے ڈھونڈنے کیلئے آگئی ہے وہ دیوار کے ایک سوراخ سے اندر دیکھنے کی کوشش کرتی ہے اور میں چھپنے کی کوشش کرتا ہوں کہ اسے نظر نہ آجاؤں' اس وقت میری حالت ایسی ہوتی ہے کہ میں نے گھٹنے نیچے لگائے ہوتے ہیں اور باقی وزن آگے کی طرف جھک کر ہاتھوں پر ہوتا ہے اور پھر میری کزن کی آواز باہر سے سنائی دیتی ہے (جو میرے پیچھے بھاگتے ہوئی آئی تھی) کہ مجھے تم سے محبت ہے اور میں یہ سمجھتا ہوں کہ کہیں اس کی یہ کوئی چال تو نہیں۔ اس خوف سے میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کو اس خواب میں متنبہ کیا گیا ہے کہ ایسے لوگوں سے محتاط رہیں جو بظاہر دوست نظر آئیں لیکن باطن میں دشمن ہوں آپ کثرت سے یَاحَفِیۡظُ پڑھا کریں اور سیدھے راستے کی ہدایت کی دعا کیا کریں۔

نیک اعمال کی برکت

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں کسی مسجد میں جاتی ہوں۔ دن کا وقت ہوتا ہے میں سب سے آگے ہوتی ہوں اور بہت سے لوگ میرے پیچھے ہوتے ہیں جن میں مشہور عالم بھی میرے پیچھے ہوتے ہیں میں کمرے میں داخل ہوتی ہوں جہاں ایک بہت بڑی قبر مبارک ہوتی ہے' پھر مجھے ایک گمنام آواز آتی ہے جو چاہو مانگ لو' یہ اللہ کے پیارے رسول ﷺ کا روضہ مبارک ہے۔ (یہ مجھے پہلے بھی معلوم ہوتا ہے کہ یہ حضور نبی کریم ﷺ کا روضہ مبارک ہے) پھر میں بہت سی دعائیں مانگتی ہوں جو مجھے یاد نہیں۔ (ا،ف' لاہور)

تعبیر: خواب آپ کے حق میں مبارک ثابت ہوگا اور نیک اعمال کی برکت سے آپ کی جائز مرادیں پوری ہوں گی اور خوشحال زندگی گزرے گی۔ آپ کثرت سے درود شریف کا اہتمام کریں۔

ایمبولنس نما گھوڑے سے ملاقات کیجئے

اس شخص نے گھوڑے کو ''سدھایا'' ہوا تھا جس دن میت لے جانی ہوتی تھی وہ شخص صبح صبح اٹھ کر نہا تا تھا خود خوشبو لگا تا تھا اور گھوڑے کے کان میں کہتا تھا کہ آج میت لے جانی ہے اور خاص انداز میں تھپکی دیتا تھا اور گھوڑے کو بھی خوشبو لگا تا تھا

(سید واجد حسین بخاری)

سال 1960 کی بات ہے ہمارا ایک رشتہ دار تھا اس کو اعلیٰ نسل کے گھوڑے پالنے کا بہت شوق تھا۔ اس وقت بہت قیمتی گھوڑے رکھتا تھا اس کے پاس ایک ''ابلق'' گھوڑا تھا جس کی پشت بہت چوڑی تھی جس پر ایک چھوٹی چارپائی آسانی سے رکھی جاسکتی تھی جب وہ اس پر سواری کرتا تھا تو دیکھنے والے دانتوں میں انگلیاں لے لیتے تھے کیونکہ ایسا چوڑا اور خوبصورت گھوڑا کسی کے پاس نہیں تھا۔ اس وقت بہاول وکٹوریہ ہسپتال میں دور دراز فوتیدگی کی صورت میں میت کو لے جانے کا کوئی خاطر خواہ بندوبست نہ تھا اس شخص کی جانب سے یہ اعلان تھا کہ جس کے پاس دور دراز میت لے جانے کا بندوبست نہ ہو مجھ سے رابطہ کرے۔ اس شخص نے گھوڑے کو ''سدھایا'' ہوا تھا جس دن میت لے جانی ہوتی تھی وہ شخص صبح صبح اٹھ کر نہاتا تھا خود خوشبو لگاتا تھا اور گھوڑے کے کان میں کہتا تھا کہ آج میت لے جانی ہے اور خاص انداز میں تھپکی دیتا تھا اور گھوڑے کو بھی خوشبو لگاتا تھا اور روئی پر خوشبو لگا کر گھوڑے کے کان میں لگا دیتا تھا۔ گھوڑا غمگین ہوجاتا تھا اور بالکل خاموش ہوجاتا تھا اور ایسے محسوس ہوتا تھا کہ گھوڑے کو بھی علم ہوجاتا تھا کہ میں نے میت لے کر جانی ہے اور بڑے ادب و احترام سے آرام سے چلتا تھا۔ میں نے اس رشتہ دار سے پوچھا کہ کیا یہ علم ہوجاتا ہے کہ میت نیک ہے یا نہیں؟ تو اس نے جواب دیا کہ ہاں! جو میت نیک ہوتی تھی تو اس کو لے جاتے ہوئے سفر کٹنے کا احساس بھی نہیں ہوتا تھا اور نہ ہی تھکن ہوتی تھی اور اگر میت گناہ گار ہو تو سفر بہت مشکل سے کٹتا تھا۔ گھوڑا بہت تھک جاتا تھا اور دو دن کچھ نہیں کھاتا تھا اور میں خود تھکن سے چور ہوجاتا تھا اللہ ہر کسی کا خاتمہ ایمان پر کرے۔ آمین۔

رسم حنا (مہندی)

(نعیم جاوید معرفتی)

سن 1980ء کی دہائی میں فلم انڈسٹری کی ایک معروف ہدایت کار کی فلم سینما گھروں میں نمائش کیلئے پیش ہوئی فلم بینوں بالخصوص پاکستانی عورتوں میں یہ فلم اتنی زیادہ مقبول ہوئی کہ اس کے اثرات آج بھی ہمارے معاشرے میں ہونے والی شادیوں میں دیکھے جاسکتے ہیں۔ اس فلم سے پہلے رسم حنا (مہندی) کے نام پر ہندوانہ رسم شادیوں میں ہوا کرتی تھی مگر صرف عورتوں کی حد تک۔ عورتیں اپنے ہاتھوں پر مہندی لگاتیں اور مخصوص گیت گا کر خوشی کا اظہار کرتیں یعنی یہ رسم صرف عورتوں تک محدود ہوتی تھی۔ لڑکی اور لڑکے والے اپنے اپنے گھروں میں یہ فضول رسم کیا کرتے تھے۔ مگر اس فلم کے بعد اس رسم کو ایسا عروج آیا کہ یہ رسم گھروں سے نکل کر گلیوں اور بازاروں میں سرعام ناچ لگا کر ہونے لگی جو تا حال جاری ہے۔ اسی دور میں ایک معروف گلوکارہ نے ''مہندی'' پر مخصوص گانے گائے جسے اس وقت کے میڈیا نے بہت زیادہ اہمیت دی اور بار بار ٹیلی کاسٹ کیا۔ ان گانوں میں ایک مصرعہ بہت مقبول ہوا ''مہندی تاں سجدی جے نچے منڈے دی ماں'' یعنی رسم حنا اس وقت مکمل ہوگی جب لڑکے یعنی دولہا کی ماں ڈانس کرکے سب کو دکھائے گی یا سب کے سامنے ناچے گی!!! (الامان والحفیظ)

اب آپ خود اندازہ لگالیں کہ جو رسم قوم کی ماؤں کو سرعام گلیوں اور بازاروں میں ناچنے پر مجبور کردے ایک اسلامی معاشرے کیلئے اس سے زیادہ شرم کی بات کیا ہوگی؟

مڈل کلاس یعنی متوسط طبقے اور ایلیٹ کلاس میں یہ مکروہ رسم اس حد تک سرایت کرچکی ہے کہ اس رسم کیلئے باقاعدہ طور پر دعوت شادی کے کارڈوں کے علاوہ الگ سے کارڈ چھپوائے جاتے ہیں اور ان کارڈوں پر لڑکیوں کے نام اور موبائل فون نمبر بڑے اہتمام سے چھپوائے جاتے ہیں' محلے کے تمام آوارہ لڑکے اس دعوت پر بلا کے یا بن بلائے مدعو ہوتے ہیں۔ ساری رات چلنے والی اس رسم میں پہلے لڑکے والی لڑکی والوں کے گھر ''مہندی'' لے کر جاتے ہیں اور بعد میں لڑکی والے لڑکے والوں کے گھر جاتے ہیں۔ گلیوں اور بازاروں میں ایک طوفان بدتمیزی برپا کیا جاتا ہے۔ ایسی شادیوں کا انجام بعد میں گھریلو ناچاقی اور طلاق کی صورت میں نکلتا ہے۔ سرور کائنات صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ اگر کوئی مومن معاشرے میں برائی دیکھے تو اسے ہاتھ سے روکے اگر ہاتھ سے نہیں روک سکتا تو زبان سے (باقی صفحہ 55 پر)

عبقری میرا محسن

محمد افتخار' چکوال

زمانے کی تلخیاں اس قدر دیکھنے کو ملیں کہ تلخی میرے چہرے سے ہی عیاں ہوجاتی تھی اجنبی لوگ دیکھتے ہی خدا واسطے کے بیری ہوجاتے تھے

السلام علیکم قارئین کرام! سب سے پہلے تو میں حکیم صاحب کو اتنا اچھا رسالہ نکالنے پر خصوصی طور پر مبارکباد دیتا ہوں۔ میری عبقری سے ملاقات ستمبر 2008ء میں ہوئی۔ میری زندگی مسائل کا مجموعہ تھی' گھریلو ناچاقی' دشمن کا خوف ہردم' دوسال سے مسلسل تعلیمی پسماندگی و ناکامی جس کی وجہ سے دل کو ہر پل غم گھیرے رہتے' گھر والوں سے دل اچاٹ تھا اکثر گھر سے باہر وقت گزارتا اور گلیوں میں پریشان حال جوتیاں گھسیٹتا رہتا' رات گئے گھر آتا' تعلیم کے اوپر ساٹھ ہزار تک رقم خرچ کرچکا تھا' ناکامی تھی کہ جس نے مجھے تاڑ رکھا تھا۔ ان ناکامیوں نے میرا سارا خون نچوڑ لیا تھا جبکہ میرے ساتھ کے دوست گول مٹول اور سرخ و سپید رنگت کے تھے اور خوش و خرم تھے' زمانے کی تلخیاں اس قدر دیکھنے کو ملیں کہ تلخی میرے چہرے سے ہی عیاں ہوجاتی تھی اجنبی لوگ دیکھتے ہی خدا واسطے کے بیری ہوجاتے تھے۔ میرے ساتھ کے دوست دوسرے شہروں کی اعلیٰ سے اعلیٰ یونیورسٹیوں ایم بی اے کررہے تھے اور میں ویران حال رات گئے سڑکوں پر پھرتا تھا۔ ہر بار سخت محنت کرکے امتحان دیتا مگر پھر بھی کمپارٹمنٹ آجاتی جبکہ میرے تمام پرچے اچھے ہوتے تھے۔

آخر میں نے یونیورسٹی کے اوقات سے فارغ ہوکر رزلٹ تک تقریباً دو ماہ دو انمول خزانے کا وظیفہ پڑھا جو کہ مجھے عبقری رسالے کے ذریعہ پتہ چلا اور روزانہ گھر میں روحانی محفل بھی کرتا اور نماز کی خوب پابندی کی' اپنی حالت دیکھ کر روتا' والدین میری حالت دیکھ کر کڑھتے مجھ پر حسرت بھری نگاہیں ڈالتے مگر اس ذات کے فیصلے کے آگے بے بس تھے۔

روحانی محفل میں رو رو کر دعائیں کرتا اور اس کے علاوہ عبقری سے مختلف اعمال بھی چن چن کر کرتا اور خاص کر دو انمول خزانہ نمبر ایک اور دو کھلا پڑھتا۔ پھر اللہ نے مجھ پر کرم کیا اور میں یونیورسٹی کے امتحان میں سیکنڈ ڈویژن سے پاس ہوگیا۔ میرے دشمنوں کی نگاہیں جھک گئیں' محلے میں نظر آنا بند ہوگئے' گھر میں سکون ہوگیا ہے۔ یہ سب عبقری اور دو انمول خزانے کی برکت کی وجہ سے ہوا ہے۔ میں نے عبقری اور دو انمول خزانہ فی سبیل اللہ تقسیم بھی کیے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

نزلہ زکام تنگ کرتا ہے

میں لندن میں دس بارہ سال سے رہائش پذیر ہوں۔ میرے سر میں درد رہتا ہے اور نزلہ زکام اس طرح چمٹ گیا ہے کہ کسی طرح ٹھیک نہیں ہوتا۔ اس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ میری عمر پینتالیس برس ہے۔ کبھی چھینکیں آتی ہیں اور کبھی نزلہ رہتا ہے جس سے میرے سر میں سخت درد ہوجاتا ہے۔ دوا کھانے کے باوجود آرام نہیں آتا۔ گھر کے کام کرتے ہوئے تھکن محسوس ہوتی ہے۔ میں صبح ایک گلاس پھلوں کا جوس پیتی ہوں' کھانے میں گوشت اور پھل شامل ہیں۔ میری صحت دن بدن گر رہی ہے۔ مجھے کوئی مفید مشورہ دیجئے۔ **(نیناں' لندن)**

مشورہ: نزلہ زکام الرجی کی وجہ سے بھی ہوتا ہے۔ گردوغبار اور ٹھنڈا گرم کھانا کھانے سے گلے میں خراش ہوجاتی ہے۔ نزلہ زکام پرانا ہوجائے تو گلے کے غدود بہت متاثر ہوتے ہیں۔ باربار مسئلہ پیدا ہو تو دماغ کمزور ہوجاتا ہے اور سر میں درد رہتا ہے۔ ایک پرانا آزمودہ ٹوٹکا لکھ رہی ہوں۔ ثابت گیہوں کا ایک ڈبہ خرید لیجئے۔ ڈھائی چمچ کی مقدار گیہوں رات کو ہلکے گرم پانی میں بھگوئیے' ایک بڑا گلاس پانی کافی ہے۔ گیارہ بادام بھی ساتھ ہی بھگو دیجئے۔

صبح اٹھ کر بادام چھیل لیجئے اور گرائنڈر میں گیہوں پانی کے ساتھ پیس لیجئے۔ پھر چھلنی سے چھان کر مواد ایک گلاس دودھ میں ملایئے اور نرم آگ پر حسب ذائقہ چینی ملا کر پکائیے۔ اس دوران پسی ہوئی دارچینی ایک چٹکی اور دو چھوٹی الائچی ایک چمچ بھر گھی یا مکھن میں تل کر اس میں ملایئے۔ جب دودھ بہت گاڑھا ہوجائے تو گرم گرم پی لیجئے۔ اس کے بعد دو گھنٹے تک کچھ نہ کھایئے۔ چالیس دن یہ ناشتہ کیجئے اس سے آپ کو بہت فرق محسوس ہوگا۔ دوپہر کو لہسن کی دو تین تازہ کلیاں چھیل کر چٹنی بنا کر کھایئے یا ویسے ہی نگل لیجئے۔ رات کو سوتے وقت گرم پانی سے بھاپ لیجئے۔ انشاء اللہ آپ کی یہ تکلیف دور ہوجائے گی۔

[redacted]

ہم دو بہنیں اور ایک بھائی ہیں' ایک بہن کی شادی ہوگئی ہے۔ بڑے بھائی بچپن ہی سے مزاج کے تیز ہیں۔ انہوں نے شادی بھی نہیں کی۔ سال بھر سے ان کا یہ عجیب وطیرہ ہے کہ بات بے بات والدہ کو تھپڑ مار دیتے ہیں۔ میں چھوٹی ہوں' بول نہیں سکتی' سال اول میں داخلہ لیا ہے' بھائی مجھ سے آٹھ سال بڑے ہیں' والدہ کی بے عزتی دیکھ کر مجھے صدمہ ہوتا ہے' ہمارا دو کنال کا گھر ہے' پانچ گاڑیاں اور نوکر چاکر ہیں۔ بھائی نے ایم اے کیا ہے' کاروبار بھی ٹھیک ٹھاک ہے' پہلے وہ والدہ سے بے حد پیار کرتے تھے اب پتہ نہیں انہیں کیا ہوگیا ہے؟ وہ کس طرح ٹھیک ہوں گے؟ ماں کی آنکھوں میں آنسو دیکھ کر میرا دل دہل جاتا ہے۔ میرا دل چاہتا ہے کہ بھائی کو قتل کردوں' بڑی مشکل سے اپنے آپ پر جبر کرتی ہوں' مشورہ دیجئے میں کیا کروں؟ (س۔غ۔)

مشورہ: آپ کا خط پڑھ کر بڑا افسوس ہوا' ماں باپ تو اولاد کیلئے اللہ کی رحمت کا سایہ ہیں۔ ماں باپ کی بددعا لگ جائے تو انسان دین و دنیا سے محروم ہوجاتا ہے۔ ایسے کئی مشاہدات ہیں کہ ماں نے دعا کی تو ایک مفلس شخص آہستہ آہستہ امیر بن گیا' جسے نوکری نہیں ملتی تھی وہ صرف ماں کی دعا سے ایک اعلیٰ مقام پر پہنچ گیا۔

لیکن جب ایک شخص نے اپنی ماں کو مارا تو اس پر فالج کا حملہ ہوگیا۔ مجھے جہلم کے ایک گاؤں سے خط آیا ہے جس میں لکھا ہے ''میں بہت بدبخت ہوں' سیاہ کار اور گناہ گار ہوں کیونکہ میں نے اپنی ماں پر ہاتھ اٹھایا تھا۔ اب وہ ہاتھ مفلوج ہے اور میرے جسم کے زیریں حصے میں گندگی کے باعث کیڑے چل رہے ہیں ایک نوکر ہے جو صفائی کرتا ہے۔'' اس شخص کو میں نے لکھا کہ والدہ کی طرف سے صدقہ خیرات کریں اور نماز پڑھ کر اللہ سے معافی مانگیں۔ والدہ کے بہن بھائیوں کے ساتھ اچھا سلوک کریں' اللہ تعالیٰ بڑا رحیم و کریم ہے' ہر چیز پر قادر ہے۔ آپ کے بھائی نجانے کیوں ماں کے ساتھ اتنا گھٹیا سلوک کرتے ہیں۔ بھائی کی شادی کرادیں۔ ماں کو مارنا تو درکنا اسے جھڑکنا یا اونچی آواز سے بات بھی نہیں کرنی چاہیے۔ اپنے بھائی کو گاہے بگاہے سمجھایئے کہ ماں پر ہاتھ اٹھانا سخت کبیرہ گناہ ہے اور اس کی بخشش نہیں جب تک کہ خود ماں اسے معاف نہ کرے آپ اپنے بھائی سے کہہ دیں کہ اگر وہ جہنم سے بچنا چاہتے ہیں تو اس حرکت سے توبہ کریں اور انہیں احادیث کی کتاب دیجئے تاکہ انہیں پتہ چل سکے کہ وہ کتنی بڑی غلطی کررہے ہیں۔ آپ خود بھی اپنی ماں پر توجہ دیجئے ان کا خیال رکھیے اور جو بھی خدمت کرسکتی ہوں کیجئے' اس کا اجر آپ کو ضرور ملے گا' یہاں بھی اور آخرت میں بھی۔ رسول پاک ﷺ کا ارشاد گرامی ہے ''ماں کے پاؤں تلے جنت ہے'' ''جس نے اپنے والدین کو بڑھاپے کی حالت میں پایا اور ان کی خدمت کی اس کو اجر عظیم ملتا ہے۔''

آنکھیں کیسے تندرست ہوں؟

میری نظر کمزور ہے اور آنکھوں کے نیچے حلقے پڑ گئے ہیں۔ میری عمر انیس سال ہے۔ میری آنکھیں کیسے تندرست ہوں گی؟ میں بہت پریشان ہو کر خط لکھ رہی ہوں۔ **(ونیزہ' لاہور)**

مشورہ: ونیزہ بیٹی! آپ رات کو سوتے وقت ایک گلاس نیم گرم خالص دودھ پی لیجئے۔ سونف اور بادام سو سو گرام لے کر گرائنڈر میں پیس لیجئے پھر اس سفوف میں سو گرام چینی یا مصری ملایئے۔ رات کو سوتے وقت ایک بڑے چمچے کی مقدار یہ سفوف کھایئے' اس کے بعد کچھ کھانا پینا نہیں! آنکھوں کے حلقوں پر صرف زیتون کے تیل کا مساج کیجئے اور اپنی پڑھائی پر توجہ دیجئے۔ آپ بیمار نہیں ہیں۔

کالے چنے اور گیہوں

میرا وزن بڑھ رہا ہے۔ بال سفید ہورہے ہیں۔ نزلہ زکام پیچھا نہیں چھوڑتا۔ سر میں ہر وقت درد رہتا ہے۔ دوائیاں کھا کھا کر تنگ آگئی ہوں' خدا کیلئے کوئی آزمودہ ٹوٹکا بتایئے۔ **(سویرا علی' کوئٹہ)**

مشورہ: کالے چنے ایک پاؤ اور مٹھی بھر گیہوں کے دانے ملا کر پانی میں ابال لیں۔ دن میں دو تین بار کالے چنے بمقدار دو تین چمچ نکالیے اس کا شوربہ بھی بنا کر پی سکتے ہیں۔ کالے چنے میں بہت قوت ہوتی ہے۔ ڈیڑھ ماہ کھا کر دیکھئے نزلہ زکام ٹھیک ہوجائے گا اور صحت بھی برقرار رہے گی۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے عطیوں میں بہت شفا رکھی ہے۔

عبداللطیف جاوید

مونگرے‘ مٹر اور گوبھی سے جان بنائیں

قدرت نے ہرموسم کی سبزی انسانی جسم کیلئے مفید بنائی ہے۔ پرانے حکیم مونگروں کی خاصیت سے آگاہ تھے۔ سردی میں وہ آلو مونگرے کا سالن پکوا کر سردی کی شدت سے بچتے۔ سردی سے بدن کے ظاہری حصوں میں خشکی اور ٹھنڈک کا احساس زیادہ محسوس ہوتا ہے

مونگرے

موسم سرما میں مختلف اقسام کی ترکاریاں ہوتی ہیں جن میں مونگرے‘ مٹر اور گوبھی قابل ذکر ہیں۔

مولی کے پودے میں مونگرے لگتے ہیں جنہیں سینگرے بھی کہا جاتا ہے۔ مونگرے فوائد میں مولی کے ہم پلہ ہیں۔ طبیب اسے بواسیر‘ یرقان اور استسقاء میں بکثرت استعمال کراتے ہیں۔ مولی کے نرم و نازک پتے پیٹ کی چربی پگھلانے اور بڑھا ہوا پیٹ کم کرنے میں اپنا جواب نہیں رکھتے۔

قدرت نے ہرموسم کی سبزی انسانی جسم کیلئے مفید بنائی ہے۔ پرانے حکیم مونگروں کی خاصیت سے آگاہ تھے۔ سردی میں وہ آلو مونگرے کا سالن پکوا کر سردی کی شدت سے بچتے۔ سردی سے بدن کے ظاہری حصوں میں خشکی اور ٹھنڈک کا احساس زیادہ ہوتا ہے۔ ٹھنڈک ختم کرنے کیلئے آلو اور مونگرے صحت بخش غذا ہیں۔ مونگروں میں پانی‘ گوشت بنانے والے اجزاء گھی‘ معدنی نمک‘ نشاستہ دار اجزاء‘ فولاد‘ چونا اور فاسفورس موجود ہیں۔ غریب آدمی کیلئے یہ غذائیت سے بھرپور لذیذ غذا ہے جسے کھا کر وہ جسم کی ٹوٹ پھوٹ اور سردی کی شدت سے بچ سکتا ہے۔ مونگروں کے موسم میں اسے ہفتے میں دو بار ضرور پکائیے تاکہ آپ سب کی صحت ٹھیک رہے

مٹر

مٹر ایک مشہور ترکاری ہے جو دنیا کے ہر خطے میں کھائی جاتی ہے۔ یہ غلے کی ایک قسم ہے۔ دانے پھلی کے اندر ہوتے ہیں۔ گھی میں یہ دانے کو بھون کر بطور سلاد بھی کھائے جاتے ہیں۔ گوشت اور قیمہ کے ہمراہ پکائے جاتے ہیں۔ مٹر آلو کا سالن تقریباً ہر گھر میں پکایا جاتا ہے۔ یہ زمانہ قدیم کی سبزی ہے۔

اس کے اجزاء میں فولاد‘ نشاستہ‘ پروٹین‘ وٹامن اے‘ ایچ‘ بی‘ ای اور سی شامل ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج گرم وخشک ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں:۔

☆ خون پیدا کرتا ہے۔ ☆ قابض نفاخ اور جزو بدن ہے۔ ☆ مٹر جگر کو طاقت دیتے ہیں۔ سینے اور آنتوں کو نرم کرتے ہیں۔ ☆ باہ کی کمزوری کو دور کرتے ہیں اور جسم میں معدنی ذرات کی کمی کو پورا کرتے ہیں۔ ☆ ورم پستان میں مٹر رگڑ کر لیپ کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ☆ اگر مٹر کھانے کے بعد تقریباً ایک بڑا چمچہ شہد کھایا جائے تو یہ فوراً ہضم ہوجاتا ہے۔

احتیاط: مٹر دیر ہضم ہیں۔ صفرا پیدا کرتے ہیں۔ ریاح بھی پیدا کرتے ہیں۔ انہیں پکانے میں زیرہ اور دھنیا ضرور استعمال کرنا چاہیے۔ اس سے یہ فائدہ مند ہوجاتے ہیں۔

گوبھی

گوبھی بھی مشہور سبزی ہے۔ اسے اگر مٹی کی ہانڈی میں پکا کر کھایا جائے تو زیادہ مفید ہوتی ہے۔ اس کے اجزاء میں نشاستہ اور وٹامن اے ڈی اور سی ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج سرد خشک ہے۔ اس کی حسب ذیل خصوصیات اور فوائد ہیں۔

☆ یہ بلغم اور صفرا کو ختم کرتی ہے۔ ☆ پیشاب آور ہے‘ جریان میں مفید ہے۔ ☆ بواسیر کیلئے اس کے پتوں کو بطور سلاد کھانا مفید ہے۔ ☆ صفرا اور فساد خون یعنی پھوڑے پھنسیوں اور خارش میں اس کا استعمال مفید ہے۔ ☆ خونی بواسیر میں یہ فائدہ مند غذا اور دوا ہے۔ ☆ یہ گوبھی بادی ہوتی ہے۔ مگر گھی‘ گرم مصالحے اور ادرک شامل کرکے پکانے سے بادی پن ختم ہوجاتا ہے۔ ☆ یہ مؤلد منی اور مقوی باہ بھی ہے۔ ☆ اس کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ یہ بالخاصہ دافع خمار ہے۔ چنانچہ مخمور (نشہ والا) آدمی کو کھلانے سے اس کا نشہ دور ہوجاتا ہے۔

سردی کا سر درد اور انڈے کے کرشمے

سردیوں کے دنوں میں سر کو ٹھنڈ لگ جاتی ہے۔ صبح صبح نوجوان نہا دھو کر ننگے سر موٹر سائیکل لے کر دفتر یا کالجز میں جاتے ہیں۔ ٹھنڈی ہوا لگتی ہے تو یقینی سر درد ہوجاتا ہے۔ مریض کو ایک انڈا اُبال کر کھلا دیں مزید ایک انڈے کو توڑ کر اچھی طرح پھینٹ کر پیشانی پر لیپ کردیں اوپر گرم ٹوپی پہنا دیں یا رومال وغیرہ باندھ کر مریض کو گرم جگہ پر سلا دیں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔ (س،ے)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں‘ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

شیخ المشائخ یحییٰ رازی رحمۃ اللہ علیہ نے کیا ہی خوب فرمایا کہ تین قسم کے لوگوں کی صحبت سے اجتناب کرو۔ 1۔ غافل اہل علم جاننے والوں سے۔ 2۔ خوشامدی فقیروں سے۔ 3۔ جاہل صوفیوں سے۔ غافل اہل علم سے وہ لوگ مراد ہیں جنہوں نے دنیا کو اپنا قبلہ ظالم بادشاہوں کی پرستش کو اپنا وطیرہ بنا رکھا ہے اور آئمہ دین اور استادوں کی شان میں زبان درازی کرکے دین کی شان میں گستاخیاں کرتے ہیں جبکہ علم ایک ایسی دولت ہے جس کی وجہ سے اس کے موصوف سے ہر قسم کی جہالت کی بات دور ہوجاتی ہے۔ چاپلوسی کرنے والے فقیر وہ لوگ ہیں کہ جب کوئی کام ان کی خواہش نفس کے مطابق کیا جائے اگرچہ وہ فعل باطل ہی کیوں نہ ہو یہ فقیر پھر بھی اس کی تعریف کریں اور اگر کوئی ایسا کام کیا جائے جو ان کی خواہش نفس کے مخالف ہو اگرچہ وہ فعل حق ہی کیوں نہ ہو یہ لوگ اس کی مذمت کریں اور وہ لوگوں سے عمل کرنے کے بعد کسی مرتبے اور لالچ کی طمع رکھیں اور جاہل صوفی وہ ہے جو نہ کسی مرشد کی صحبت میں رہے نہ کسی بزرگ سے ادب سیکھے اور نہ ہی زمانے کی مشکلات کو جھیلے‘ کھوکھلے باطن کے ساتھ فقیرانہ لباس پہن کر اپنے آپ کو نمایاں کرے ایسے تینوں قسم کے لوگوں سے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ اپنے ہر مرید کو اجتناب کا حکم دے رہے ہیں اور علم و عمل کی اہمیت کو بیان کرتے ہوئے ارشاد فرماتے ہیں کہ بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے تیس سال مجاہدہ کیا لیکن علم کے مطابق عمل کرنے سے زیادہ مشکل اور کسی چیز کو نہ پایا اور آپ کا یہ بھی فرمان ہے: آگ پر قدم رکھنا طبیعت کیلئے علم کے مطابق عمل کرنے سے زیادہ آسان ہے اور پل صراط سے ہزار بار گزرنا جاہل کے نزدیک علم کا ایک مسئلہ سیکھنے سے زیادہ سہل ہے اور فاسق کیلئے دوزخ میں رہنا علم کے ایک مسئلے پر عمل کرنے سے زیادہ محبوب ہے اور تیرے لیے علم سیکھنا اور اس میں کمال حاصل کرنا لازم ہے بندہ کے علم کا کمال بمقابلہ علم الٰہی کے جاہل ہوتا ہے اور تمہیں اس قدر جاننا چاہیے تم لوگ کچھ نہیں جانتے اور اس کا مطلب یہ ہے کہ بندہ بندگی کے علم کے سوا کچھ نہیں جانتا۔ کشف المحجوب کے متن سے یہاں تک خلاصۃً اقوال صوفیاء میں سے چند باتیں پیش کی گئی ہیں۔ اگلی قسط میں آپ ان کی تشریح ملاحظہ فرمائیں گے۔



قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں۔ اپنے معمولی سے تجربے کا بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

انڈے دل کیلئے مفید ہیں

(حکیم حاجی مہتاب حسین دہلوی، نوشہرہ کینٹ)

ماہرین قلب کا کہنا ہے کہ دل کو صحت مند رکھنے کیلئے انڈوں کا استعمال ناگزیر ہے۔ انڈوں سے متعلق امریکی ماہر ڈاکٹر میکنارا نے اس بات پر اصرار کیا ہے کہ طویل عرصے تک انڈے کو امراض قلب کے حوالے سے بدنام کیا جاتا رہا ہے لیکن اب حقائق سامنے آنے کے بعد امریکی ہارٹ فاؤنڈیشن نے بھی اپنی پابندی اٹھالی ہے اور کہا ہے کہ ہفتہ میں چھ انڈے استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ امریکی ڈاکٹر نے کہا کہ بزرگ افراد اب تک انڈوں سے خوفزدہ تھے کیونکہ گزشتہ چالیس سال سے انہیں یہ بتایا جارہا تھا کہ اس میں غذائی کولیسٹرول کی بہتات ہوتی ہے لیکن بعد کے سالوں میں اس پر جو تحقیق کی گئی اس سے معلوم ہوا کہ غذائی اشیاء میں جو کولیسٹرول ہوتا ہے وہ دل کی بیماریوں کو نہیں بڑھاتا۔ امراض قلب کا امکان جس چیز سے بڑھتا ہے وہ جمنے والی چکنائی اور مصنوعی چکنائی ہے۔ انڈوں SATURATED FATS بہت ہی کم مقدار میں ہوتی ہے جبکہ اس میں بعض صحت بخش اہم مرکبات مثلاً CHOLINE ہوتے ہیں جو غذا ہضم کرنے میں معاونت کرتے ہیں۔ انڈے میں ایک اور جز LUTIENE بھی ہوتا ہے جو آنکھوں کے مختلف امراض سے بچاتا ہے۔ امریکی ماہر ڈاکٹر نے مزید بتایا کہ جو لوگ ناشتے میں انڈے کھاتے ہیں وہ زیادہ دیر تک اپنا پیٹ بھرا ہوا محسوس کرتے ہیں اور دوپہر میں انہیں زیادہ کھانے کی خواہش نہیں ہوتی۔ انہوں نے کہا کہ انڈے میں بہترین کوالٹی کا پروٹین ہوتا ہے مارکیٹ میں اس قسم کا پروٹین اتنی کم قیمت میں کسی اور چیز کی صورت میں نہیں خرید سکتے۔ اس میں سوائے وٹامن سی کے ہر قسم کے وٹامنز اور منرلز ہوتے ہیں۔ اس لیے جن لوگوں کا کولیسٹرول لیول نارمل حد کے اندر ہو یا زیادہ ہو وہ ذیابیطس کے مریض ہوں یا میٹابولک سنڈروم کا شکار ہوں اس قسم کے تمام افراد بلاخوف وخطر اور وسوسے کے بغیر انڈے کو اپنی غذا کا اہم حصہ بنا سکتے ہیں۔ یہ آپ کی صحت کو اور صحت مند بنانے میں مددگار ثابت ہوگا۔

دنیا کی سب سے بڑی سچائی

(بندہ خدا، واہ کینٹ)

دنیا کی سب سے بڑی سچائی کلمہ طیبہ ہے جس کے دو حصے ہیں پہلے حصے کا مطلب یہ ہے کہ میرا معبود اور حاجت روا صرف اور صرف اللہ ہے۔ میں نے زندگی کے تمام معاملات میں صرف اور صرف اللہ تعالیٰ پر ہی پہلی اور آخری نظر رکھنی ہے۔ میرا حاجت روا میرا مشکل کشا اور میرا معبود صرف اللہ تعالیٰ ہی ہے۔ دنیا میں جب بھی کچھ ہوتا ہے صرف اور صرف اللہ تعالیٰ سے ہوتا ہے۔ غیروں سے کچھ نہیں ہوتا، کلمہ طیبہ کا یہ پہلا حصہ شرک پر زبردست قسم کی چوٹ لگاتا ہے کہ اپنے دل سے تمام باطل معبودوں کو نکال دو اور صرف اور صرف اللہ تعالیٰ کو داخل کرو کہ غیروں سے کچھ نہیں ہوسکتا۔ اس کی مرضی کے بغیر ایک پتہ بھی نہیں ہل سکتا۔

میں نے جو کچھ مانگنا ہے صرف اسی سے مانگنا ہے اور جو کچھ دینا ہے صرف اسی کے نام پر دینا ہے اور صرف اور صرف اسی کی ذات پر بھروسہ کرنا ہے۔

کلمہ کے دوسرے حصہ کا مطلب: یہ ہے کہ میں نے چوبیس گھنٹہ کی زندگی میں تمام معاملات، خواہ وہ دنیا کے ہوں یا دین کے ہوں، سونا جاگنا، کھانا پینا، کاروباری معاملات یا لوگوں سے تعلقات ہوں اور رشتہ داروں سے حسن سلوک ہوں یا اولاد کی تعلیم وتربیت ہوں یا شادی بیاہ کے معاملات ہوں میں نے حال میں اپنے لیڈر کی پیروی کرنی ہے۔ میرے لیڈر حضرت محمد ﷺ ہیں یعنی میں نے چوبیس گھنٹے کی زندگی میں صرف اور صرف اپنے نبی ﷺ کی سنتوں پر عمل کرنا ہے۔ مسلمان کے لیے عبادت صرف یہی نہیں ہے کہ وہ نماز پڑھ لے روزے رکھ لے ذکر کرے یا تلاوت کرلے اور صرف اس پر مطمئن ہوکر بیٹھ جائے کہ میں اسلام پر عمل کررہا ہوں۔ برادران اسلام! یہ تمام باتیں تو دین کا صرف ایک حصہ ہیں۔ مسلمان کی تو چوبیس گھنٹے کی زندگی ہی عبادت ہے۔ مسلمان اگر نبی کریم ﷺ کی سنت کے مطابق کھانا کھاتا ہے، اس کھانے سے اس کا اپنا پیٹ بھر رہا ہے مگر یہ عبادت میں لکھی جارہی ہے۔

مسلمان اگر رات کو اپنے نبی پاک ﷺ کے طریقہ پر سوتا ہے تو ساری رات کی عبادت اس کے نامہ اعمال میں لکھ دی جاتی ہے حالانکہ سونے سے اس کے اپنے وجود کو آرام مل رہا ہے۔ مسلمان کا بیت الخلاء میں جانا بھی عبادت ہے اگر وہ نبی کریم ﷺ کے طریقہ پر جاتا ہے کہ جاتے ہوئے کون سی دعا پڑھنی ہے، کس قدم سے جانا ہے اور کس قدم سے باہر آنا ہے تو یہ بھی سارا وقت مسلمان کی عبادت میں لکھ دیا جاتا ہے۔

اگر ہم اپنی زندگی اس کلمہ کے مطابق بسر کریں گے تو نہ صرف ہماری قبر اور آخرت بنے گی بلکہ دنیا میں سکون اور چین ملے گا کیونکہ سکون اور چین صرف نبی ﷺ کی سنتوں میں ہے نہ صرف سکون، چین بلکہ عزت و وقار بھی حاصل ہوتا ہے مگر افسوس کہ کیبل اور ٹی وی کے ذریعہ مصیبت جو میٹھے شہد کی طرح ہمارے جسم میں داخل کی جارہی ہے اس کے تباہ کن نتائج ہمارے سامنے آنا شروع ہوگئے ہیں۔ بزرگوں کا احترام ختم ہوگیا، ماں باپ کے وقار کولڑکے اور لڑکیاں پاؤں تلے روندر ہے ہیں اور اسے قابل فخر بات سمجھ رہے ہیں۔ آج کی نئی نسل کس چیز میں عزت اور وقار سمجھ رہی ہے، فیشن، مال و دولت میں اور کوٹھیوں میں...... ؟ یہ ہے دنیا کی سب سے بڑی سچائی سے منہ موڑنے کا نتیجہ...... اس بغاوت کا یہ خمیازہ بھگتنا پڑ رہا ہے کہ خود ان کی اپنی زندگی سے سکون نام کی کوئی چیز نہیں۔

کلمہ طیبہ پر یقین کرنے کی فضیلت تو ہے ہی بلکہ اس کو پڑھنے کی فضیلت بھی بہت زیادہ ہے۔

حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ اگر ہم کلمہ طیبہ کو پابندی سے روزانہ سو مرتبہ پڑھیں گے تو آخرت میں لوگ جب اپنی قبروں سے مٹی جھاڑتے ہوئے اٹھیں گے تو اس شخص کا چہرہ چودھویں کے چاند کی طرح چمک رہا ہوگا سو مرتبہ پڑھتے ہوئے صرف تین یا چار منٹ لگتے

ہیں۔صرف ایک دفعہ کلمہ طیبہ پڑھنے سے چار ہزار نیکیاں انسان کے نامہ اعمال میں داخل کر دی جاتی ہیں۔ اگر ساری زندگی میں پڑھے ہوئے کلمہ طیبہ کی تعداد ایک لاکھ ہوجاتی ہے تو اللہ پاک اس میت کی مغفرت کر دیتے ہیں اور اسے جنت میں بھیج دیا جاتا ہے۔اگر کسی شخص کے فوت ہونے پر ایک لاکھ مرتبہ کلمہ طیبہ کا ورد کر کے اس مرحوم شخص کو بخش دیا جائے تو یہ اس کیلئے بہترین تحفہ ہوگا اللہ پاک اس کلمہ کی برکت سے اس کی مغفرت فرما دیں گے۔جس نے دنیا سے جاتے ہوئے یعنی مرتے ہوئے کلمہ طیبہ پڑھا اللہ پاک اسے لازمی جنت میں بھیجیں گے۔اگر ہم ہر وضو کے ساتھ مسواک کرنے کی عادت بنالیں تو اللہ پاک ہمیں لازمی طور پر مرتے ہوئے کلمہ نصیب کریں گے تو خوش بختی کی علامت ہے ویسے بھی مسواک کے ساتھ وضو کے بعد نماز کا ثواب 70 گنا زیادہ ہے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی حدیث شریف کے مطابق قیامت کے دن حضور نبی کریم ﷺ سے سب سے زیادہ سعادت مند اور نفع اٹھانے والا آپ ﷺ کی شفاعت کے ساتھ وہ شخص ہوگا جو خلوص دل کے ساتھ کلمہ طیبہ پڑھے اور اس پر عمل کرے۔اللہ پاک ہمیں بھی دنیا کی اس سب سے بڑی سچائی کو سمجھنے اور اس پر خلوص دل سے عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔آمین

عبقری پڑھنے والے متوجہ ہوں

(محمد عمر فاروق، فیصل آباد)

میں عبقری کی وساطت سے عبقری پڑھنے والوں کو ایک چیز کی طرف متوجہ کرنا چاہتا ہوں۔وہ بات یہ ہے کہ جب محترم حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب نے لکھا ہے کہ ''عبقری شائع کیوں ہوا؟'' کہتے ہیں کہ جب نمرود نے حضرت ابراہیم علیہ السلام کو زندہ جلانے کیلئے ایک نہایت ہیبت ناک آگ کا آلاؤ روشن کیا تو چشم فلک نے دیکھا کہ ایک ننھا سا ابابیل اپنی چونچ میں دو تین قطرے پانی کے لیے بڑے اضطرار کے عالم میں اس ہیبت ناک آگ کی طرف اڑا جا رہا ہے کسی نے پوچھا میاں اتنی بے تابی کیساتھ کہاں کا ارادہ ہے؟ بولا نمرود کی آگ بجھانے جا رہا ہوں' کہا اے ناسمجھ پرندے کیا پانی کے یہ چند قطرے جو تمہاری چونچ میں ہیں نمرود کی آگ کو سرد کر دیں گے۔ننھا ابابیل بولا مجھے معلوم ہے کہ میری یہ کمزور سعی اس سلسلے میں کچھ بھی کام نہ دے گی لیکن میں اتنا ضرور جانتا ہوں کہ جب نمرود کی آگ بجھانے والوں کی فہرست بنائی جائیگی تو اس میں میرا نام بھی ضرور شامل کیا جائے گا۔عبقری نے انسانی نفرتوں کے باطل الاؤ کو بجھانے اور محبتوں کے جہان کو تعمیر کرنے کا عزم کیا ہے کہ حقیر کی سعی روایتی ننھے ابابیل کی سعی سے کچھ بھی زیادہ نہیں لیکن جذبہ وہی ہے جو ننھے ابابیل کے دل بے تاب میں تھا یعنی اللہ تعالیٰ کی رضا کی خاطر اپنی توفیق کے مطابق مشکلات کے الاؤ کو سرد کرنے کا جذبہ تو میری تمام عبقری پڑھنے والوں سے درخواست ہے کہ آپ بھی اس کو سنبھال کر نہ رکھیں بلکہ اس کو آگے پہنچائیں' میں نے اکثر عبقری پڑھنے والوں سے پوچھا کہ آپ کتنی دیر سے عبقری پڑھ رہے ہیں تو مجھے کسی نے بتایا تین سال' دو سال' ڈیڑھ سال' سال' آٹھ ماہ' چھ ماہ تو میں نے ان سے پوچھا کہ خود ہی پڑھتے ہیں یا کسی اور کو بھی پڑھاتے ہیں تو اکثر کا جواب تھا کہ خود ہی پڑھتے ہیں تو میرے مسلمان بھائیو اور بہنو! میری آپ سے گزارش ہے کہ ایک چیز سے آپ فائدہ اٹھا رہے ہو تو کیا آپ نہیں چاہتے کہ کوئی اور بھی فائدہ اٹھائے اور آپ کو دعا دے اگر آپ کی طرح محترم حکیم صاحب بھی اپنے پاس یہ چیزیں سنبھال کر رکھ لیتے تو آپ ہی بتائیں کہ آپ فائدہ اٹھا سکتے تھے؟ تو اس کا یہ جواب ہے کہ نہیں......!!! تو میری تمام عبقری پڑھنے والوں سے گزارش ہے کہ اس کو اپنے تک محدود نہ رکھیں بلکہ اس کو اپنے بہن بھائیوں عزیز رشتہ دار' دوست احباب اور علماء کرام تک پہنچائیں تاکہ دوسرے لوگ بھی فائدہ اٹھائیں اور اس کا اجر و ثواب بھی آپ کو ملے۔اللہ تعالیٰ ہم سب کو عمل کی توفیق دے۔آمین۔

صرف ایک خوراک سے بواسیر ختم

(ہمایوں شیراز، برکی)

عرصہ 20 سال سے زائد کا عرصہ ہو چکا ہے کہ میں اپنا ذاتی مطب چلا رہا ہوں۔مجھے طب کا شوق ورثہ میں ملا ہے لیکن اس کے باوجود حصول علم کی معمولی سے معمولی کوشش کو بھی رائیگاں نہیں جانے دیتا ہوں' چاہے دور جانا پڑے اس ہی سلسلہ میں ایک حیرت انگیز واقعہ اپنے عبقری ساتھیوں اور آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔ ہمارے گاؤں کے سرکاری ہسپتال کے سب سے بڑے ڈاکٹر صاحب جب نئے نئے یہاں آئے تو مسجد میں سرسری سی ملاقات ہوئی جو کہ آہستہ آہستہ اچھی دوستی میں بدل گئی میں نے ان سے پوچھا کہ آپ کی طب کے بارے میں کیا رائے ہے تو انہوں نے اس کی بڑی تعریف کی لیکن وہی پرانی بات بخیلی والی کہ حکماء اپنے تجربات بتاتے نہیں اور راز سینہ میں لے کر چلے جاتے ہیں۔

وہ کہتے ہیں کہ جب میں ایف ایس سی میں تھا تو اپنے ماموں کی طرف گیا وہاں پرانی طرز کی لیٹرین تھی جب میں رفع حاجت سے فارغ ہوا تو میرے بعد میرے ماموں جان گئے انہوں نے آکر مجھ سے پوچھا کہ تمہیں یہ تکلیف کب سے ہے......؟؟؟ میں نے کہا بہت دیر سے۔اصل میں مجھے خونی بواسیر تھی اور بہت زیادہ خون آتا تھا لیکن مجھے پتہ نہیں تھا۔ انہوں نے میری والدہ سے کہا کہ اس کا علاج کروائیں۔انہوں نے کہا اچھا......! جب ہم واپس اپنے گاؤں پہنچے تو اماں نے کہا جاؤ وہاں سامنے کھیت کے کنارے وج بوٹی اُگی ہے اسے لے آؤ میں نے وہاں سے وہ بوٹی توڑی اور اماں کو لا کر دی انہوں نے اس کا پانی نکالا جو تقریباً ایک چھٹانک تھا پھر انہوں نے سوجی جو کہ آدھ پاؤ تھی اسے اچھی طرح بھون کر وہ پانی اس میں ڈال کر مجھے حلوہ بنا کر کھلا دیا۔

ڈاکٹر صاحب بتاتے ہیں صرف ایک دفعہ کھانے سے بیس سال تک مجھے دوبارہ کبھی خون نہیں آیا اور وہ یہ تجربہ بہت سے لوگوں پر بھی کر چکے ہیں۔محترم حکیم صاحب! وہ بوٹی ہمارے علاقہ میں عام ہے ہم اسے گکڑ چھڈی بولتے ہیں۔

یقین مانیے! صرف ایک ہی بار مریض کو دینے پر اتنا اچھا نتیجہ نکلتا ہے کہ سبحان تیری قدرت والی بات ہے۔اب یہ میرے تجربے میں ہے اسے ضرور آزمائیے۔ڈاکٹر صاحب کیلئے' میرے لیے اور سب سے بڑھ کر حکیم صاحب کیلئے دعا کیجئے۔جنہوں نے ہمیں یہ پلیٹ فارم مہیا کیا۔انشاء اللہ آئندہ بھی اپنے تجربات سے آگاہ کرتا رہوں گا۔

اگر کھیر بنانی ہے تو پہلے۔۔۔۔!

کھیر بناتے وقت دودھ بہت جلد نیچے لگتا ہے اس لگے دودھ سے کھیر کا ذائقہ خراب ہو جاتا ہے جب بھی کھیر پکائیں پہلے برتن میں تھوڑا پانی ڈال کر ابالیں اور پھر پانی پھینک دیں پھر اس برتن میں کھیر پکائیں تو دودھ نیچے نہیں لگے گا اور کھیر بھی نہایت لذیز پکے گی۔**(رفعت خانم، فیصل آباد)**

سات راتوں میں جنات وتعویذات سے چھٹکارا

3 مرتبہ منزل سرسوں کے تیل پر دم کریں اور اس تیل سے رات کو اپنے پورے جسم کی مالش کریں اور صبح کسی ٹب یا تھال میں نہائیں' نہانے والا پانی گندی نالی یا ٹائلٹ میں

محمد رمضان نیازی، صادق آباد

گورکھ پان کی چائے اور اس کے فوائد

گورکھ پان بعض علاقوں میں چیدہ چیدہ لوگ چائے کے نعم البدل کی حیثیت سے جانتے ہیں اور اکثر اس کا استعمال بھی کرتے ہیں لیکن اس کی زیادہ شہرت چائے کے نعم البدل کی حیثیت سے نہیں بلکہ جریان احتلام وسرعت انزال و دفعیہ سوزاک کی حیثیت سے ہے

1992ء میں راقم کا جگر بعمر چھ سال خراب ہوگیا۔ بہت انگریزی علاج کے بعد والد صاحب کو کسی نے فائدہ نہ ہونے پر ایک جڑی بوٹی لاکر دی۔ وہ جڑ نما بوٹی والدہ رات کو مٹی کے برتن میں بھگو دیتیں اور صبح نہار منہ مل چھان کر عاجز کو پلادی جاتی' چائے بالکل بند کردی گئی' آپ یقین کریں خود میرا ذاتی تجربہ ہے کہ تھوڑے ہی دنوں میں میرا رنگ سرخ اور چکر غنودگی کمزوری ہر چیز کا نام ونشان باقی نہ رہا اور صحت قابل رشک ہوگئی۔ اب عرصہ دراز بعد جڑی بوٹی نمبر میں اس کا نام گورکھ پان پڑھا۔

پنجاب کے اکثر علاقوں میں یہ بوٹی اس نام سے مشہور ہے' اگر اس کے پتوں کو چبا کر اس کی پیک پھینکیں تو رنگ سرخ ہوجاتا ہے لہٰذا گورکھ پان کے نام سے مشہور ہے۔ بعض علاقوں میں پنا چنی' چڑی پنجہ' کھٹوی اور پانا بوٹی کہتے ہیں یہ ساون بھادوں کے آخر میں جوار باجرہ کے کھیتوں میں یا پانی کے کنارے بکثرت ملتی ہے اس کا پودا چار انگلی اونچا زمین پر پھیلا ہوتا ہے اس کے پتے باریک باریک اور تین تین ملے ہوتے ہیں جیسے چڑیا کا پنجہ ہوتا ہے۔

گورکھ پان کی بہترین چائے اور فوائد

گورکھ پان بطور چائے پینا بہت زیادہ فائدہ مند ہے۔ اس کو برسات کے موسم میں اکھاڑ کر سائے میں سکھالیں اور نیم کوب کرکے ڈبوں میں بھرلیں۔ پھر اس کو بطور چائے پینا بہت مفید ہے۔ روزانہ استعمال کریں ذائقہ رنگ ہوبہو چائے جیسا ہوگا جتنا چائے کا نقصان ہے اتنا ہی اس کا فائدہ ہے جن لوگوں کو چائے ہضم نہیں ہوتی اور خشکی کرتی ہے یہ جسم میں کوئی خرابی پیدا نہیں ہونے دیتی جگر کو طاقت ور بناتی ہے جس سے جسم میں خوب خون پیدا ہوتا ہے۔ بلغمی بیماریوں کا بھی جسم سے خاتمہ ہوجاتا ہے چونکہ گورکھ پان مصفی خون ہے اس لیے جن لوگوں کو خون کی خرابی ہوتی ہے وہ فائدہ اٹھائیں۔

گورکھ پان بعض علاقوں میں چیدہ چیدہ لوگ چائے کے نعم البدل کی حیثیت سے جانتے ہیں اور اکثر اس کا استعمال بھی کرتے ہیں لیکن اس کی زیادہ شہرت چائے کے نعم البدل کی حیثیت سے نہیں بلکہ جریان احتلام وسرعت انزال و دفعیہ سوزاک کی حیثیت سے ہے۔ اگر گورکھ پان کو چائے کے نعم البدل کے حیثیت سے استعمال کیا جائے تو اس کے فوائد یہ ہیں:۔

بچہ بوڑھا جوان مرد سب کو یکساں مفید ہے۔ بینائی کو طاقت دینے کیلئے اس کا استعمال بے حد مفید ہے۔ خونی اور بادی دونوں قسم کی بواسیر کی شکایت کو رفع کرتی ہے۔ تازہ خون بکثرت پیدا کرتی ہے جگر کو طاقت دیتی ہے۔ خون کو صاف کرنے کیلئے اس قدر مؤثر ترین ہے کہ آتشک خنازیر' جذام تک کو دور کردیتی ہے۔ معدہ کو طاقت دیتی ہے' بھوک لگاتی ہے۔ جریان احتلام اور سرعت انزال کا شرطیہ علاج ہے۔ مقوی باہ اور ممسک ہے۔ دل کو تفریح بخشتی ہے اور دماغ کو روشن کرتی ہے۔ پیشاب کی جلن اور سوزاک کا شرطیہ علاج ہے۔ صحت عامہ کیلئے بیحد مفید اور درازی عمر کا باعث ہے۔ اس میں اجزائے غذائیہ بڑی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ تحلیل شدہ قوت کو پورا کرکے تکان کو رفع کرتی ہے۔ بالکل مفت ملتی ہے اسے کسی نشیلی چیز کی پٹھ نہیں دی جاتی۔

چائے گورکھ پان اور اس کے تیار کرنے کی ترکیب

گورکھ پان سے تیار کردہ چائے کا رنگ بو اور ذائقہ بالکل چائے جیسا ہوتا ہے اور اگر اس کے ساتھ اعلیٰ درجہ کی چائے کی کسی قدر شمولیت کرلی جائے تو نہ صرف یہ کہ چائے کے مضر اثرات کی اصلاح ہوجاتی ہے بلکہ ذائقہ چائے سے اتنا مماثل ہوجاتا ہے کہ ہوشیار سے ہوشیار آدمی بھی یہ نہیں کہہ سکتا کہ یہ چائے نہیں ہے۔ چائے کی شمولیت کے بعد تو کون اسے چائے نہ کہے گا جبکہ چائے کی شمولیت کے بغیر بھی اسے چائے نہ کہنا دشوار ہے۔ گورکھ پان سے تیار کردہ چائے رنگ اور ذائقہ میں دیسی یا ولائتی چائے سے کچھ فرق نہیں رکھتی۔ ہاں ایک نئی چیز ہونے کی وجہ سے استعمال کرنے والوں کو اس کا شبہ ہونا اور غالباً چند روز ہوتے رہنا ممکن ہے کہ اس کا ذائقہ چائے سے کچھ ملتا تو ہے مگر بالکل چائے جیسا نہیں۔

ترکیب: گورکھ پان کو تیز گرم پانی میں ڈال کر چند منٹ تک چائے کی طرح ڈھانپ کر رکھا جائے تو اس طریقہ سے جو چائے تیار ہوتی ہے اس کا رنگ بہت ہلکا ہوتا ہے اور ذائقہ بھی اچھا نہیں ہوتا۔ اس لیے گورکھ پان سے چائے تیار کیلئے گورکھ پان کو ابلتے ہوئے پانی میں (باقی صفحہ نمبر 40 پر)

مجالس مجذوبی

آج کے مادی دور میں بھی اعمال سے اپنے کام بنانے والے ہمارے درمیان موجود ہیں انہی لوگوں کے سچے واقعات

جنات پیسے چوری کرجاتے ہیں

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں نے اپنے ماموں کے گھر ایسا واقعہ دیکھا ہے کہ جنات پیسے چوری کر کے لے جاتے ہیں، پیسے پڑے پڑے غائب ہوجاتے ہیں وہ کبھی اپنی بیوی کبھی بچوں پر شک کرتے تھے۔ انہوں نے دراز کو لاک لگا کر پیسے لاک میں رکھنا شروع کردیئے، معاشی تنگی ہوگئی انہوں نے ایک دفعہ 200 روپے 100 روپے کے دو نوٹ اخبار میں لپیٹ کر دراز میں رکھے اور سو گئے صبح اٹھ کر دیکھا تو اخبار کے اندر نوٹ جلے ہوئے تھے جبکہ اخبار بالکل ٹھیک تھا نوٹ اس طرح راکھ بنے ہوئے تھے کہ ان پر قائداعظم کی تصویر جلی ہوئی محسوس ہورہی تھی، یہ جلے ہوئے نوٹ میں نے خود دیکھے ہیں، تصویر سے تصدیق ہوتی ہے کہ یہ نوٹ ہی تھے۔ کبھی بچے دودھ یا دہی لینے جاتے تو ان کے ہاتھ سے پیسے غائب ہوجاتے، وہ اپنے پیسے ہمسایوں کے پاس رکھتے تھے، کافی زیادہ روحانی علاج وذکر الٰہی سے معاملہ ٹھیک ہوا۔

جنات اور جانی ومالی نقصانات

ایک صاحب کہنے لگے: میرے گھر سے پیسے غائب ہوجاتے تھے، دوسرے لوگوں پر شک ہوتا تھا جنات سونا اور چاندی چوری کر کے لے جاتے تھے، ملازموں اور بھتیجے پر شک ہوتا تھا۔ میرے گھر میں کل 91 جن رہتے تھے، جن میں سے 90 مسلمان ہوگئے ہیں، ان کے لیے نفل پڑھ کر دعا کرتا ہوں پونے تین سال میں 90 مسلمان ہوگئے ایک رہتا تھا، اس کیلئے بھی دعا کرتا ہوں کہ وہ بھی مسلمان ہوجائے، انہوں نے بڑا نقصان پہنچایا تھا۔ جنات نے میرے نواسے کو مار دیا اور کہا کہ ہم نے مارا ہے جو کرنا ہے کرلو۔ وہ کپڑے جلا دیتے تھے کبھی کاٹ دیتے تھے، دھمکیاں دیتے تھے کہ ہم تم سب کو مار دیں گے۔ انہوں نے ہمارے پڑوس میں لڑائی کروادی دو سگے بھائی آپس میں لڑنا شروع ہوگئے اور ایک دوسرے کو مارنے تک جانے لگے وجہ یہ تھی ایک بھائی نے دوسرے کو ہاتھ بھی نہ لگایا جبکہ دوسرا دھکا لگنے سے گرا اور دانت ٹوٹ گیا۔

مجالس مجذوبی میں بیان کیے گئے اعمال کے حیرت انگیز فوائد اب کتابی شکل ''مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات'' کے نام سے جلد اول کی صورت میں شائع ہوچکے

نظر بد کے دلچسپ و عجیب واقعات

محمد فاران ارشد بھٹی، مظفر گڑھ

احادیث مبارکہ میں آتا ہے کہ جب کسی خوبصورت چیز کو دیکھیں توماشاء اللہ لاقوۃ الا باللہ پڑھ لیں۔ نظر بد سے حفاظت ہوجاتی ہے۔ قرآن نے بھی نظر بد کا واقعہ بیان کرتے ہوئے یہی دعا بتائی ہے۔

ہمارے ہمسائے میں ایک خالہ رہتی ہیں ان کی نظر بہت زبردست ہے' وہ محلے والوں کے ہاں تشریف لے جاتیں جس چیز کو بھی دل چسپی اور حسرت وغیرہ سے دیکھتیں وہ چیز سلامت نہیں رہتی تھی' کسی برتن وغیرہ کی تعریف کردی وہ ٹوٹ کر ہی رہتا...... بعد میں لوگوں کو پتہ چل گیا تھا ان کے آنے پر چیزوں کو اکثر چھپا لیا جاتا' کسی کے گھر جاکر ننھے بچے کو کلکاریاں مارکر ہنستے دیکھتیں تو کہتیں اچھا ننھا کا کا کھیل رہا ہے اور ہنس رہا ہے۔بس جیسے ہی وہ پیٹھ پھیرتیں ننھے کاکے نے وہ رونے کی دھمال ڈالنی شروع کی کہ اللہ امان......! یہ نظر لگانا ان کا اختیاری فعل نہیں تھا ان کی آنکھوں میں قدرت کی طرف نیگیٹو شعاعیں فٹ تھیں یہ اپنے بس کی بات نہیں ہوتی اب بھی وہ جہاں بھی چلی جائیں کسی دلہن وغیرہ کو دیکھ لیں پھر دلہن کے سر میں درد اسے جمائیاں آنی شروع ہوجائیں گی۔اب سب کو ان کی اس ''صفت'' کا پتہ چل گیا ہے ان کے آنے سے پہلے ہی آیۃ الکرسی چاروں قل پڑھ لیے جاتے ہیں۔

اسی خالہ کا ایک دس سالہ بیٹا ایک ہمسائی کے گھر کھیلنے گیا وہ صحن میں سالن روٹی پکا رہی تھیں کوفتوں کیلئے قیمہ کوٹ رہی تھیں پھر انہوں نے قیمے میں مصالحہ جات ڈالے اور کوفتے بنانے شروع کیے اب وہ لڑکا کھیل چھوڑ چھاڑ کر کوفتوں کو بنتا ہوا دیکھنے لگا کوفتوں کو جب دیگچی میں ڈال دیا گیا پھر بھی وہ وہیں رہا اور خالہ ہمسائی کو چمچ ہلاتے ہوئے دیکھتا رہا کافی دیر کے بعد وہ گھر چلا گیا۔کوفتے جب پک کر تیار ہوئے تو اس میں عجیب سی کچے قیمے کی بو سی اٹھتی ہوئی محسوس ہوئی کوفتوں کا شوربہ ایسا پتلا' کالا اور بدذائقہ تھا کہ کسی گھر والے نے منہ نہ لگایا حالانکہ وہ خالہ مزیدار کھانے پکانے میں اپنا ثانی نہیں رکھتیں اور کوفتے بھی انہوں نے اپنے سابقہ طریقے پر ہی پکائے تھے جب کوفتے یا کوئی بھی سالن وہ پکاتیں گھر والے انگلیاں چاٹتے رہ جاتے لیکن اس دن اتنے برے کوفتے بنے کسی نے بھی نہ کھائے' کوفتوں کا ٹیسٹ تو خراب تھا ہی شوربا ایسا کالا بدبودار کہ زبان پر نہ رکھا جائے۔آخر انہوں نے سارے کوفتے اپنی بلی صاحبہ کو لنچ کرنے کیلئے دیدیا۔

ایسے ہی ایک زمیندار اللہ رکھا تھے ان کی نظر بھی قیامت کی نظر تھی' تمام ملنے جلنے والوں اور برادری کنبہ کو ان کی اس خوبی کا ادراک تھا ایک دفعہ ان کے بیٹے ایک نیا تگڑا سا اور خوبصورت تندرست بیل لے کر آئے اسے کنوئیں پر جوت دیا جیسے ہی اللہ رکھا کو نئے بیل کا پتہ چلا تو انہیں بھی دیکھنے کا شوق ہوا اور وہ کشاں کشاں کنوئیں پر تشریف لے گئے جیسے ہی ان کی نظر بیل پر پڑی ان کی آنکھیں پھٹی کی پھٹی رہ گئیں کیونکہ بیل انتہائی خوبصورت اور صحت مند تھا کہنے لگے واہ واہ! بیل تو میرے بیٹوں نے اصیل لیا ہے مجھے یقین ہے آس پاس کے زمینداروں میں کسی کے پاس بھی ایسا بیل نہیں ہوگا۔بیٹے پریشان ہوگئے۔ابوجان کی نظر تو پتھر پھاڑ مشہور ہے' خدا خیر کرے جیسے ہی اللہ رکھا صاحب بیل کی قصیدہ خوانی کرکے گھر کی طرف مڑے تو پیچھے ایک زوردار دھما کہ ہوا سب نے مڑکر دیکھا تو بیل زمین پر گرا ہوا تڑپ رہا تھا بھاگ کر بیل کے منہ میں پانی ڈالنے کی کوشش کی گئی اس کے سر پر پانی ڈالا کسی کو گھر دوڑایا کہ چھری لے آئے پتہ چل گیا کہ بیل بچتا تو نہیں ہے کم از کم حلال تو ہوجائے لیکن چھری آنے سے پہلے ہی بیل صاحب اللہ کو پیارے ہوگئے۔ہزاروں کا نقصان ہوگیا۔

دنبے کا کیا بنا؟ یہی اللہ رکھا صاحب ایک دفعہ اپنی بہن کے گھر تشریف لے گئے بہن کے گھر ایک پلا پلایا دنبہ دیکھا۔کہنے لگے بہن دنبہ تو بہت غضب کا ہے کس کا ہے؟ بہن نے کہا آپ کی بھانجی نے چھوٹا سا لیکر پالا ہے اب ماشاء اللہ جوان ہوچکا ہے۔ماموں صاحب تو گوہر افشانی کرکے چلے گئے تھوڑی دیر بعد دیکھا کہ دنبہ زمین پر سر ڈال کر پڑا ہوا ہے اور مینگنوں کی بجائے پتلی گوبر کرنے لگا' دیسی ٹوٹکے آزمائے سیانوں نے دنبہ دیکھا لیکن بے سود۔ایک ہفتے میں سوکھ کر آدھا رہ گیا' آدھی قیمت پر بیچ کر جان چھڑائی کہ پورا جانے سے آدھا جانا بہتر ہے۔

انہی اللہ رکھا صاحب کا ایک اور نظر کا کارنامہ سنیے ایک دن وہ اپنے صحن میں لیٹے ہوئے تھے اور پر آسمان پر جیسے ہی ان کی نگاہ گئی بولے دیکھو ذرا یہ چیل کتنا اونچا اڑ رہی ہے ایسے لگتا ہے کہ آسمان کو چھو رہی ہے سب ان کی طرف متوجہ کرنے پر چیل کو دیکھنے لگ گئے لیکن کیا ہوا؟ اچانک چیل نے ڈگمگانا شروع کردیا اور تھوڑی دیر بعد چیل صحن میں گری ہوئی آخری سانسیں لے رہی تھی سب گھر والے دم بخود یہ ماجرا دیکھ رہے تھے۔

یرقان کا شافی علاج

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں یرقان کے سلسلے میں ایک نسخہ بھیج رہی ہوں جو کہ بہت آزمودہ ہے۔میرے والد صاحب لیبارٹری ٹیکنیشن ہیں اور یہ نسخہ ان کو ایک بزرگ نے دیا جو لوگ ان کی لیبارٹری میں ٹیسٹ کروانے آتے ہیں اگر ان کو یرقان ہو تو یہ نسخہ لوگوں کو فی سبیل اللہ دیتے ہیں۔خلق خدا کی بھلائی کیلئے یہ نسخہ حاضر خدمت ہے۔ اعتماد سے استعمال کریں اور دعائیں دیں۔

سفید زیرہ' کالا زیرہ' ہریڑے' آملہ' سبز ہریڑ' تربد' سونڈ' سیماک تمام ہموزن یا تقریباً ایک تولہ لے لیں۔' انار دانہ 6 تولے۔تمام باریک پیس کر پھکی بنالیں۔روزانہ صبح نہار منہ ایک کھانے کا چمچ پانی کے ساتھ پھکی کھائیں۔ایک دو گھنٹے بعد ناشتہ کریں۔ (قاریہ عبقری)

مؤلف کا تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں

(1) الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔(2) ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔(ادارہ)

(3) حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں' قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہورہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

چڑیا گھر کا شیر میرا دیوانہ ہوگیا

کہ وہ آیت یا وہ لفظ یا وہ ورد اگر میں آپ کو بتادوں کہ اس کا فوری اثر ہے' اس کا اثر تو میں نے یہ بھی دیکھا کہ بہت پرانی بات ہے کہ ایک دفعہ جب میں ابھی بچہ تھا یعنی نوعمر تھا تو ایک چڑیا گھر میں گیا' وہاں شیر کے پنجر کے پاس گیا جہاں ایک شیر بیٹھا ہوا تھا' میرے دل میں آیا کہ اس شیر میں میری محبت پیدا ہوسکتی ہے' میں نے وہ پڑھا اور پڑھ کے شیر کے پنجرے کے اندر اپنا پورا بازو ڈال دیا' شیر اپنے پنجر کے دوسرے حصے سے دوڑتا ہوا آیا اور میرے بازو کو اپنی زبان سے چاٹنا شروع کردیا' وہاں اور بھی لوگ تھے جو چڑیا گھر دیکھنے آئے تھے' ان میں چیخ و پکار شروع ہوگئی' میں وہ ورد پڑھ رہا تھا اور شیر کے سر پر ہاتھ پھیر رہا تھا اس کے سر کے بال میرے ہاتھوں کے نیچے تھے اور وہ پلٹ پلٹ کر میرا ہاتھ چاٹتا' اپنا منہ پھیرتا' میرے ہاتھوں پر اپنی آنکھیں پھیرتا' اس کی دم ہل رہی تھی' اس کا جسم محبت میں تھرتھرا رہا تھا۔

میں نے کہا اے خالق کائنات! تو نے اپنے ان کائنات کے پوشیدہ رازوں میں ایسی قوت رکھی ہے کہ یہ انسان کو چیرنے اور پھاڑنے والا جانور پل میں دوست کیسے بن جاتا ہے' دوست نہیں بلکہ غلام بن جاتا ہے اور ایسا غلام بن جاتا ہے جو اس کو شاید کوئی سوچنے پر بھی نہ مانے لیکن دیکھنے والوں نے دیکھا۔ تقریباً دس پندرہ منٹ سے زیادہ میں اس کے ساتھ رہا' اتنی ہی دیر میں شیرنی آگئی اب شیر کی کوشش ہو کہ وہ میرا ہاتھ چاٹے' شیرنی کی کوشش ہو کہ وہ میرا ہاتھ چومے' تو میں نے دوسرا ہاتھ بھی پنجرے کی سلاخوں کے اندر ڈال دیا' شیرنی نے دوسرا ہاتھ چومنا اور چاٹنا شروع کردیا' حتیٰ کہ اس نے میرا ہاتھ اپنے منہ میں لیا اور نرم نرم ہونٹوں کے ساتھ زبان میں لینا شروع کیا کہ میرا ہاتھ اس کے لعاب سے بھر گیا' میں ان سے محبت کرتا رہا پڑھتا رہا' اس کے بعد میں نے دونوں ہاتھ باہر نکالنے کی کوشش کی تو شیرنی نے میرا ہاتھ اپنے ہونٹوں سے اور ہلکے ہلکے دانتوں سے پکڑ لیا' جس سے مجھے تکلیف نہیں پہنچی اور یہ اس بات کی علامت تھی کہ آپ ہمیں چھوڑ کر کیوں جارہے ہیں؟ لیکن میں نے ان سے کہا نہیں مجھے جانا ہے آپ چھوڑ دیں اور میں نے آہستگی سے ان کے منہ سے اور پنجرے سے ہاتھ نکال لیے اس کے بعد وہ ہاتھ میں نے دھولیے۔ میں نے ان دونوں شیروں کو دیکھا ان کا بس نہیں چلتا تھا کہ وہ پنجرے کی سلاخوں کو توڑ دیں اور آکر میرے جسم سے لپٹ جائیں اور میرے پاؤں چاٹنا شروع کردیں وہ دیوانگی کے انداز میں اور پاگل پن کے انداز میں پنجرے کے اندر چکر کاٹ رہے تھے جب میں ذرا دور ہوا تو میں نے ان کی آنکھوں میں تیرتے ہوئے آنسو دیکھے کہ خود ان کے آنسوؤں سے میرے بھی آنسو آگئے۔ وہ محبت کے آنسو وہ جدائی کے آنسو وہ دلفریبی کے آنسو تھے جو آنسو ان کی آنکھوں میں میں نے خود دیکھے۔ مجھے احساس ہوا کہ اللہ کے نام میں محبت ہے اللہ کے کلام میں محبت ہے' دلوں کی نفرت' دلوں کا بغض' وحشیانہ پن' خونخواری اللہ چاہے تو ختم کردے اللہ نہ چاہے تو ختم نہ کرے۔

ایسی چیز ہرگز نہیں دونگا

قارئین! میری زندگی اللہ کے کلام کے کمالات اور مشاہدات سے بھری ہوئی ہے بس آپ کو کبھی کبھی جب بیٹھتا ہوں باتیں بتاتا چلا جاتا ہوں تو بات میں سے بات نکلتی چلی جاتی ہے اور باتوں میں سے بھی بات نکلتی ہے تو اس میں سے انوکھے واقعات میرے منہ سے نکلتے چلے جاتے ہیں۔ یہ واقعات اس لیے بتائے ہیں کہ وہ الفاظ جو جن پڑھتا تھا وہ بہت پہلے مجھے کسی دوسرے جن نے بھی بتائے تھے' اس سے بھی پہلے مجھے صحابی جن نے بھی یہ بات بتائی تھی اور اس جن نے بھی بتائی اور وہی الفاظ ہیں مختصر سے...... لیکن میں کیا کروں ان لفظوں کا اظہار نہیں کرسکتا۔ اسے میرا بغض نہ سمجھیے گا بلکہ احتیاط سمجھیے گا' احتیاط بہت ضروری ہے کیونکہ یہ زندگی احتیاطوں کے ساتھ گزاری جائے تو اس میں خیر زیادہ ہوگی' مجھے آپ کی دلچسپی اور محبت کا احساس ہے لیکن میں ایسی چیز ہرگز نہیں دوں گا جو آپ کی دنیا و آخرت کو برباد کردے یا وہ چیز کسی کی عزت یا عصمت کے نقصان کا ذریعہ بنے یا کسی کا گھر اجاڑنے کا ذریعہ بنے بس آپ کو میں نے جو اعمال دیئے اور جو ذکر اور تسبیحات دیں اس کی ہمیشہ سب کو اجازت دیا کرتا ہوں۔

میرے تحفے سنبھال کر رکھنا

میں نے یاقہار کے عمل دیئے' آپ کو نفل کا عمل دیا اور پھر ان آیات کا عمل دیا جن آیات میں اللہ پاک نے قسم اٹھائی ہے کہ وہ آیات مشکلات اور پریشانیوں کیلئے ایک بحر بیکراں ہے' یہ ساری چیزیں میں آپ کو تحفے دیا کرتا ہوں' آئندہ بھی تحفے دوں گا' میرے تحفے سنبھال کر رکھنا' زندگی میں نہیں نسلوں میں کام آئیں گے اور آرہے ہیں۔ لوگ شاد و آباد ہورہے ہیں مجھے عبقری کے ذریعے وہ خطوط ملتے رہتے ہیں جو لوگ لکھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہمیں اس عمل سے کیا نفع پہنچا۔

جانوروں کو اعمال کا ہدیہ۔۔۔ اور نتائج

میں نے اپنی پچھلی کئی نشستوں پہلے جانوروں کو اعمال کا ہدیہ کرنے کے بارے میں کہا تھا ایک نہیں' دو نہیں' سینکڑوں نہیں' ہزاروں بلکہ لاکھوں لوگوں نے اس عمل کو آزمایا اور ایسے ایسے انوکھے مشاہدات مجھ تک پہنچے جو میں آپ کے سامنے اگر بیان کردوں یا تو آپ مجھے دیوانہ کہیں گے' یا پھر جھوٹا کہیں گے۔ لیکن مجھے یقین ہے میرا کالم پڑھنے والوں کی اکثریت نہیں بلکہ سو فیصد ایسے لوگ ہوتے ہیں جو اسے یقین کی طاقت سے اور محبت اور پورے خلوص سے پڑھتے ہیں۔ جانوروں کو عمل کا ہدیہ دینے سے ان کے دلوں میں ایسی محبت پیدا ہوتی ہے کہ وہ آپ کیلئے دعاؤں میں لگ جاتے ہیں وہ بے زبان ہوتا ہے' وہ گناہوں سے پاک ہوتا ہے' اس لیے قیامت کے دن ان کا حساب و کتاب نہیں ہوگا اور اللہ پاک ان کو ختم فرمادیں گے' جانوروں کو مسلسل اعمال کا ہدیہ پہلی نشست میں میں نے آپ کو ایک مخصوص عمل دیا تھا لیکن آج میں کہہ رہا ہوں آپ ایک تسبیح درود شریف کی پڑھ کر ہدیہ کرسکتے ہیں' آپ تین دفعہ درود شریف پڑھ کر ہدیہ کرسکتے ہیں' آپ تین دفعہ سورۂ اخلاص ہدیہ کرسکتے ہیں' آپ تین دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر ہدیہ کرسکتے ہیں' آپ گیارہ دفعہ پہلا کلمہ طیب پڑھ کر ہدیہ کرسکتے ہیں' کرتے رہیں۔

بکری شریف ہوگئی

ایک صاحب نے بتایا ان کے گھر میں بکریاں تھیں اور ایک بکری باقی سب بکریوں کو مارتی تھی' حتیٰ کہ اس نے ایک بکری کی آنکھ میں سینگ مارا اور اس کی آنکھ ہمیشہ کیلئے ختم ہوگئی۔ یہ میری والدہ کی بکری تھی' سب بہن بھائی اس بکری کو

نہ چاہتے ہوئے بھی رکھنے پر مجبور تھے کیونکہ والدہ کی تھی، کئی دفعہ مشورہ بھی ہوا کہ اس کو بیچ دیا جائے یا ذبح کر دیا جائے لیکن کوئی بھی اس پر آمادہ نہیں ہوا۔ آخر کار ہم نے اس بکری کو اعمال کا ہدیہ کرنا شروع کر دیا کچھ ہی عرصے کے بعد اس بکری کے اندر کی وہ صفت ختم ہو گئی اور اس کے اندر شرافت، ہمدردی اور خیر خواہی کا جذبہ پیدا ہو گیا۔

بلیاں چوزوں کی حفاظت کرتی ہیں

کہنے لگے کہ ہمارے گھر میں بلیاں اور مرغیاں بھی تھیں یہ بات پہاڑی بستی کے ایک شخص نے بتائی جب سے آپ کا کالم پڑھا ہم نے بلیوں کو اعمال کا ہدیہ کرنا شروع کر دیا اور مسلسل کرتے رہے اور اب یہ عالم ہے کہ وہ بلیاں مرغیوں کی، چوزوں کی اور انڈوں کی حفاظت کرتی ہیں۔ ہم بلیوں کو روٹی کے ٹکڑے ڈال دیتے ہیں وہ روٹی کھا کر اپنا گزارا کر لیتی ہیں، وہ مرغیوں کو اور مرغی کے بچوں کو کوئی نقصان نہیں پہنچاتیں اور ہمارا گھر اب پرسکون ہو گیا ہے۔ حتیٰ کہ ایک رات ایسا ہوا کہ گیدڑ مرغیاں پکڑنے کیلئے رات کو آئے تو بلیوں نے گیدڑوں کا مقابلہ کیا دو تین بلیاں زخمی بھی ہوئیں ایک بلی کا کان بھی گیدڑ نے چبا ڈالا لیکن بلیوں نے گیدڑوں کو مرغیوں تک نہیں پہنچنے دیا، ہم مسلسل اپنی بلیوں کو اعمال کا ہدیہ کرتے رہتے ہیں اور بلیاں ہم سے زیادہ مانوس ہو گئی ہیں اب جگہ جگہ پاخانہ نہیں کرتیں، ہمارے دودھ میں منہ نہیں ڈالتیں، پانی کے برتنوں میں منہ نہیں ڈالتیں بلکہ دور بیٹھ کر میاؤں میاؤں کرتی رہتی ہیں یعنی اس بات کا اظہار کرتی ہیں کہ آپ ہمیں جتنی قیمتی چیزیں دے رہے ہیں آخر ہم کیوں آپ کا نقصان کریں۔ ہم آپ کا نفع چاہیں گے اعمال کا ہدیہ جانوروں کیلئے ان کے نقصان سے بچنے کیلئے بہت فائدہ مند ہے

بیل نے ضد چھوڑ دی

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں ان پڑھ آدمی ہوں میرا ایک بیل ہے، روزانہ مزدوری کیلئے اس کو ریڑھے میں جود کر لیجاتا ہوں بعض اوقات بیل ضد کرتا ہے، چلتا نہیں اور رک جاتا ہے یا بعض اوقات جان بوجھ کر ایسی جگہ ریڑھی کو مار دے گا کہ جہاں ریڑھی کا نقصان ہو جائے۔

بتانے لگے مجھے پڑوس کی خاتون نے کہا کہ چاچا اس بیل کو اعمال کا ہدیہ کر مجھے تو صرف کلمہ آتا تھا میں سارا دن کلمہ پڑھ پڑھ کر بیل کے دل کا تصور کر کے پھونکتا رہتا تھا اور دل میں خیال کرتا تھا کہ اے میرے ساتھی بیل! تجھے میں کلمہ تحفہ دیتا ہوں بس یہ تصور کرتا رہتا تھا۔ کہنے لگے کہ اس تحفے کے بعد یہ ہوا کہ اس بیل کے مزاج میں تبدیلیاں آنا شروع ہو گئیں پہلے وہ لوگوں کو مارتا تھا اس نے مارنا چھوڑ دیا، پہلے وہ ضد کرتا تھا وہ ضد اس نے ختم کر دی اور پہلے وہ اپنی مرضی کے مطابق چلتا تھا، دائیں بائیں ریڑھی سے نقصان کرتا تھا اب نہیں کرتا بلکہ اس کے اندر میں نے بہت سی خوبیاں پائی شروع کر دی ہیں اب وہ اپنے دوسرے اور جانوروں کے ساتھ جو چھوٹے جانور اور ایک گائے میں نے گھر رکھی ہوئی ہے ان سب کے ساتھ مل جل کر رہتا ہے اس سے پہلے سب کو مارتا تھا اکثر کھرلی میں اکیلا کھاتا تھا کسی کو کھانے نہیں دیتا تھا اب صرف اپنے آگے سے کھاتا ہے۔ اس کی اطاعت، اس کی فرمانبرداری اس کی نرم مزاجی سے میں حیران ہوں...... وہ چاچا کہنے لگا کہ اب تو میں ساری زندگی اس بیل کو اپنے ساتھ رکھوں تو کوئی مشقت نہیں۔ یہ بیل میری مان مان کر چلتا ہے اور چاچے نے مزید کہا کہ جب سے میں نے کلمہ پڑھنا شروع کیا ہے، میرے رزق میں برکت ہے اور غیب سے گاہک ملتے ہیں، تھوڑا وقت مزدوری میں لگاتا ہوں اور زیادہ رزق مل جاتا ہے پہلے سارا دن تھکتا تھا اور روٹی نہیں پوری ہوتی تھی اب گھر میں رزق کی فراوانی ہے گھر میں عیش و برکت ہے۔ ایک نہیں جانوروں کو ہدیہ کرنے کے ہزاروں واقعات میرے سامنے ہیں جو آپ کو سناتا چلا جاؤں اور آپ کے رونگٹے کھڑے ہوتے چلے جائیں۔

قبرستان میں بیتی زندگی کے انوکھے واقعات

قارئین! آج آپ کو قبروں اور قبرستان میں بیتی زندگی کے وہ انوکھے واقعات سناؤں مجھے یقین ہے بلکہ سو فیصد یقین ہے کہ میری باتیں بعض لوگوں کیلئے ایک من گھڑت قصے کہانیوں سے بھر کر نہیں ہوں گی یا پھر اتنا کہ شاید ایسا ہوتا ہو گا...... یا وہ لوگ جو مجھ پر کچھ اعتماد کرتے ہیں تو وہ کہتے ہوں گے ہاں دنیا میں ایسے لوگ بھی ہوتے ہیں جن کے ساتھ یہ واقعات بیتتے ہیں۔

یقین کی دنیا کو پانے والے بہت کم لوگ ہیں جو یہ مانتے ہوں گے کہ نہیں یہ حقیقت ہے......!!! اور علامہ لاہوتی پراسراری حقائق ہی کو بیان کرتے ہیں یہ سمجھ بہت کم لوگوں کو ہے۔ ایک بات کا تجربہ میرا ابھی ہے جس کو یہ بات سمجھ آ گئی وہ کائنات کے بہت حیرت انگیز اسرار پا جاتا ہیں جب سے یہ سلسلہ شروع ہوا ہے مجھے عبقری کے ذریعے بے شمار خطوط مشاہدات، واقعات ملتے رہتے ہیں کہ کتنے لوگوں نے میرے کالم کو پڑھ کر ایسے ایسے حیرت انگیز مسائل سے چھٹکارا پایا ہے کہ جس کی الجھنیں ان کی نسلوں کو تار تار کر چکی تھیں اور نسلیں مایوس ہو چکی تھیں کہ یہ مشکلات اور مسائل اب کبھی ہم سے جا نہیں سکتے ہم تو مر سکتے ہیں یہ مسائل کبھی نہیں مر سکتے۔ میں مطمئن ہوں کہ قارئین تک جو چیزیں پہنچا رہا ہوں وہ صرف قصے کہانیاں انوکھی باتیں انہونے قصے یا من گھڑت افسانے نہیں ہیں بلکہ قدرت کے وہ سربستہ راز ہیں جو اللہ پاک جل شانہٗ جس پر چاہے کھول دے اور جس پر چاہے بند کر دے۔ میں نے اس کبھی اپنا کمال نہیں سمجھا اسے محض اپنے رب کا کمال سمجھا ہے اور رب کی عطا سمجھی ہے کہ یہ کمالات میرے اللہ نے مجھ پر کھولے میں نے اپنے آپ کو کبھی اس کا اہل نہیں سمجھا۔

قبرستان صرف مٹی کے ڈھیروں کا نام نہیں بلکہ روحوں اور جنات کے گہرے مسکن کا نام ہے۔ وہاں روحوں کا بھی ڈیرہ ہے اور جنات کا بھی مسکن ہوتا ہے۔ جنات......! قبرستانوں میں بہت رہتے ہیں یہ صرف قبرستانوں میں نہیں بلکہ ہر جگہ، ہر درخت، ہر پانی کی جگہ، ہر خشکی کی جگہ ہر آباد گھر، ہر ویران گھر، ہر جگہ رہتے ہیں، نیک بھی ہوتے ہیں بد بھی ہوتے ہیں، سخی بھی ہوتے ہیں بخیل بھی ہوتے ہیں، رحم دل بھی ہوتے ہیں اور ظالم بھی۔ چونکہ میرا واسطہ سالہا سال سے اولیاء جنات کے ساتھ ہے اور صحابہ جنات کے ساتھ ہے۔ صحابہ جنات کی ملاقات کے بعد میں نے تابعی اور تبع تابعی جنات سے بھی بہت ملاقاتیں کی ہیں اور اس واسطے نے مجھے جنات کی زندگی پر بہت گہرا مطالعہ کرنے کا موقع دیا ہے اور میں جنات کی زندگی کے بہت قریب گیا ہوں۔ اس سے پہلے مجھے خبر نہیں تھی کہ جنات کی خوراک کیا ہے؟ اس سے پہلے مجھے معلوم نہیں تھا کہ جنات رہتے کہاں ہیں؟ جنات میں تولید اور ازدواجی تعلقات کیا اور کیسے ہوتے ہیں؟ یہ باتیں اس وقت کھلیں جب انسانوں کی جنات کے ساتھ شادیاں یعنی انسان مرد اور جنی عورت کی شادی پھر ان کی اولادیں۔۔۔۔یوں واقعات تہہ در تہہ مجھ پر کھلنے لگے۔

ایک دفعہ مجھے صحابی بابا نے گیارہ دن کا سورۂ مزمل کا ایک چلہ قبرستان میں کرایا تھا۔ سردی کی کہر آلود راتیں تھیں میں نے قبرستان کے ویرانے میں دو کفن نما چادریں پہنیں اور اوپر ایک موٹا کمبل اوڑھے ایک قبر کے سرہانے بیٹھا ہوا تھا۔ بہت بوسیدہ پرانی قبر اور قبرستان کا وہ کونہ جہاں شاید ہفتوں بھی کسی انسان کا گزر نہ ہو، ہاں کتے، نیولے، گوہ، سانپ، بچھو اور جنگلی جانور عام ہوتے ہیں۔ (جاری ہے)

بھینسوں کی عقلمندی کے انوکھے واقعات

صبیحہ، لاہور

اگر کبھی غلطی سے صوبو سونی کی جگہ کھڑی ہوجائے تو سونی آتے ہی سینگوں کی مدد سے اسے اپنے بورڈ سے پرے دھکیل دے گی اور خود صحیح مقام پر کھڑی ہوجائے گی۔ عقب میں کھڑا ہوا گوالہ صوبو صوبو کی آواز لگائے گا اور صوبو صاحبہ فوراً اپنی غلطی کو محسوس کرکے اپنے تھان کی تلاش شروع کردیں گی

بھینس کی بیوقوفی برصغیر میں ضرب المثل کی حیثیت رکھتی ہے۔ آپ نے بھینسوں کو نہایت بے ڈھب طریقے سے سڑکوں پر آوارہ خرامی کرتے دیکھا ہوگا۔ ایسی بھینسیں یقیناً احمق اور بے عقل ہوتی ہیں لیکن چند غیر تربیت یافتہ اور کندہ ناتراش ارکان کی وجہ سے ایک پوری نسل پر بے وقوفی کا فتویٰ کہاں کا انصاف ہے۔

اس سلسلے میں ''قسمت'' نامی بھینس کا واقعہ خالی از دلچسپی نہ ہوگا۔ ایک فارم کے گوالے نے سنایا اس گوالے کو حمدیہ کلام پڑھنے کی عادت تھی۔ دوسرے کاموں کے علاوہ دودھ دوہتے ہوئے بھی کلام پڑھنے کا عمل جاری رہتا۔ گوالا بظاہر تو اپنی روح کی تسکین کیلئے پڑھتا کرتا تھا لیکن وہ اس حقیقت سے بے خبر تھا کہ اس کے کلام کسی اور کے دل میں بھی اپنا جادو جگا چکے ہیں۔ ایک دن یہ گوالہ کسی گھریلو پریشانی میں مبتلا تھا۔ موڈ کافی خراب ہونے کی وجہ سے وہ اپنا معمول برقرار نہ رکھ سکا اور خاموشی سے ''قسمت'' کا دودھ دوہنے لگا۔ ابھی اس نے چند دھاریں نکالی تھیں کہ بھینس نے بالٹی پر ایک زوردار لات رسید کی اور اسے الٹا دیا۔ گوالہ بھینس کی اس غیرمعمولی حرکت پر سخت حیران ہوا۔ بالٹی سیدھی کی قسمت کو چمکارا، پیار کیا اور دوبارہ دودھ دوہنا شروع کیا لیکن بھینس سخت بپھری ہوئی تھی اس نے بڑی مشکل سے چند پاؤ دودھ دیا۔ گوالہ اسے چھوڑ کر چلا گیا گھنٹے ڈیڑھ گھنٹے بعد جب وہ دوبارہ شیڈ میں آیا تو اس کا موڈ بحال ہوچکا تھا اور غیرارادی طور پر حمدیہ کلام پڑھتا ہوا آیا۔ معمول کے مطابق بالٹی اٹھائی اور بھینس کو دوہنا شروع کردیا۔ اس مرتبہ بھینس بے چون وچرا کھڑی رہی اور پورا دودھ دیا۔ گوالے نے بعد میں قسمت کے طرزعمل پر غور کیا تو حمدیہ کلام کے علاوہ اور کوئی وجہ سمجھ نہ آئی۔ اگلے دو روز کے تجربات نے یہ ثابت کردیا کہ قسمت صاحبہ حمدیہ کلام سے اس قدر مانوس ہوچکی ہیں کہ اب اس کے بغیر دودھ دینا گوارا نہیں کرتیں۔ اس گوالے کے ایام رخصت میں کسی ایسے شخص کا بندوبست کرنا پڑتا تھا جو دودھ نکالنے کے ساتھ ساتھ حمدیہ کلام پڑھنا بھی جانتا ہو۔

فارموں میں عام طور پر بھینسوں کی شناخت اور ریکارڈ رکھنے کے لیے ان کے مختلف نام رکھ دیے جاتے ہیں۔ مثلاً صوبو، مصری، دیو، نیلو، اندرا، جیکولین، چاندی، چکرم، سنگو، سونی، سنتوش اور دلجیت وغیرہ۔۔۔ ہر بھینس کے سامنے دیوار پر اس کے نام کا بورڈ آویزاں ہوتا ہے جس پر بھینس کے بارے میں مختلف تفاصیل درج ہوتی ہیں۔ مثلاً اندرا کتنے بچے دے چکی ہے، کتنا دودھ دے چکی ہے، آج کل کتنا دودھ دے رہی ہے۔ آخری بچہ جننے کی تاریخ اور گابھن ہونے کے بارے میں تازہ ترین تفصیلات۔۔۔۔۔

ایک شیڈ میں تقریباً سو جانور بندھتے ہیں اور اتنے ہی بورڈ آویزاں ہوتے ہیں۔ سو بھینسوں کو نہلانے کے بعد جب شیڈ میں داخل کیا جاتا ہے تو بھینس نہایت سلیقے اور نظم کے ساتھ خود بخود اپنے اپنے نام کے سامنے کھڑی ہوجاتی ہیں تاکہ گوالے انہیں باندھ سکیں۔ اگر کبھی غلطی سے صوبو سونی کی جگہ کھڑی ہوجائے تو سونی آتے ہی سینگوں کی مدد سے اسے اپنے بورڈ سے پرے دھکیل دے گی اور خود صحیح مقام پر کھڑی ہوجائے گی۔ عقب میں کھڑا ہوا گوالہ صوبو صوبو کی آواز لگائے گا اور صوبو صاحبہ فوراً اپنی غلطی کو محسوس کرکے اپنے تھان کی تلاش شروع کردیں گی اور آخر کار گوالے کی تھوڑی سی رہنمائی سے اپنا نام تلاش کرلیں گی۔

بیمار بھینس ہسپتال دیکھ کر تندرست: بیمار بھینسوں کو جب ہسپتال کی طرف لایا جاتا ہے تو ہسپتال کا پھاٹک دیکھتے ہی ان کے چھکے چھوٹ جاتے ہیں۔ وہ اپنی بیماری بھول کر صحت مند اور ہشاش بشاش نظر آنے کی کوشش کرتی ہیں اور پھاٹک سے یوں کترا کر دوسری طرف نکل جاتی ہیں، جیسے وہاں دروازے کے بجائے دیوار کھڑی ہو۔ صرف ڈنڈے کا استعمال ہی انہیں ہسپتال میں داخلے پر رضامند کرسکتا ہے۔ وہ ہسپتال میں نہایت بددلی اور سست گامی سے چلتی ہوئی آتی ہیں۔ گوالہ ذرا لاپرواہ نظر آئے تو بڑی پھرتی سے اسے غچہ دے کر نکل بھاگنے کی کوشش کرتی ہیں۔

(بقیہ: گورکھ پان کی چائے اور اس کے فوائد)

ڈال کر اسے 5،7 منٹ تک ابلنے دیا جائے تو اس کا رنگ اس قدر سرخ ہوجاتا ہے کہ سیاہی کی جھلک دینے لگتا ہے۔ 5،7 منٹ تک ابلی ہوئی گورکھ کی چائے کا ذائقہ اتنی دیر ابلی ہوئی چائے کے ذائقے کی طرح تلخی مائل نہیں ہوتا۔ چائے کی ایک پیالی کیلئے ایک ماشہ سے دو ماشہ تک گورکھ پان کی پتیوں اور پھولوں کا سفوف کافی ہے۔ گورکھ پان کا مزاج سرد خشک ہے اس لیے اس کی خشکی رفع کرنے کیلئے اس میں دودھ کی ملاوٹ کرلی جائے مگر اس کی خشکی چائے کی خشکی سے بدرجہا کم ہوتی ہے اور سردی کی اصلاح کیلئے دارچینی لونگ بڑی الائچی وغیرہ سے تیار ہونے والی چائے کے مصالحہ کی شمولیت کرلی جائے مگر موسم گرما میں اس مصالحہ کی شمولیت نہ کی جائے تو بہتر ہے۔ **برگد کی چائے:** تازہ ڈاڑھی برگد، برگد کی تازہ نرم کونپلوں اور پتوں کو موسم پر اکٹھا کرکے کوٹ پیس کر ڈبوں میں بھر کر بطور چائے پینا سالن سے کم نہیں۔ اعلیٰ درجہ کی ممسک، مقوی، دافع جریان احتلام، سرعت اور مولد خون ہے۔ کم از کم 10 منٹ تک اگر ابالیں تو دودھ ملانے سے بھی چائے جیسا رنگ ہوتا ہے۔ نزلہ وزکام کو بھی فائدہ کرتی ہے۔

وقت کی پکار

عبدالغفور نقشبندی، بنوں

ایسا نہ ہو کہ زندگی برباد ہوجائے، وقت برباد ہوجائے تو دنیا کی کوئی طاقت تیری ان گزری ہوئی گھڑیوں کو واپس نہیں لاسکتی

اللہ تعالیٰ قرآن پاک میں فرماتے ہیں کہ اگر کبھی تم تنہائی میں بیٹھ کر سوچو کہ تمہارے رب نے تمہیں کیا کچھ دیا ہے اگر تم شمار کرنا چاہو تو اللہ کی نعمتیں گن نہیں سکتے۔ انہی میں سے ایک نعمت وقت بھی ہے۔ اس کے علاوہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں عدم سے انسان بنایا اور حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا امتی بنایا اور وقت جیسی نعمت عطا فرمائی۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں انسان ظالم اور ناشکرا ہے اپنے محسن کو بھول جاتا ہے۔ وقت ایک ایسا پرندہ ہے جو ایک مرتبہ اڑ جائے تو واپس نہیں آسکتا۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں مہلت دی ہے اس سے فائدہ اٹھانا ہے۔ زندگی میں ہر چیز کا ازالہ ہوجاتا ہے، امتحان میں فیل ہوجائے تو دوبارہ امتحان دیکر پاس ہوسکتا ہے اگر وقت کو اخبار پڑھنے، ٹی وی دیکھنے، کرکٹ میچ دیکھنے، کیرم بورڈ اور تاش کھیلنے یا ناول پڑھنے پر ضائع کردے تو یہ وقت کبھی واپس نہیں آسکتا۔ کسی کو احساس تک نہیں ہوتا کہ زندگی کا بڑا سرمایہ ہاتھ سے نکل گیا اللہ تعالیٰ نے وقت کی عظمت کو دل میں بٹھانے کیلئے صبح وشام سورج، چاند، ستارے حتیٰ کہ عصر کی قسم کھا کر کہا کہ انسان خسارے میں ہے۔ وقت اتنی تیزی سے گزر رہا ہے کہ احساس نہیں ہوا اور سال ختم ہوگیا۔

لوگ کہتے ہیں کہ میرا بچہ چار سال کا ہوگیا، چار کا نہیں ہوا بلکہ چار سال اس کی عمر کم ہوگئی ہے۔ محاورہ ہے کہ مرتے مرتے بچا، میں کہتا ہوں کہ موت آئی کب تھی؟ موت جب آجائے تو کوئی نہیں بچ سکتا۔ ایک دن ایسا آئیگا کہ بچتے بچتے مرجائیں گے، تمام منصوبے دھرے کے دھرے رہ جائیں گے۔ دل میں حسرت ہوگی کہ کار خریدنی ہے، کوٹھی بنانی ہے اور کارخانہ لگانا ہے۔ مگر سب کچھ ادھورا چھوڑ کر جانا پڑے گا۔ اس کے علاوہ اگر کچھ اچھے اعمال پاس ہوئے تو ٹھیک ورنہ شرمندگی ہی شرمندگی......... جیسا کہ میاں محمد بخش صاحب رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:۔

بلبل سی اک باغ اندر گھونسلا پئی بنادی
اجے نہ چڑھیا نور محمد تے اڈ گئی کرلاندی

ایسا نہ ہو کہ زندگی برباد ہوجائے، وقت برباد ہوجائے تو دنیا کی کوئی طاقت تیری ان گزری ہوئی گھڑیوں کو واپس نہیں لاسکتی۔ بھائیو! اس موقع کو غنیمت سمجھو اور وقت کی قدر کرو۔

جوڑوں کا درد اور بہترین خاتمہ

ڈاکٹر سائرہ حسن‘ اسلام آباد

اکثر لوگ وقت پر کھانا نہ کھانے کی وجہ سے بھی صحت کے کئی مسائل کا شکار ہوجاتے ہیں۔ بوسٹن یونیورسٹی میں کی گئی ایک تحقیق کے مطابق السر، بھوک کا نہ لگنا، بدہضمی، جسم میں درد اور معدے کے دیگر کئی مسائل کا تعلق وقت پر کھانا نہ کھانے سے دیکھا گیا ہے

ہر شخص جانتا ہے کہ صحت اللہ کی سب سے بڑی نعمت ہے لیکن اس نعمت کی قدر کرنے کے بارے میں ہم میں سے بہت سارے لوگ غفلت کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ ہمیں اپنی صحت کے بارے میں جس قدر حساس ہونا چاہیے وہ ہمارے رویوں سے نظر نہیں آتا۔ حالانکہ آپ جب کبھی بیمار پڑے ہوں تو آپ کو اندازہ ہوا ہوگا کہ بیماری میں سب کچھ بے معنی سا لگنے لگتا ہے۔ کوئی چیز دل کو اچھی نہیں لگتی۔ آدمی دوسروں سے تو کیا خود سے بیزار ہونے لگتا ہے۔ اس کا مطلب سوائے اس کے اور کیا ہوسکتا ہے کہ ہماری زندگی کی ساری دلچسپیاں‘ ساری رعنائیاں اور زندگی کی ساری خوشیاں ہماری صحت ہی کے دم سے قائم ہوتی ہیں پھر بھی اگر ہم اپنی صحت کا خیال نہیں کرتے تو یقیناً اس پر جتنا بھی افسوس کیا جائے کم ہے۔ آج ہم آپ کو چند بظاہر معمولی لیکن انتہائی اہم باتیں بتائیں گے جن کا خیال رکھنے سے ہم صحت کے بہت سے مسائل سے بچ سکتے ہیں۔

ادرک اور پیاز: ماہرین صحت کا اس بات سے اتفاق ہے کہ ادرک، پیاز، لہسن اور اسی طرح کی دیگر سبزیاں باقاعدہ کھانے سے سرطان کے امکانات کو کم سے کم کیا جاسکتا ہے۔ برطانیہ میں کی گئی ایک حالیہ ریسرچ میں ماہرین نے یہ رائے دی ہے کہ اگر آپ کھانوں میں ادرک، پیاز اور لہسن کا استعمال باقاعدگی سے کرتے ہیں تو آپ پچاس فیصد سرطان کے خطرات سے محفوظ ہوجاتے ہیں کیونکہ ان سبزیوں میں بعض ایسے اینزائم موجود ہوتے ہیں جو کینسر کے خلاف مدافعت بڑھاتے ہیں۔

وقت پر کھانے کی عادت ڈالیں: اکثر لوگ وقت پر کھانا نہ کھانے کی وجہ سے بھی صحت کے کئی مسائل کا شکار ہوجاتے ہیں۔ بوسٹن یونیورسٹی میں کی گئی ایک تحقیق کے مطابق السر، بھوک کا نہ لگنا، بدہضمی، جسم میں درد اور معدے کے دیگر کئی مسائل کا تعلق وقت پر کھانا نہ کھانے سے دیکھا گیا ہے۔ اسٹڈی میں ایسے لوگوں کو ان امراض کا زیادہ شکار دیکھا گیا ہے جو اپنی مصروف ترین زندگی کی وجہ سے کھانا بروقت نہیں کھاتے۔ غالباً اس کی بڑی وجہ یہ ہے کہ زیادہ دیر تک جسم کو غذائیت نہ ملنے سے خون میں شکر کی سطح کم ہوجاتی ہے اور معدہ زیادہ دیر تک خالی رہے تو السر کی شکایت بھی ہوسکتی ہے، ماہرین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ اگر آپ واقعی کوئی ایسا کام کررہے ہیں کہ کھانے کے لیے پندرہ بیس منٹ نکالنا آپ کے لیے بہت ہی مشکل ہے تو کم از کم اس دوران بسکٹ، چاکلیٹ، ہلکے پھلکے اسنیکس وغیرہ ضرور کھالیا کریں تاکہ کم ہی سہی لیکن آپ کے جسم کو غذائیت ملتی رہے۔

جوڑوں کی سختی سے بچیں: بوسٹن یونیورسٹی ہی میں جوڑوں کے درد پر کی گئی تحقیق کے دوران یہ بات سامنے آئی کہ جوڑوں کے درد کا مرض اچانک نہیں ہوتا بلکہ اس کی ابتدائی علامات کافی پہلے سے ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہیں، ان علامتوں میں سے سب سے بڑی علامت جوڑوں کا سخت ہوجانا ہے لہٰذا تحقیق کرنے والے ماہرین نے رائے دی کہ اگر شروع ہی میں جب آپ محسوس کریں کہ جوڑ سخت ہورہے ہیں، خاص طور پر صبح بستر سے اٹھتے وقت آپ کو بہت زیادہ جوڑوں میں سختی محسوس ہوتی ہے تو یہ اس مرض کی ابتدائی علامت ہوسکتی ہے۔ ایسی صورت میں بہتر ہے کہ آپ صبح اٹھتے ہی ہلکی پھلکی ورزش کریں۔ اس سے جوڑوں کی سختی میں کمی آئے گی۔ یہاں تک کہ ڈاکٹر مریضوں کو بھی مشورہ دیتے ہیں کہ وہ صبح واک کریں اور یہ واک باقاعدگی سے ہونی چاہیے۔ اس سے بھی مرض کی شدت میں کمی آئے گی۔

وٹامن ای اور لائیکوپین: ماہرین امراض قلب کا کہنا ہے کہ اگر کسی شخص کو دل کے دورے کا خدشہ ہو تو وٹامن ای کا استعمال اس خطرے کو کم سے کم کرسکتا ہے کیونکہ وٹامن ای کے استعمال سے جسم میں خون کے تھکے نہیں بنتے، اسی طرح کولیسٹرول کی سطح بھی جسم میں معمول کے مطابق رکھنے میں مدد ملتی ہے۔ وٹامن ای کے حصول کا بہترین ذریعہ پھل ہیں۔ اس کے علاوہ لائیکوپین ایک قدرتی غذائی جزو ہے جو جسم میں دوران خون کو بہتر بناتا ہے۔ یہ خون کی رگوں میں پلاک بننے سے روکتا ہے، جس سے مجموعی طور پر دوران خون بہتر رہتا ہے۔ کوشش کریں کہ لائیکوپین بھی آپ کی غذا میں شامل ہو۔ لائیکوپین ٹماٹر، تربوز میں کافی مقدار میں موجود ہوتا ہے۔

سگریٹ نوشی بھی خطرناک: اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ سگریٹ پینے کا نقصان صرف اس صورت میں ہوتا ہے جب آپ بہت زیادہ سگریٹ پیتے ہوں یا چین اسموکر ہوں تو آپ قطعی غلط فہمی کا شکار ہیں آپ کو اپنے خیالات کو درست کرلینا چاہیے۔ سگریٹ کے نقصانات کے بارے میں ریسرچ کرنے والے ماہرین نے اسے بھی صحت کے لیے خطرناک قرار دیا ہے۔ یہاں تک کہ دوسروں کی سگریٹ نوشی جسے Passive Suisqing کہا جاتا ہے یہ بھی آپ کی صحت پر نقصان دہ اثرات مرتب کرتی ہے۔ تحقیق کے مطابق سگریٹ نوشی کرنے والوں میں پھیپھڑوں کے کینسر کا خطرہ سگریٹ نوشی نہ کرنے والوں میں سے زیادہ ہوتا ہے۔ لہٰذا بہتر یہی ہے کہ آپ اگر چار پانچ سگریٹ بھی پیتے ہیں تو انہیں چھوڑ دیں جب تک آپ سگریٹ نوشی کرتے رہیں گے خواہ تھوڑی یا زیادہ نقصان کا خدشہ بھی رہے گا۔

وٹامن سی اور صحت مند جلد: صحت مندی کی علامت صحت مند جلد ہے، ماہرین صحت جلد کو تروتازہ اور صحت مند رکھنے کے لیے زیادہ پانی پینے کا مشورہ تو دیتے ہی ہیں ساتھ ہی ان کا کہنا ہے کہ اگر آپ اپنی غذا میں وٹامن سی بڑھالیں تو یہ سونے پہ سہاگہ والی بات ہوگی۔ اس کی وجہ یہ بتائی جاتی ہے کہ جلد کو تروتازہ اور صحت مند رکھنے کے لیے ایک لازمی جزو ہے ’’کولاجین‘‘ اور اس کے لیے وٹامن سی لینا بہت ضروری ہے سگریٹ نوشی اور متوازن غذا نہ لینے سے جلد میں اس بنیادی عنصر کی کمی ہوجاتی ہے جس سے وٹامن سی کم ہوجاتی ہیں اور لازمی طور پر آپ کی جلد مرجھا جاتی ہے۔ وٹامن سی پھلوں اور مختلف سبزیوں میں پایا جاتا ہے۔

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

محمد اکمل فاروق‘ سرگودھا۔ برہان الدین‘ گلگت۔ مسز ضیاء الحسن‘ کراچی۔ ثناء فاطمہ۔ رخسانہ‘ سرگودھا۔ مدیحہ۔ غلام مرتضیٰ‘ پنوں عاقل۔ محمد خالد‘ کراچی۔ اسلام الدین‘ سکھر۔ قاری صداقت‘ گجرات۔ خدیجہ گل۔ ندا کوثر‘ کراچی۔ مسز عارف۔ مولانا سلیم اللہ‘ کنڈیارو۔ ملک الطاف حسین‘ کراچی۔ محمد عادل عباسی‘ ہری پور۔ نجمہ عامر‘ گوجرانوالہ۔ عمیر احمد۔ محمد حمزہ طارق۔ طارق محمود‘ رحیم یار خان۔ رابعہ قمر۔ ڈاکٹر تنویر‘ حسن ابدال۔ سید محمد حارث۔ فاروق احمد‘ بہاولپور۔ پرنسپل غلام قادر ہراج‘ جھنگ۔ محمد ناصر‘ لودھراں۔ قاضی عبدالفہیم‘ کوہاٹ۔ ظاہر خان‘ کوئٹہ۔ ابوذر اقتدار‘ بہاولنگر۔ محمد شفیق‘ لاہور۔ ابوذر توفیق۔ عزیز الرحمن عزیز‘ پشاور۔

(بقیہ: دب اور ہلدی نے ہڈی جوڑ دی)

نفع پہنچا ہے پہنچ سکے ایک درخواست میں آپ سے کروں گا اس طرح کے آزمودہ ٹوٹکے طبی تجربات و مشاہدات ضرور مجھ تک پہنچائیں وہ ٹوٹکے جو آپ نے سالہا سال سے بارہا آزمائے یا آپ نے تو نہیں آزمائے آپ کے کسی دوست عزیز یا بزرگ نے آزمائے ہوں وہ ضرور مجھ تک پہنچائیں کسی چیز کو معمولی نہ سمجھیں شاید وہ آپ کے لیے معمولی ہو لیکن دوسروں کیلئے اہم......!

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَارَءُوْفُ یَاوَاسِعُ یَااَللّٰہُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی 2007ء سے قاریہ ہوں اور مراقبے کا عمل میں 2008ء سے کر رہی ہوں' میں نے مراقبہ سے بہت کچھ پایا ہے' زندگی کا کوئی بھی مسئلہ ہو میں نے مراقبے کے ذریعے حل کیا ہے' شروع میں میرا رابطہ بالکل نہیں بنتا تھا لیکن میں نے ہمت نہ ہاری اور پھر آہستہ آہستہ مجھے مراقبے میں بڑے بڑے بزرگوں کی زیارتیں ہوئیں ابھی حال ہی میں میں نے اپنے گھر میں عشاء کے بعد مراقبہ کیا جس کا احوال درج ذیل ہے:۔

دیکھتی ہوں کہ ایک ہلکے سنہرے رنگ کی روشنی آسمان سے نیچے آ رہی ہے جو کہ میرے دل پر پڑ رہی ہے اور میرا دل اللہ اللہ کر رہا ہے' مجھے اسی وقت دل صاف دکھائی دیا اور اس کے بعد میں اس روشنی کے ساتھ آسمانوں کی طرف جانے لگی اور انتہائی اوپر جا کر دور جب آگے یعنی اوپر کی طرف دیکھا تو راستے میں ایک بزرگ کو دیکھا اور ان کو دیکھتے ہوئے احساس ہوا کہ یہ حضرت جبرائیل علیہ السلام ہیں میں کوئی بات تو نہیں کر پائی اور آگے چلے گئی۔

آگے جاتے ہوئے آسمانوں کی فضاؤں میں دیکھتی ہوں کہ ایک بہت بڑا محل ہے اللہ میرے دل میں ڈالتا ہے کہ یہ میرے مرشد کا ہے ہلکے سفید رنگ کا ہے۔ اس کو میں دیکھتی ہوئی آگے نکلتی ہوں اور آگے بہت سارے بزرگوں کو دیکھتی ہوں اور وہ سب مختلف بڑے بڑے وسیع محلات میں بڑی بڑی بیٹھک میں تشریف رکھے ہوئے ہیں ان میں ایک بزرگ میری طرف بڑھتے ہیں اور مسکراتے ہوئے اپنے ہاتھوں سے اشارے کے ساتھ اپنے قریب بلایا اور فرمانے لگے کہ میں اویس قرنی رحمۃ اللہ علیہ ہوں اور منظر پھر بدل جاتا ہے اور اس دوران ایک اور محل نظر آتا ہے۔

اسی دوران میں سینکڑوں کے حساب سے محلات دیکھے اور ان میں داخل ہوتی رہی جس کے اندر داخل ہوتی تھی وہاں سامنے آپ کو ایک بڑے خوبصورت سے تخت پر بیٹھا پاتی تھی جس کے بعد اندازہ ہوتا تھا کہ یہ محل آپ کے ہی ہیں جو کہ اللہ پاک نے بنائے ہیں پھر یک دم سے بادل سامنے آتے ہیں اور وہ ہٹتے نہیں تو استغفار پڑھنا شروع کر دیتی ہوں یہ سوچ کے کہ یہ سب میرے گناہ ہیں لیکن استغفار کے باوجود وہ بادل نہیں ہٹتے بڑے گہرے اور خوفناک سے منظر دکھتے ہیں پھر میں سوچنے لگی کہ ایسا کیا کیا ہے خیر ان ہی بادلوں کو دیکھتے ہوئے ایک اور محل نظر آیا اور میں اس کے اندر داخل ہو گئی وہاں کافی تعداد میں حوریں پھرتی ہوئی دکھائی دیں۔ اندر داخل ہوتے ہوئے سامنے آپ آ گئے اور اپنے ساتھ لے کر چلنے لگے اور ایک خاص جگہ پر جا کر رک گئے اور مجھے تحائف دینے لگے وہ ایسے تھے کہ جیسے قرآن پاک کی کچھ آیات مبارکہ ہیں جو کہ فریم میں بنی ہوئی ہیں۔ ان کے فریم اس قدر حسین ہیں کہ میری آنکھیں دنگ رہ گئی۔

ایک بار میں نے نبی کریم ﷺ کے حضور حاضری کے بارے میں سوچا اور مسجد نبوی ﷺ میں جا پہنچی وہاں روضہ مبارک کی جالیاں یوں کھلیں کہ جیسے دروازہ کھلتا ہے اندر کیا دیکھا وہ یاد نہیں......! ہاں البتہ نبی کریم ﷺ کا دیدار نصیب ہوا تو میں نے درود شریف پڑھنا شروع کر دیا اور اپنی عرض سامنے پیش کی تو آپ ﷺ نے مسکراتے ہوئے فرمایا اور اپنے ہاتھ مبارک سے اشارہ فرمایا کہ اب جاؤ کچھ نہیں ہوگا۔ وہ واقعی اس کے بعد وہ بادل وغیرہ چھٹ گئے اور مراقبے میں آخر میں شہد کے دو چار دیکھے اور وہاں سے مجھے شہد پلایا گیا اور اس کے میں نیند کی وادیوں میں چلی گئی۔ (ا-ع)

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں
گھریلو مسائل کا انسائیکلوپیڈیا

☆چمکدار چیزوں کو زیادہ دیر دیکھنے سے گریز کیجئے۔

☆کشیدہ کاری زیادہ دیر تک نہ کیجئے

☆گردن ٹیڑھی کر کے یا جھک کر بیٹھنے سے گریز کریں۔

☆بہت زیادہ ٹی وی نہ دیکھئے

☆رات کو جلدی سونا چاہئے

☆زیادہ گرم پانی سے منہ نہیں دھونا چاہئے

☆کڑوا تیل ہفتہ میں دو یا تین بار دو بوند کانوں میں ڈالئے اور پاؤں اور سر میں پانچ بار مالش کرنے سے آنکھوں کی چمک اور بینائی بڑھ جاتی ہے۔☆رات کو سوتے وقت صاف پسا ہوا باریک نمک ٹھنڈے یا نیم گرم پانی میں ملا کر آنکھیں دھوئیں۔☆روئی کے چھوٹے چھوٹے گول ٹکڑے لے کر روغن بادام میں بھگو کر آنکھیں بند کر کے پپوٹوں پہ رکھ کر دبائیں۔☆کسی شیشے کے برتن میں گرم دودھ لیں اور آنکھوں کو دودھ میں غسل دیتے وقت سر کو دائیں بائیں گھمائیں تاکہ آنکھوں کے ڈیلوں پر دودھ کی مالش ہو جائے۔ اس کے بعد آنکھیں ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔☆ہفتے میں ایک بار شہد کی ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں۔

چہرے کی حفاظت

☆چہرے کی حفاظت کیلئے آلو بہترین ہے۔ آلو کے استعمال سے جلد ملائم ہو جاتی ہے۔ ایک کچے آلو کے باریک قتلے کاٹ کر گردن اور ہاتھوں پہ ملیں یا ایک آلو کدو کش کر کے چہرے پر لگائیں اور 15 منٹ کے بعد ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔

آنکھوں کے سیاہ حلقے

☆کھیرے کے عرق کو خوب ٹھنڈا کر کے اور پھر اس میں روئی کے ٹکڑے آنکھ کے حلقے کے برابر کاٹ کر عرق میں بھگو کر دونوں آنکھیں بند کر کے ان پر رکھیں۔ 10 منٹ تک رکھیں کھیرے کا عرق ایک ایسی چیز ہے جو بغیر مسام کی جلد کے اندر داخل ہونے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

م۔ا،لاہور

بداثرات خبیث چیزیں فوری نکل گئیں

پہلی روحانی کلاس کی مقبولیت اور پسندیدگی کے بعد خواتین وحضرات نے بہت زیادہ والہانہ انداز میں اپنے تاثرات سے آگاہ کیا اور روحانی کلاس میں بتائے گئے اعمال ووظائف سے نفع پایا۔ان وظائف سے نفع پانے والے ایک خاندان کا خط پیش خدمت ہے۔

روحانی کلاس میں آپ نے ''توجہ'' کیلئے ایک عمل بتایا تھا کہ لفظ ''اللہ'' کوسفید کاغذ پر کالی روشنائی سے خوشخط لکھیں اور روزانہ مقررہ وقت پر اسے دیکھنے کی مشق کریں۔تنہائی اور کاموشی کے وقت کریں' مزید جو تفصیل اور ہدایات آپ نے بتائیں تھیں ان کے مطابق بڑے اہتمام' ذوق شوق اور اللہ کی بڑائی کو ذہن میں رکھتے ہوئے تیار کیا۔ایک پلاسٹک شیٹ سے لیمینیشن بھی کرلیا۔ جب لگانے لگی تو ذہن سے یکسائی نکل گیا کہ تنہائی والی جگہ پر لگانا ہے۔(جس کمرے میں ہم بہنیں سوتی ہیں) وہاں ایک الماری میں چسپاں کردیا۔ بڑی خوشی ہوئی کہ بس اب جب سب رات کو سوجائیں گے تب کیا کروں گی۔

جمعرات کے دن ساڑھے 10 بجے میں نے الماری پر لگایا۔ لگانے کے آدھے گھنٹے کے بعد میں نے محسوس کیا کہ میں جب بھی کمرے میں آتی ہوں تو کوئی کام دھیان سے نہیں کرسکتی۔نظریں بے اختیار ''اللہ'' پر جا اٹکتی ہیں۔حتیٰ کہ ظہر کی نماز میں نماز سے توجہ ہٹی اور نظریں وہاں جااٹکیں۔ پھر دوسرے کمرے میں جاکر نماز دوبارہ سے ادا کی۔

دوپہر کو ذرا آرام کی خاطر میں کروٹ کے بل لیٹی تاکہ میں وہاں نہ دیکھوں لیکن ایک دم جیسے کسی طاقت نے مجھے اٹھا کر بٹھا دیا اور نظریں ''اللہ'' پر ٹکا دیں اب میں دیکھتی چلی جارہی ہوں میں گھبرائی۔۔۔بہن کو بتایا تو کہنے لگی اتار دو۔۔۔میں نے کہا کہ نہیں اتارنا نہیں ہے۔ مجھے سکون بھی ملتا ہے۔وہ زیرلب کہنے لگی یہ کیسا سکون ہے؟ پھر میں نے کہا کہ میں اس کا چارٹ کسی اور رنگ میں کردوں تو اس نے کچھ جواب نہ دیا اور اپنے کام کرنے لگی۔

کوئی طاقت مجھے مڑنے پر مجبور کررہی تھی: آخر کار میں اٹھی اور نظریں وہاں سے ہٹانا چاہتی تھی مگر میں نظریں ہٹانا چاہتی تھی مگر میں نظریں ہٹا نہیں پارہی تھی۔کسی طرح سے کمرے سے باہر آہی گئی باہر آتے ہی وہ کیفیت ختم ہوگئی۔پھر عصر کی نماز کیلئے جب میں وضو کرنے کیلئے جانے لگی تو مجھے ایسے لگا کہ میرے قدم آگے اٹھنے سے انکاری ہیں اور پیچھے سے کوئی طاقت مجھے مڑنے پر مجبور کررہی ہے۔ میں مُڑ گئی۔میری نظریں ''لفظ اللہ'' پر جاٹکیں میں نے محسوس کیا کہ ''لفظ اللہ'' سے باقاعدہ لہریں نکل رہی ہیں جو میرے دماغ اور اعصاب کو جکڑ رہی ہیں اور اس کے ساتھ ہی میں تیز چلتی ہوئی بالکل الماری کے ساتھ جا کھڑی ہوئی۔ میں وہاں کتنی دیر کھڑی رہی مجھے معلوم نہیں۔میں اپنی جگہ سے ہل بھی نہیں سکتی تھی بلکہ آج بھی جب مجھے وہ وقت یاد آتا ہے تو میں کہہ سکتی ہوں کہ میں اپنی ہوش میں ہی نہیں تھی۔ مجھے اپنے وجود کا کچھ پتا نہ تھا۔پتا نہیں کیسے مجھے لگا میرے کانوں نے بہن کی آواز کو سنا اور جیسے میں اس دنیا میں واپس آگئی۔میں اس کے آنے سے پہلے پہلے جلدی سے وہ پیپر اتار کر الماری میں کتابوں کے خانے میں رکھ چکی تھی اور اسے کچھ نہ بتایا۔

اس کے پوچھنے پر میں نے کہا کہ مجھے کچھ ڈر سا لگ رہا تھا تو اس لیے میں نے اتار رکھ دیا ہے۔اگلے دن جمعہ کو صبح نماز فجر کے بعد کے اعمال اور دعائیں وغیرہ پڑھ کر میں جاگتی رہی' گھر میں حرمل کی دھونی دینے کا پروگرام بھی تھا۔کل والی بات کا شائبہ بھی ذہن میں نہ تھا۔صبح ساڑھے 9 بجے میں ڈرائنگ روم میں بیٹھی سورۂ کہف پڑھ رہی تھی کہ میں نے محسوس کیا کہ ایک گونج ہے جو زلزلے کی ہوتی ہے میں نے خیال جھٹک کر سورۂ مکمل کی۔ مگر گونج بتدریج بڑھ رہی تھی۔ پریشانی میں پنکھوں کی طرف دیکھا مگر وہ ساکت تھے۔البتہ پردے ذرا ذرا وقفے کے بعد ہلکے سے ہلتے تھے کھڑکی سے باہر دیکھا تو ماحول پرسکون تھا ورنہ ایسی ہلچل میں لوگ فوراً سڑکوں پر آجاتے ہیں۔جلدی سے امی اور بہن کو جاکر بتانا چاہا مگر وہ صفائی ستھرائی کرکے کمرے میں حرمل جلارہی تھیں۔میں نے انہیں پوچھا کہ کوئی گونج محسوس ہورہی ہے۔ اتنے میں امی سے کہا کہ دروازہ بند کردو تاکہ دھواں اچھی طرح سے پھیل جائے اور باہر آجاؤ۔دونوں باہر آگئیں۔میں نے پھر پوچھا تو ابھی جواب نہ آیا تھا کہ لگا جیسے پورا گھر ہلنے لگا ہے۔ہم تینوں زلزلہ سمجھ کر بیٹھ گئیں۔ابو تو ''لفظ اللہ'' کے راستے میں تھے پھر ہم آہستہ آہستہ چلتے ہوئے کچن میں جانے لگے اس دوران نوٹ کیا کہ پنکھے' فانوس اور دیگر اشیاء پرسکون ہیں۔خوف' پریشانی' حیرانگی' گھبراہٹ سبھی کچھ تھا۔ پھر پتہ چلا کہ ہمارا کمرہ اور لاؤنج کی زمین اور صرف دروازے لرز رہے ہیں' ساتھ عجیب سا شور تھے جیسے لوگوں کا کوئی مجمع شور مچاتا' اچھلتا کودتا کمرے سے نکل کر لاؤنج سے گزر کر باہر کے دروازے کی طرف جارہا ہو۔لاؤنج کا بیرونی دروازے تو ایسے لگتا تھا کہ ٹوٹ جائے گا۔ حالانکہ لاک اور کنڈیاں لگی ہوئی تھیں۔اچھل کود کی آواز اور دروازے کی گڑگڑاہٹ ماحول کو اور خوفناک بنارہی تھی۔پھر امی اور بہن نے تین بار آیۃ الکرسی زمین پر سیدھا ہاتھ رکھ کر پڑھی جس سے زمین کا ہلنا بند ہوگیا۔صرف گونج باقی تھی (آیۃ الکرسی کا عمل زلزلے کے وقت کرنے کا ہے) پھر گونج کا تعین کیا تو پتا چلا کہ ہمارا کمرہ گونج دار بنا ہوا ہے۔پھر آہستہ آہستہ گونج بھی کم ہونے لگی۔آخر کار یہ طوفان پونے 12 بجے تک بند ہوگیا۔حوصلہ کرکے کمرے میں گئے سب چیزیں اپنی جگہ ٹھیک پڑی تھیں۔

خبردار! آئندہ کوئی عمل بغیر پوچھے کیا: امی کہنے لگیں کہ تم نے جو ''لفظ اللہ'' لکھا یہ اس کی کوئی برکت ہی ہوسکتی ہے کہ اگر بداثرات تھے تو وہ یہاں سے نکل گئے ہیں۔بہن نے کہا کہ ہاں ہوسکتا ہے کہ کوئی شریر مخلوق لفظ ''اللہ'' سے ڈر کر یا پھر خوشبو کے اثر سے اور لفظ اللہ کے اثر سے دفع ہوگئی ہو اور میں یہ سوچتی ہی رہ گئی کہ حکیم صاحب کو بتایا تو وہ کہیں شدید ناراض نہ ہوجائیں اور میں ان کی روحانی نظر سے محروم نہ ہوجاؤں۔اس واقعے کے بعد میں نے دل میں یہ فیصلہ کرلیا کہ ''خبردار'' آئندہ کوئی عمل پوچھے بغیر کیا۔۔۔ ورنہ اور بھی زیادہ پریشانی اُٹھاؤ گی۔ابھی بھی وہ پیپر کتابوں کے خانے میں سنبھلا پڑا ہے میں اسے دیکھنے سے گریز کرتی ہوں لیکن اس کا وہاں پڑا ہونا ایک خاص الخاص روحانی خوشی اور برکتوں کا باعث بھی محسوس ہوتا ہے۔

محمد یٰسین قادری، لاہور

آنکھوں اور دماغی طاقت کیلیے 50 سالہ آزمودہ نسخہ

غسل کرنے سے پہلے ہمیشہ اپنے پاؤں کے انگوٹھوں پر سرسوں کا تیل ملئے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کبھی نظر کمزور نہ ہوگی چاہے عمر سو سال سے تجاوز کر جائے۔2۔ فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ﴿ق ٢٢﴾ ترجمہ: تو ہم نے تجھ پر سے پردہ اٹھایا تو آج تیری نگاہ تیز ہے۔

ویسے تو انسان کا پورا جسم (بلکہ ہر عضو) قدرت کا ایک عظیم معجزہ ہے۔ ہر عضو اپنی اپنی جگہ اہم اور نہایت قیمتی ہے۔ مگر کچھ عضو ایسے ہیں جن کی اہمیت بہت زیادہ ہے کیونکہ مختلف دوسرے کام کرنے کیلئے ان پر انحصار کرنا پڑتا ہے۔ ایسا ہی ایک عضو آنکھیں ہیں۔ آنکھیں اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ نعمتوں میں سے ایک بہت ہی قیمتی نعمت ہے۔ مگر دیکھنے میں آیا ہے کہ ہم ان کی قدر اس طرح نہیں کرتے جتنی کرنی چاہیے۔ خاص کر اس وقت دل بہت دکھتا ہے جب چار یا پانچ سال کے بچے بچیاں آنکھوں پر عینک لگائے نظر آتی ہیں جب اس ننھی سی عمر میں ان کا یہ حال ہے تو آگے جا کر کیا ہوگا اللہ ہی بہتر جانتا ہے۔ آنکھوں کی حفاظت اور صفائی کے سلسلہ میں چند گزارشات حسب ذیل ہیں:۔

1۔ آنکھوں کی خرابی (خاص کر بچوں میں) میں ٹی وی کا بڑا دخل ہے۔ ٹی وی بالکل نہیں دیکھنا چاہیے۔**2**۔ کمپیوٹر کی سکرین کو مناسب فاصلے پر رکھ کر کمپیوٹر استعمال کرنا چاہیے۔ **3**۔ کمپیوٹر کو زیادہ عرصہ دیر تک لگاتار استعمال نہیں کرنا چاہیے۔**4**۔ کچھ لوگ لگاتار **10,10** گھنٹے کمپیوٹر پر کام کرتے ہیں' ایسا کرنا غلط ہے گا ہے بگا ہے ادھر اُدھر دیکھنا چاہیے تاکہ آنکھوں پر مسلسل بوجھ نہ پڑے۔

5۔ کھانا کھاتے وقت مطالعہ کرنے سے گریز کرنا چاہیے تاکہ آپ کا دماغ کھانے اور اس کے ہضم کرنے کی طرف راغب ہو۔**6**۔ آنکھوں کو (دن میں کئی بار) تازہ ٹھنڈے پانی سے دھونا چاہیے تاکہ تھکاوٹ دور ہو اور گردوغبار صاف ہوجائے۔**7**۔ لکھائی پڑھائی کا کام لیٹ کر نہیں کرنا چاہیے اس سے آنکھوں اور دماغ پر بوجھ پڑتا ہے۔

8۔ بہتر ہے لکھائی پڑھائی کا کام کھلی اور ہوادار جگہ اور قدرتی روشنی یعنی سورج اور دن کی روشنی میں کرنا چاہیے۔

9۔ آنکھوں اور دماغ کی طاقت کیلئے مندرجہ ذیل نسخہ بہت ہی مفید ہے۔ میں گزشتہ **50** سال سے اسے استعمال کر رہا ہوں۔ بفضل تعالیٰ کسی قسم کی عینک کی ضرورت نہیں پڑی۔

ھوالشافی: گری بادام ایک چھٹانک' اسطخودوس آدھی چھٹانک' دھنیا آدھا چھٹانک' خشخاش ایک چھٹانک' سونف ایک چھٹانک' مصری حسب ضرورت' ورق چاندی حسب ضرورت' دانہ چھوٹی الائچی حسب ضرورت۔ اگر مصری کی بجائے خالص شہد استعمال کرلیں تو یہ نہایت ہی خوش ذائقہ معجون بن جائے گی۔

خوراک: بعد از غذا صبح' دوپہر' شام ایک چمچ چائے والا استعمال کریں۔**10**۔ لکھائی پڑھائی اور دماغی کام کرتے وقت وقفہ وقفہ سے ریسٹ کریں تاکہ صرف شدہ توانائی بحال ہوسکے۔**11**۔ اس وقفے کے دوران درج ذیل کام کرنا بہت ہی مفید ہیں:۔ لمبے لمبے سانس لینا۔ کوئی مائع چیز۔۔۔ پانی وغیرہ استعمال کرنا۔ آنکھوں' سر کا مساج کرنا' آسمان کی طرف نیلی روشنی کو دیکھنا۔ پانی کے چھینٹے مارنا۔

12۔ آنکھوں کو گردوغبار' دھوئیں' تیز روشنی' زہریلی گیسوں اور دیگر مضر اثرات چیزوں سے بچانا چاہیے۔

قوت بصارت میں اضافہ

1۔ غسل کرنے سے پہلے ہمیشہ اپنے پاؤں کے انگوٹھوں پر سرسوں کا تیل ملئے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کبھی نظر کمزور نہ ہوگی چاہے عمر سو سال سے تجاوز کرجائے۔**2**۔ فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ﴿ق ٢٢﴾ ترجمہ: تو ہم نے تجھ پر سے پردہ اٹھایا تو آج تیری نگاہ تیز ہے۔ ہر نماز کے بعد تین بار پڑھ کر انگلی پر پھونک مار کر انگلی آنکھوں پر پھیرلیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ موتیا سے شفاء ہوگی۔

3۔ سورۂ یٰسین پڑھ کر سرمہ پر دم کریں دم کردہ سرمہ آنکھوں میں لگایا جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ موتیا سے شفا ہوگی۔

4۔ فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَآءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ ﴿ق ٢٢﴾ سات بار درود شریف' سات بار مندرجہ بالا آیت اور پھر سات بار درود شریف پڑھ کر دونوں ہاتھوں کے دونوں انگوٹھوں کو پھونکیں پھر دونوں انگوٹھوں کو دونوں آنکھوں پر پھیرلیں۔ انشاء اللہ نور بصر و زوال نظر کیلئے فائدہ مند ہوگا۔

5۔ اَللّٰھُمَّ مَتِّعْنِیْ بِبَصَرِیْ وَاجْعَلْهُ الْوَارِثَ مِنِّیْ وَاَرِنِیْ فِی الْعَدُوِّ ثَارِیْ وَانْصُرْنِیْ عَلٰی مَنْ ظَلَمَنِیْ۔ ترجمہ: اے اللہ میری بینائی میں مجھے نفع پہنچایئے اور مرتے دم تک اسے باقی رکھیے اور دشمن میں میرا انتقام مجھے دکھایئے اور جس نے مجھ پر ظلم کیا اس کے مقابلے میں میری مدد فرمایئے۔ مندرجہ بالا دعا سے انشاء اللہ ساری عمر بینائی قائم رہے گی اور آنکھ ہر بیماری اور تکلیف سے محفوظ رہے گی۔**6**۔ یَاشَکُوْرُ۔ روزانہ **41** بار بعد نماز فجر پڑھ کر پانی دم کرکے آنکھوں پر چھینٹے ماریں۔ آنکھوں کی تکالیف دور اور بصارت میں اضافہ ہوگا۔**7**۔ یَانُوْرُ۔ بعد از ہر نماز **11** بار پڑھ کر انگوٹھوں انگلیوں کے پوروں پر دم کرکے آنکھوں پر پھیریں۔**8**۔ یَابَصِیْرُ اسی طرح گیارہ بار پڑھ کر انگوٹھوں یا انگلیوں کے پوروں کو دم کرکے آنکھوں پر پھیریں انشاء اللہ تعالیٰ بہت فائدہ ہوگا۔**9**۔ فَجَعَلْنٰهُ سَمِيْعًا بَصِيْرًا ﴿الدھر ٢﴾ بعد نماز فجر اور بعد نماز مغرب سات سات بار پڑھ کر (اول وآخر درود ابراہیمی) انگلیوں پر یا انگوٹھوں کے پوروں پر دم کرکے آنکھوں پر ملیں انشاء اللہ بڑھاپے تک بصارت قائم رہے گی۔**10**۔ نظر کی کمزوری اور آنکھوں کی روشنی کیلئے ایک نہایت مفید عمل یہ ہے کہ عشاء کی نماز کے بعد دو رکعت نفل اس طرح پڑھیں کہ الحمد شریف کے بعد ہر رکعت میں سورۂ کوثر پانچ پانچ بار پڑھیں' نماز کے بعد پھر یہ دعا تین بار پڑھیں۔ اَللّٰھُمَّ عَافِنِیْ فِیْ بَدَنِیْ اَللّٰھُمَّ عَافِنِیْ فِیْ سَمْعِیْ اَللّٰھُمَّ عَافِنِیْ فِیْ بَصَرِیْ لَآ اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ۔ دعا مذکورہ پڑھنے کے بعد دونوں ہاتھوں کے انگوٹھوں کو دم کرکے آنکھوں پر ملیں۔

امام شافعیؒ کی بخشش کس درود شریف سے

ع،م۔چوہدری

''روض الفائق'' میں لکھا ہے کہ ایک عورت تھی۔اس کا لڑکا بہت گناہ گار تھا۔اس کی ماں اس کو بار بار نصیحت کرتی مگر وہ بالکل نہیں مانتا تھا۔ اسی حال میں وہ مرگیا۔اس کی ماں کو بہت ہی رنج تھا کہ وہ بغیر توبہ کے مراہے اوراس کی بڑی تمناتھی کہ کسی طرح اس کوخواب میں دیکھے

درود شریف پڑھو اور کنواں چلاؤ

حضرت نور محمد مہاروی رحمۃ اللہ علیہ کے دوست اور ہم جماعت حضرت محکم الدین سیرانی رحمۃ اللہ علیہ کا ایک دفعہ شہر فرید میں قیام تھا۔نواح شہر فرید میں یہ مشہور ہوگیا کہ یہ درویش خراسان سے آیا ہے اور اس کی زبان میں امن اور برکت ہے کہ جس طالب دیدار نبوی ﷺ کو وظیفہ فرما دیتے ہیں وہ اپنے مقصد میں کامیاب ہوجاتا ہے۔حضرت نور محمد مہاروی رحمۃ اللہ علیہ کا ایک مرید محمد یوسف نامی قصور کا رہنے والا تھا' مدت سے دولت دیدار نبوی ﷺ کا فریفتہ اور شیدا تھا۔ یہ افواہ سنتے ہی شہر فرید کی طرف روانہ ہوچلا۔ چونکہ طلب صادق تھی اور بخت یاور تھے اور اپنا پیر کامل تھا۔اس لیے بھی ارادہ اسے مخفی کامیابی کے راستے پر لے جارہا تھا۔شہر فرید کے راستے میں ایک کنوئیں پر وضو کیلئے ٹھہر گیا۔ یہ کنواں محمد عظیم نامی ایک درویش منش بزرگ کا تھا جونہایت صاف باطن اور بارگاہ رسیدہ اہل دل تھا۔اس نے میاں محمد یوسف کو پہچان لیا اور پیر بھائی ہونے کا رشتہ محرک گفتگو ہوا۔

جب میاں محمد یوسف کا مقصد اس کو معلوم ہوا تو اس نے کہا تم ایسے بادشاہ کے مرید ہوکر اپنے پیر کا دروازہ چھوڑے جاتے ہو۔تم کو اگر دولت دیدار نبوی ﷺ کا شوق ہے تو میں حضرت خواجہ کا ادنیٰ غلام ہوں' آؤ تمہارا یہ مقصد تو میں حاصل کرادوں۔ یہ کہہ کر اسی جوش کی حالت میں میاں محمد عظیم اٹھے اور محمد یوسف کا ہاتھ پکڑ کر کنوئیں کے چکر کے قریب لے گئے اوراس کو ہدایت کی کہ درود شریف پڑھو اور اس گادھی پر بیٹھ کر کنواں چلاؤ۔ چنانچہ اس گادھی پر اس کی حالت بدل گئی اور جس دولت کو وہ اِدھر اُدھر تلاش کرتا پھرتا تھا' وہ اس کے پیر بھائی حضرت خواجہ نور محمد مہاروی رحمۃ اللہ علیہ کے مرید کے ذریعہ اس کو نصیب ہوئی جو کچھ اس نے دیکھا اور جو مکاشفات اس کے دیدہ دل نے ملاحظہ کیے ان کے بیان کیلئے خاص زبان اور تحریر کرنے کیلئے خاص قلم مطلوب ہیں۔

جس طرح میں پڑھتا ہوں اس طرح پڑھو

حضرت عبدالکریم رام پوری نے تمام ہندوستان کا دورہ کیا۔ اولیائے ہند سے ملاقاتیں کیں۔آپ کی دلی تمنا تھی کہ مجھے سرکار دوعالم ﷺ کی خواب میں زیارت ہو۔ بہت وظائف پڑھنے کے باوجود یہ تمنا پوری نہ ہوئی۔ دوران سیاحت آپ سرہند تشریف لائے اور حضرت شاہ عنایت جو کا شہرہ سن کر بہلول پور پہنچے اور اپنی دلی تمنا کا اظہار کیا۔آپ نے اپنی توتلی زبان میں درود شریف چشتیہ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ ط بِعَدَدِ کُلِّ ذَرَّۃٍ مِّائَۃِ اَلْفِ اَلْفِ مَرَّۃٍ پڑھنے کیلئے ارشاد فرمایا۔

حضرت شاہ عبدالکریم رام پوری رحمۃ اللہ علیہ المعروف حضرت ملاں اخون نے اس کی تصحیح کرکے پڑھا لیکن فیضان نہ ہوا۔دوبارہ حاضر ہوکر تمنا پوری نہ ہونے کی شکایت کی۔آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا تم نے صحیح نہیں پڑھا ہوگا۔ مجھے سناؤ کیسے پڑھتے ہو۔حضرت فقیر ملا اخون نے سنایا۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ ط بِعَدَدِ کُلِّ ذَرَّۃٍ مِّائَۃِ اَلْفِ اَلْفِ مَرَّۃٍ۔حضرت شاہ عنایت رحمۃ اللہ علیہ جیو نے فرمایا تم غلط پڑھتے ہو۔جس طرح میں پڑھتا ہوں اس طرح پڑھو جب انہوں نے پڑھا تو اسی رات زیارت رسول مقبول ﷺ سے مشرف ہوئے۔سبحان اللہ۔

درود دلوں کا نور ہے

''روض الفائق'' میں لکھا ہے کہ ایک عورت تھی۔اس کا لڑکا بہت گناہ گار تھا۔اس کی ماں اس کو بار بار نصیحت کرتی مگر وہ بالکل نہیں مانتا تھا۔ اسی حال میں وہ مرگیا۔اس کی ماں کو بہت ہی رنج تھا کہ وہ بغیر توبہ کے مراہے اوراس کی بڑی تمنا تھی کہ کسی طرح اس کو خواب میں دیکھے۔اس کو خواب میں دیکھا تو وہ عذاب میں مبتلا تھا۔اس کی وجہ سے اس کی ماں کو اور بھی زیادہ صدمہ ہوا۔ایک زمانہ کے بعد اس نے اسے دوبارہ خواب میں دیکھا تو وہ بہت اچھی حالت میں تھا۔ نہایت خوش وخرم۔ماں نے پوچھا کہ یہ کیا ہوگیا؟ اس نے کہا کہ ایک بہت بڑا گنہگار شخص اس قبرستان میں سے گزرا۔قبروں کو دیکھ کر اس کو کچھ عبرت ہوئی۔وہ اپنی حالت پر رونے لگا اور سچے دل سے توبہ کی اور کچھ قرآن شریف کی آیات اور بیس مرتبہ درود شریف پڑھ کر اس قبرستان والوں کو بخشا جس میں میں تھا۔اس میں سے جو حصہ مجھے اس کا یہ اثر ہے جو تم دیکھ رہی ہو۔میری اماں حضور ﷺ پر درود دلوں کا نور ہے گناہوں کا کفارہ ہے اور زندہ اور مردہ دونوں کیلئے رحمت ہے۔(فضائل درود شریف' از محمد زکریا)

حضرت عبداللہ ابن الحکم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے حضرت امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ کو خواب میں دیکھ کر پوچھا کہ اللہ تعالیٰ نے آپ رحمۃ اللہ علیہ کے ساتھ کیا سلوک فرمایا۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے جواب دیا کہ اللہ تعالیٰ نے میرے حال پر رحم فرماتے ہوئے مجھے بخش دیا۔میں نے پوچھا کہ یہ کس وجہ سے ہوا جس پر آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ اس درود پاک کی وجہ سے۔وہ درود پاک یہ ہے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَدَدَ مَا ذَکَرَہُ الذَّاکِرُوْنَ وَعَدَدَ مَا غَفَلَ عَنْ ذِکْرِہِ الْغَافِلُوْنَ۔

خواب میں حدیث کی تصدیق

کنزالبرکات میں لکھا ہے کہ ایک بزرگ نے حضور ﷺ کو خواب میں دیکھا تو عرض کیا یارسول اللہ ﷺ فلاں شخص نے مجھ سے کہا ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے کہ جو شخص مجھ پر جمعہ کے دن سو مرتبہ درود پڑھے گا اس کے اسی برس کے گناہ مٹا دیئے جائیں گے کیا یہ واقعی آپ ﷺ کا ارشاد مبارک ہے؟ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ بے شک یہ میری ہی حدیث ہے۔سبحان اللہ۔

چہرہ سے بالوں کا خاتمہ

ایک چمچ میدہ' ایک چمچ پسی ہوئی آدھا چمچ پھٹکڑی' عرق گلاب چار چمچ میں ملا کر پیسٹ بنالیں اور چہرہ پر لگائیں' خشک ہونے پر جھاڑ دیں ایک مہینہ تک یہ عمل کریں۔ چہرہ کے بال آہستہ آہستہ کمزور ہوکر جھڑ جائیں گے اور انشاءاللہ دوبارہ نہیں آئیں گے۔ میرا آزمودہ ہے۔

چہرہ کی جھائیوں سے نجات حاصل کیجئے

دو چمچ مولی کے عرق میں دو چمچ مکھن نکلا ہوا دودھ ملالیں اور اسے چہرے پر روئی کے پھاہے کی مدد سے لگائیں۔ایک گھنٹہ تک لگا رہنے دیں' ایک گھنٹہ بعد گرم پانی سے منہ دھولیں' جھائیاں غائب ہوجائیں گی۔ یہ نسخہ میرا اپنا آزمودہ ہے اور میں نے آج تک جس کسی کو دیا ہے اللہ کے فضل سے اس نے مجھے دعائیں ہی دی ہیں۔(تاج چیمہ' لاہور)

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

دین وحدت کا مزاج

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

ماسٹر صاحب کا گمان تھا کہ طرفین راقم سطور سے مانوس ہیں اس لیے وہ پہلے پھلت اس کے بعد غازی آباد اور پھر دہلی مجھے تلاش کرتے ہوئے پہنچے اور بولے کہ گاؤں میں لڑائی اس وجہ سے ٹلی ہوئی ہے کہ اس بار سالانہ جلسے میں آپ نہ آئے تو گولیاں چلیں گی اور وہ چار لوگ ضرور مریں گے اور ان کے مرنے کے ذمہ دار آپ ہوں گے۔ اس حقیر نے اس خیال سے کہ اپنی بساط بھر مسلمانوں کے انتشار میں صلح کرانا دینی ذمہ داری ہے اپنے پہلے سے طے شدہ پروگرام کو رد کر کے جلسے میں حاضری کا وعدہ کر لیا۔ گاؤں میں پردھانی کی سیاست کی وجہ سے دو دھڑے بنے ہوئے تھے اور اپنی داخلی سیاست کو دونوں گروپ مدرسے کی سرپرستی کے نام پر جیت ہار کا مسئلہ بنائے ہوئے تھے۔ گویا مدرسہ اس کا اکھاڑہ تھا۔ یہ حقیر صبح جلدی حاضر ہوا ایک گروپ کو جو نسبتاً اس حقیر سے ذرا قریب تھا اور موجودہ نظام سے برہم تھا بلایا اور سمجھایا۔ الحمدللہ وہ لوگ اس بات پر راضی ہو گئے ہم لوگ اللہ کیلئے جلسے میں شریک بھی ہوں گے سرپرست کوئی بھی رہے مدرسے کی خدمت بھی پہلے سے زیادہ کریں گے۔ دوسرا گروپ کسی طرح قریب نہیں لگا اور بار بار کوشش پر بھی راضی نہیں ہوا' ہمارے ایک رفیق بھولے بھالے حافظ صاحب جو اس صلح میں بہت دلچسپی لے رہے تھے مایوس ہو کر بولے کہ ہم مسلمانوں کا حال تو کتوں کا سا ہو گیا خصوصی دینی طبقے کا' میں نے ان سے جب وجہ معلوم کی تو انہوں نے بتایا کہ ایک بھینسا مرا پڑا ہوا اور ایک کتا اسے نوچ کر کھا رہا ہو' اس کتے سے سالوں میں بھی وہ بھینسا کھایا نہ جا سکے گا بلکہ وہ گل سڑ جائے گا اس کے باوجود اگر دوسرا کتا آ کر وہاں کھانے لگے تو یہ کتا اپنا کھایا بھول جائے گا اور دوسرے کتے سے لڑے گا۔ حافظ صاحب سے اس حقیر نے پوچھا پھر ہمیں کس کی طرح ہونا چاہیے؟ حافظ صاحب بولے بکریوں کی طرح' پوچھا وہ کیوں؟ بولے: بکریوں کے بڑے ریوڑ میں تھوڑا سا چارہ ڈال دیجئے' نہ لڑیں گی نہ کسی کو بھگائیں گی' ایک ایک پتہ مل جل کر کھا جائیں گی بات بڑی حکمت کی تھی سن کر یہ فقیر رب کریم کے احسان عظیم کے شکر سے بول اٹھا۔ (الاعراف 43) اللہ کا شکر ہے کہ اس نے ہمیں اس کی ہدایت دی اور ہم ہدایت نہ پا سکتے تھے اگر وہ ہدایت نہ دیتا۔

بغیر طلب اور بلا استحقاق کیسا پیارا دین اسلام رب کریم نے ہمیں دیا جس کا ایک ایک حکم کیسا حکیمانہ ہے' کتے کے پالنے کو حرام قرار دیا اور حکم میں منجملہ سینکڑوں مصلحتوں اور حکمتوں کے بڑی حکمت یہ ہے کہ کتے کے ساتھ رہنے کی وجہ سے اپنی قوم سے کینہ نہ پیدا ہو جائے اور بکری پالنا سنت قرار دیا اس میں منجملہ حکمتوں کے ایک بڑی حکمت یہ ہے کہ مروت اور محبت کے ساتھ مل جل کر کھانے کی صفت ان کے ساتھ رہنے کی وجہ سے مسلمان میں پیدا ہو جائے اس مروت اور محبت کی نعمت کو قرآن حکیم نے کس انداز میں ذکر کیا ہے:۔ (آل عمران 103) ''اور اپنے اوپر یاد کرو احسان اللہ کا' جب تم آپس میں دشمن تھے پھر اس نے تمہارے دلوں میں الفت پیدا کی اور تم اس کے فضل سے بھائی بھائی ہو گئے اور تم آگ کے گڑھے کے کنارے تھے تو اس نے تمہیں اس سے بچایا۔''

مگر افسوس ہے کہ کلمہ توحید جو کلمہ وحدت بھی ہے کے ماننے والے ہم اپنے اپنے ذاتی مفادات کے داؤ پر اس وحدت اور مروت کی نعمت کو پارہ پارہ کر دیتے ہیں اس لیے کہ ہمارے دل بغض و کینہ کی آماجگاہ ہیں اور ہمارا حال یہ ہے کہ کتوں کی طرح اپنے دکھ سے اتنے دکھی نہیں جتنا دوسروں کے سکھ اور خوشی سے ہمیں تکلیف ہے حالانکہ اسلام نے ایسے تمام رذائل سے حد درجہ پرہیز کا حکم دیا تھا جو آپس میں انتشار و افتراق پیدا کرنے والے ہیں۔ طبیب حاذق نبی رحمت ﷺ کا ارشاد مبارک ہے:۔ تم بدگمانی سے بچو' اس لیے کہ بدگمانی سب سے جھوٹی بات ہے' کسی کی جاسوسی مت کرو' کسی کے پیچھے مت پڑو اور حسد مت کرو اور بغض مت رکھو اور اللہ کے بندو! بھائی بھائی بن جاؤ۔

کاش! ہم دین وحدت کے مزاج کو سمجھ کر امت کی شیرازہ بندی کی اہمیت کو سمجھتے!

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ کی کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنا نہ بھولیں!!!

(بقیہ: رسم حنا۔۔۔(مہندی))

روکے اور اگر زبان سے نہیں کہہ سکتا تو اسے دل میں برا جانے' دل میں برا جاننا ایمان کی سب سے کم تر صفت ہے۔ کیا ہم اپنے گھروں میں ''مہندی'' جیسی رسم کو ختم نہیں کر سکتے ہیں؟ کیا ہم میں اتنی طاقت نہیں ہے کہ ہم اس رسم کی آڑ میں بیہودگی اور آوارگی کو روک سکیں۔ کم از کم ہر مرد اپنے گھر پر تو قادر ہوتا ہی ہے ہم اس رسم کی بے حیائی کو روک کر آقا دو عالم ﷺ کو خوش کر سکتے ہیں اور یہ کام ہمارے اختیار میں بھی ہے۔ حضرت حکیم صاحب اپنے درسوں میں اکثر فرماتے ہیں کہ ''شادی'' کے صرف تین نقطے ختم کر کے اسے ''سادی'' بنا لو اس سے اللہ تعالیٰ بھی خوش اس کا رسول ﷺ بھی خوش اور شادی کے بعد برکتیں اور رحمتیں بھی مفت میں۔

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

محترم حکیم صاحب آپ کے درس نے میری دنیا ہی بدل کر رکھ دی ہے' ہم نام کے مسلمان تھے لیکن مجھے اسلام کے بارے میں کچھ معلوم نہیں تھا میں نے اپ کے سابقہ سارے دروس سنے اور آج میں پانچ وقت کا نمازی ہوں۔ (کامران نوال' سویڈن)

درس سنیں امتحان میں فرسٹ پوزیشن لیں

حضرت میرا نام جنید احمد ہے' میں کافی عرصہ سے ہر جمعرات باقاعدگی سے آپ کے درسِ روحانیت و امن میں شریک ہو رہا ہوں' آپ سے ملاقات بھی ہوئی تھی جس میں آپ سے کچھ پریشانیاں عرض کیں اور خاص طور پر امتحان میں اچھی پوزیشن کی پریشانی بتائی۔ آپ نے فرمایا تھا آپ 21 درس میں تشریف لائیں آپ کی پریشانی حل ہو جائے گی۔ میں نے اس نیت سے درس میں آنا شروع کیا' یقین کریں شروع شروع میں کچھ رکاوٹ پیدا ہوئی' کبھی دل نہ کرے' کوئی گھر والے کام کا کہہ دیں' کبھی کوئی وسوسہ آ جائے لیکن میں نے ان سب کے باوجود درس کا ناغہ نہیں کیا۔ الحمدللہ میری کچھ پریشانیاں تھیں' اللہ نے آہستہ آہستہ درس کی برکت سے وہ ختم کر دیں۔ مگر میری جو سب سے بڑی پریشانی تھی وہ امتحان کے اچھے نتائج کی تھی۔۔۔ تقریباً 13 درس ہی ہوتے تھے کہ رزلٹ آیا تو میں اپنے نمبر زدیکھ کر تو میں جیسے سکتے میں ہی آ گیا۔۔۔ آپ یقین کریں میرے اتنے اچھے نمبر ز آئے کہ میرے سب دوست احباب بھی حیران ہو گئے کہ یہ کیسے ہو گیا میں اب سب کو فخر سے درس کی برکت بتاتا ہوں۔

یرقان کیلئے روحانی علاج

سورۂ تغابن تین دفعہ ہاتھ پر دم کر کے معدے پر ہاتھ پھیر لیں اور سورۃ البینات (پارہ 30) سات دفعہ پانی پر دم کر کے پئیں کسی بھی نماز کے بعد یہ وظیفہ شروع کریں۔ یہ وظیفہ تین ماہ مسلسل کریں کسی بھی دن ناغہ نہ کریں۔ اللہ کے فضل و کرم سے یرقان کا اثر باقی نہ رہے گا۔ اس وظیفے کی بدولت میری امی بالکل ٹھیک ہیں اور ان کے ٹیسٹ بھی ٹھیک آئے تھے۔ یہ آزمایا ہوا عمل ہے لہٰذا وظیفہ کیجئے گا انشاء اللہ راحت ملے گی۔ اگر اس وظیفے کی وجہ سے کسی کو شفاء ملی ہو تو دعاؤں میں ضرور یاد رکھیے گا۔ (آمنہ ملک)

آج ہی اپنی کاپی بک کرائیں

جنوری سپیشل ایڈیشن پڑھنا نہ بھولیں !!!

گھریلو الجھنوں میں مبتلا ضرور پڑھیں

بندشوں کی زنجیر اور روحانی ایٹم بم

ایسے لاجواب تجربہ شدہ آسان وظائف جو ایٹم بم سے بھی زیادہ پراثر اور پرتاثیر ہونگے۔ رسالے کی قیمت یعنی چالیس روپے میں یہ سپیشل ایڈیشن آپ باآسانی خرید سکتے ہیں۔ صرف مایوس اور نامراد لوگ جو ہر جگہ سے ٹھکرائے ہوئے ہیں دربدر کی ٹھوکریں کھا کر خون کے آنسو رو رہے ہیں وہی پڑھیں باقی بالکل نہ پڑھیں۔۔۔۔ شادی کی بندش، رزق کی تلاش، بیرون ملک سفر کی حسرت، کاروبار کی بندش، ناممکن گھریلو الجھنیں، لاعلاج بیماریاں، کالے جادو سے ڈسے تڑپتے سلگتے گھرانے، جنات کی شرارتوں سے عاجز لوگ، نظر بد کے اثرات، اولاد کی نافرمانیاں، حاسدین اور دشمنوں کا شر، گھریلو ناچاقی، رشتوں کی بندش، صحت کی بندش، کاروبار میں زوال، مقام ولایت کے متلاشی ایسے تمام حضرات کیلئے حیرت انگیز اولیائے کرام، کامیاب عاملین اور سادہ دل قارئین کی سادہ لیکن پراثر اور آزمودہ تحریریں اور تجربات جو وظائف اور تجربات کو چھپانا اپنی قبر کی کالک سمجھتے ہیں۔

آئیے! آج ہی اپنی نوٹ بک تیار رکھیں، گرین مارکر تلاش کریں کیونکہ ماہ جنوری 2013ء کا ابھرتا ہوا شاندار سورج ایسی جاندار تحریریں لا رہا ہے جو آپ کو چونکنے پر مجبور کر دیں۔ پڑھتے ہی آپ کروٹ بدلنے پر عاجز آجائیں کہ انتظار کی گھڑیاں کب ختم ہونگی یہ آپ کی طلب پر ہے۔

نوٹ: بندشوں میں مبتلا لوگ اور گھرانے کسی بھی قسم کی بندش ہو، جادوئی بندش، جناتی بندش یا نظر بد کی بندش خاندانی ہو یا ازلی۔۔۔ ہرگز مایوس نہ ہوں، بالکل مفت میں یہ تحائف پڑھنا نہ بھولیں !!!

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

78

ماہنامہ عبقری ® لاہور

دسمبر 2012ء بمطابق محرم الحرام، صفر 1434 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

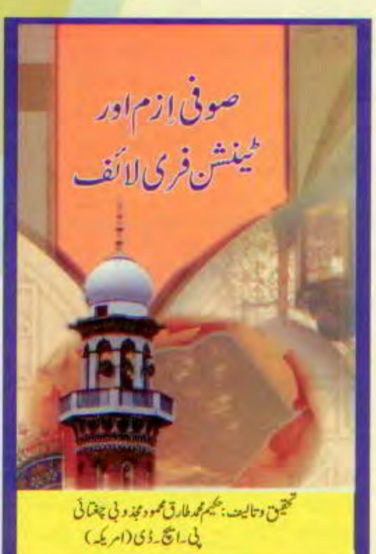
قیمت فی شمارہ 40 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

★ انجیر کھائیں صحت اور لطف ساتھ پائیں
★ کشف اور تسخیر نگاہ میں کمال حاصل کریں
★ تھوڑی سی ورزش اور ڈھیروں بیماریاں ختم
★ آپ بھی ڈیپریشن سے نجات پا سکتے ہیں
★ تمام پریشانیوں سے نجات پانے کا وظیفہ
★ ایٹم بم وظیفہ اور کالے جادوگر کی معافیاں
★ دعاؤں سے فرسٹ ڈویژن کیسے ملی؟
★ گاجر کھائیں حیران کن صحت پائیں
★ کھائیں پئیں اور سلم سمارٹ رہیں
★ مراقبہ اور زیارت رسول صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم
★ بندناک کھولنے کا انوکھا طریقہ
★ جب شوہر آپ سے دور ہو تو

بہاولپور کلینک
30 نومبر جمعہ، یکم دسمبر ہفتہ کلینک۔
اٹک کلینک
14، 15 دسمبر جمعہ اور ہفتہ اٹک کلینک
فیصل آباد کلینک
28، 29 دسمبر جمعہ، ہفتہ کلینک



ٹینشن سے فری لائف گزارنے کیلئے صوفیاء کی تعلیمات اور جدید تحقیقات کا بہترین سنگم
آج ہی عبقری کے دفتر سے طلب کریں اور ٹینشن فری لائف گزاریں

لاکھوں لوگ اس ویب سائٹ سے گھریلو الجھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں
facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کی تالیفات

نمبر	نام کتاب	قیمت
1	الجھے لوگ سلجھے اصول	130/-
2	ازدواجی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
3	انوکھی بیماریاں انوکھے علاج	180/-
4	آزمودہ گھریلو معالج	170/-
5	آداب معرفت	200/-
6	آسان نیکیوں کے حیرت انگیز فضائل (اردو، انگلش)	200/-
7	1947ء کے مظالم کی کہانی خود مظلوموں کی زبانی	250/-
8	اقوال اولیاء	300/-
9	امراض معدہ علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
10	ایک روحانی عامل کی خفیہ ڈائری	200/-
11	بے قرار زندگی سے خوشگوار زندگی تک	130/-
12	بدترین خصلتوں کا بہترین علاج	150/-
13	بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف	140/-
14	بھارتی مسلمانوں پر کیا گزری؟	160/-
15	بڑوں کی زندگی کے انمٹ تجربات	120/-
16	باپ کا تقدس اسلام اور جدید سائنس	150/-
17	پھلوں سے صحت و تندرستی	130/-
18	پرسکون زندگی کی تلاش نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
19	پرسکون نیند نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
20	پتھری ڈائیلاسز علاج نبویؐ اور جدید سائنس	120/-
21	پرکشش زندگی گزارنے کے گر نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
22	تربیت اولاد اسلام اور جدید سائنس	180/-
23	تندرستی کے دس راز، دس ٹانک	130/-
24	تعلیمات نبویؐ اور جدید سائنس	300/-
25	توبہ کے کمالات	200/-
26	ٹینشن کا سائنسی اور روحانی علاج	180/-
27	جڑی بوٹیوں کے کمالات اور جدید سائنسی تحقیقات	150/-
28	جنسی پاکیزگی نبویؐ علاج و احتیاط اور جدید سائنس	150/-
29	جوانی کی حفاظت کیسے کی جائے؟	140/-
30	جادو جنات کے پراسرار حقائق اور آزمودہ روحانی علاج	180/-
31	جادو جنات اسلام اور جدید سائنس	400/-
32	جذبات اور خیالات کے روگ نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
33	جانوروں کے انوکھے چشم دید واقعات	200/-
34	جنسی زندگی اسلام اور جدید سائنس	250/-
35	جیلوں میں بیتے لمحات کی کہانی مشاہیر کی زبانی	300/-
36	جیل کا جہنم	120/-
37	جنس جوانی اسلام اور جدید سائنس	150/-
38	حسن و صحت کیلئے انمول ٹانک	200/-
39	حسن لازوال کی قاتل بیماریاں	225/-
40	حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ	250/-
41	حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں	200/-
42	حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ	250/-
43	مشکلات کے پہاڑ اور میرے روحانی تجربات	80/-
44	خاندانی مسائل کا طبی و نفسیاتی نچوڑ	250/-
45	خواتین کے حسن و جمال کے قیمتی راز	250/-
46	خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق	210/-
47	دو انمول خزانے (اردو)	5/-
48	دو انمول خزانے (انگلش)	5/-
49	ڈپریشن سے نجات پانے والے	180/-
50	روحانی دنیا کے انوکھے بھید	180/-
51	رنگ برنگی سبزیاں دوا بھی غذا بھی شفاء بھی	130/-
52	روزگار کی پریشانی کا آزمودہ وظیفہ	10/-
53	روحانیت جادو اور وہم	225/-
54	روحانی پاکیزگی	260/-
55	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
56	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
57	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
58	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
59	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 1)	200/-
60	سنت نبویؐ اور جدید سائنس (انگلش والیم 2)	200/-
61	سدا بہار حسن کی ضامن غذائیں	250/-
62	شگفتہ باتیں بکھرے موتی انمول یادیں	120/-
63	شہد کے کمالات	120/-
64	شاہراہ معرفت پر کامیابی کا سفر	165/-
65	شافی دوائیں شافی علاج	250/-
66	شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز	250/-
67	شوگر کا کامیاب علاج	200/-
68	شاندار زندگی گزارنے کے جاندار اصول	130/-
69	شفا بخش خیالات کی کرشمہ سازی نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
70	شہید پاکستان	200/-
71	شاداب زندگی کے راز نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	120/-
72	شوگر کا سائنسی اور روحانی علاج	200/-
73	صحت مند عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
74	صحت بخش خوش ذائقہ خوراکیں اور سائنسی اصول	90/-
75	طب نبویؐ اور جدید سائنسی حقائق	120/-
76	طبی تجربات و مشاہدات	150/-
77	عشق اسلام اور جدید سائنس	200/-
78	عورت اسلام اور جدید سائنس	300/-
79	غلطیوں کی اصلاح نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
80	فیضان سنت اور جدید سائنس	130/-
81	قدرتی ٹانک اور علاج نبویؐ	120/-
82	کامیاب شادی کے ستر (70) اصول نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	130/-
83	کمالات اولیاء	150/-
84	کینسر کو شکست	140/-
85	کلونجی کے کرشمات	60/-
86	کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات (خاص نمبر)	500/-
87	کشف اور پراسرار روحانی قوتوں کا حصول	200/-
88	کامیاب عامل بنئے	250/-
89	کھنڈرات سے ملی خاندانی بیاض	2500/-
90	کولیسٹرول کا سائنسی اور روحانی علاج	80/-
91	گھریلو طبی الجھنیں اور ماہرین کے تجربات	250/-
92	گھروں میں ابدی سکون اور خوشیوں کا راز	130/-
93	گھریلو الجھنوں کا روحانی اور قرآنی علاج	150/-
94	گلوکاری سے پرہیزگاری تک	100/-
95	مہلک دوائیں نبویؐ دوائیں اور جدید سائنس	80/-
96	مجھے شفاء کیسے ملی؟	500/-
97	معرفت کے متلاشی	180/-
98	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 1)	300/-
99	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 2)	300/-
100	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 3)	300/-
101	معالجات نبویؐ اور جدید سائنس (جلد نمبر 4)	300/-
102	معاشرت نبویؐ اور جدید سائنس	360/-
103	مجاہد یا دہشت گرد	300/-
104	مولانا طارق جمیل کے ہمراہ	250/-
105	ماں کا تقدس اسلام اور جدید تہذیب	150/-
106	مہلک غذائیں نبویؐ غذائیں اور جدید سائنس	90/-
107	مایوس خاندانی مشکلات کا پرتاثیر روحانی علاج (جدید ایڈیشن)	170/-
108	مولانا طارق جمیل شخصیت و کمالات	250/-
109	معالج اور مریضوں کے تجربات	200/-
110	مہلک عادات نبویؐ طریقے اور جدید سائنس	90/-
111	مشاہیر کی آپ بیتیاں	150/-
112	مایوس نوجوان اور ویران جوانی	140/-
113	موٹاپے سے نجات علاج نبویؐ اور جدید سائنس	150/-
114	نباتات قرآنی اور جدید سائنس	150/-
115	نوجوانوں کی جنسی الجھنیں علاج نبویؐ اور جدید سائنس	130/-
116	نوجوانوں کے جنسی مسائل علاج نبویؐ اور جدید سائنس	200/-
117	نبویؐ دسترخوان صحت و تندرستی کے راز اور جدید سائنس	230/-
118	ندامت کے آنسو	140/-
119	وٹامن جسمانی صحت کیلئے کیوں ضروری	130/-
120	ہیپاٹائٹس کا سائنسی اور روحانی علاج	150/-
121	ہائی بلڈ پریشر کا روحانی اور سائنسی علاج	200/-
122	ہارٹ اٹیک سے بچاؤ کی روحانی اور سائنسی ترکیب	120/-
123	صوفی ازم سے روشنی کا سفر	250/-
124	صوفی ازم اور قبولیت دعا	160/-
125	جاندار جوانی شاندار بڑھاپا	150/-
126	موت کے سائنسی و روحانی انکشافات	150/-
127	خطبات عبقری (جلد اول)	300/-
128	مالدار بنانے کا آزمودہ راز	10/-
129	مشکلات سے نجات پانے والوں کے روحانی تجربات (مجالس مجذوبی)	200/-
130	جنات کی چوریاں روکنے کا فیصلہ کن عمل	10/-
131	سورۂ بقرہ سے شرطیہ (انشاء اللہ) بیٹا پائیں	10/-
132	صوفی ازم کے روشن ستارے	350/-
133	خطبات عبقری (جلد دوم)	300/-
134	صوفی ازم اور ٹینشن فری لائف	180/-
135	صوفی ازم اور باطنی سکون	180/-
136	شجرہ طیبہ قادری ہجویری	10/-
137	اَفَحَسِبْتُم اور اذان کے کرشمات	150/-
138	جنات کا پیدائشی دوست (جلد اول)	300/-

فہرست ادویات بمعہ نرخنامہ

نمبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	جوہر شفاء مدینہ	150/-
2	زرغوانی نقرائی	2200/-
3	طب نبویؐ انمول ہیئر پاؤڈر	120/-
4	ستر شفائیں	250/-
5	شفاء حیرت سیرپ	120/-
6	بنفشی قہوہ	120/-
7	خون صفاء پاؤڈر	120/-
8	مرہم سکون	70/-
9	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-
10	کرنٹ مالش	500/-
11	طب نبویؐ ہیئر آئل	300/-
12	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
13	ٹھنڈی مراد پاؤڈر	120/-
14	سچا منجن	70/-
15	طاقتی گولیاں	1200/-
16	روشن دماغ ٹانک گولیاں	250/-
17	فشاری گولیاں	200/-
18	اکسیر البدن گولیاں	300/-
19	نشاطی گولیاں	1000/-
20	بواسیر کورس	500/-
21	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
22	شہد	200/-
23	شہد	600/-
24	دم والا شہد	900/-
25	ناک شفاء	100/-
26	آنکھ شفاء	70/-
27	کان شفاء	70/-
28	چلڈرن سیرپ	120/-
29	کراماتی تیل	200/-
30	طب نبویؐ حسن و جمال کریم	300/-
31	عروسی سہاگ کورس	5000/-
32	شوگر کورس	800/-
33	نوجوانوں کے روگ	700/-
34	پوشیدہ کورس	600/-
35	الرجی نزلہ کورس	600/-
36	موٹاپا کورس	600/-
37	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
38	گیس، بدہضمی، تبخیر کورس	600/-
39	پتھری ڈائیلاسز کورس	800/-
40	بے اولادی کورس	2500/-
41	کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد کورس	800/-
42	روحانی عطر	240/-
43	نفس پیکیج	600/-
44	روحانی پنکھی	10
45	ٹھنڈک پیکیج	500/-
46	اصلاح معدہ پیکیج	440/-
47	سدا بہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-
48	ڈیپریشن پیکیج	490/-
49	دیسی کریم	500/-
50	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
51	یورک ایسڈ نجات کورس	600/-
52	قبض کشاء	120/-
53	السر کورس	400/-
54	ہارمونز شفاء	300/-

قارئین! تمام دوائیں صدیوں سے آزمودہ خالص اجزا سے مزین اور لاکھوں لوگوں کی تجربہ شدہ ہیں، بعض اوقات دوائی اندر سے بیماری کو نکالتی ہے دشمن کا نکلنا بہتر ہے مقدار میں کمی بیشی کر لیں۔ موسمی نمی کی وجہ سے دوائی میں اگر کچھ تبدیلی ہو اسے خراب نہ سمجھیں کسی برتن میں دھوپ لگوا کر چھلنی سے چھان کر قابل استعمال ہے۔ پانچ سال تک دوائی خراب نہیں ہوتی۔

سکون و عافیت کیلیے صلہ رحمی کی اہمیت

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ اپنے مہمان کا اکرام کرے۔ جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ وہ صلہ رحمی کرے یعنی رشتہ داروں کے ساتھ اچھا سلوک کرے اور جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ بھلائی کی بات کرے ورنہ خاموش رہے۔ (بخاری) ☆ حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص یہ چاہے کہ اس کے رزق میں فراخی کی جائے اور اس کی عمر دراز کی جائے اس کو چاہیے کہ اپنے رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی کرے۔ (بخاری) ☆ حضرت سعید بن زید رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا بیشک یہ رحم یعنی رشتہ داری رحمان کی رحمت کی ایک شاخ ہے جسے اللہ تعالیٰ کے نام رحمان سے لیا گیا ہے' لہٰذا جو اس رشتہ داری کو توڑے گا اللہ تعالیٰ اس پر جنت حرام کر دیں گے۔ (احمد) ☆ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ ایک شخص نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ میرے بعض رشتہ دار ہیں میں ان سے تعلق جوڑتا ہوں وہ مجھ سے تعلق توڑتے ہیں' میں ان کے ساتھ اچھا سلوک کرتا ہوں وہ میرے ساتھ بدسلوکی کرتے ہیں اور میں ان کی زیادتیوں کو برداشت کرتا ہوں وہ میرے ساتھ جہالت سے پیش آتے ہیں۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جیسا تم کہہ رہے ہو اگر ایسا ہی ہے تو گویا تم ان کے منہ میں گرم گرم راکھ جھونک رہے ہو اور جب تک تم اس خوبی پر قائم رہو گے تمہارے ساتھ ہر وقت اللہ تعالیٰ کی طرف سے ایک مددگار رہے گا۔ (مسلم) ☆ حضرت جُبیر بن مطعم رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ انہوں نے نبی کریم ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: قطع رحمی کرنے والا جنت میں نہیں جائے گا۔ (بخاری)۔ ف: قطع رحمی اللہ تعالیٰ کے نزدیک اتنا سخت گناہ ہے کہ اس گناہ کی گندگی کے ساتھ کوئی جنت میں نہ جا سکے گا ہاں جب اس کو سزا دے کر پاک کر دیا جائے یا کسی وجہ سے اس کو معاف کر دیا جائے تو جنت میں جا سکے گا۔ (معارف الحدیث)

حال دل ایڈیٹر کے قلم جو میں نے دیکھا' سنا اور سوچا

پانچ نام اور تین گھر تبدیل کیے

میرے پاس لوگ اپنی مشکلات' پریشانیاں اور الجھنیں لے کر آتے ہیں بلا مبالغہ میری سالہا سال کی پریکٹس سے لاکھوں لوگ مجھ سے استفادہ کر چکے ہیں ان کی داستانیں سن کر میں پریشان بھی بہت ہوتا ہوں اور بعض اوقات حیران بھی ہوتا ہوں۔ ہمارے معاشرے میں عارضی تسلیاں' عارضی علاج' اور غیر حقیقی واقعات کو بہت اہمیت دی جاتی ہے۔ اگر کوئی شخص اصل علاج کی طرف متوجہ کرنا چاہے تو چونکہ وہاں لذتیں چھنتی ہیں اور عارضی انجوائے منٹ ختم ہوتی ہے اور ظاہری لش پش پر پانی پھرتا نظر آتا ہے تو اس سے گریزاں ہو کر پھر کسی اور کے پاس عارضی علاج کیلئے بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ ہمارے گھر پر جادو ہو گیا' جنات کا اثر ہے فلاں عامل نے کہا اس کا نام بدل دو' فلاں نے کہا کہ گھر تبدیل کر دو' پھر ہم نے ایک گھر تبدیل کیا' عامل بابے نے کہا اب اس گھر میں بھی جادو جنات آ گئے ہیں لہٰذا آپ دوسرا گھر بدلیں پھر دوسرا گھر بدلا تو اس کا بھی یہی حال ہوا اب تک پانچ پانچ گھر بدل چکے ہیں لیکن بجائے اس کے کہ راحت پہنچے ہماری زندگی ویرانی اور پریشانی کا مجموعہ بن کر رہ گئی ہے پھر نام پر نام تبدیل کیے لیکن اولاد کا مزاج نہ بدلا' وہی نافرمانی' چڑچڑا پن' ڈھٹائی ضد' اور غصہ پھر مار کٹائی نے اور زیادہ جلتی پر تیل کا کام کیا اور اسی طرح گھر بھی بدلے' نام بھی بدلے لیکن اپنے آپ کو بدلنے کا کبھی خیال نہ آیا میرا رزق کیسا' میرے گھر کا رواج کیا۔۔۔ ماں یہ نہیں دیکھتی میں سارا دن سکرین کے سامنے کیا دیکھتی ہوں جو میں دیکھتی ہوں معصوم بچہ بھی دیکھ رہا ہوتا ہے جو میں سنتی ہوں وہی موسیقی معصوم بھی سن رہا جو لقمہ میں کھاتی ہوں' وہی بچہ بھی کھا رہا وہ معصوم ہے لیکن اس کے اندر بھی احساسات کا موجیں اور ٹھاٹھیں مارتا ہوا سمندر ہے جسکی سمجھ ہمیں اس وقت آتی ہے جب وہ نافرمانی کی شکل میں اظہار کرتا ہے۔ ہماری زندگی کے عادات واطوار میں کیوں نہ جناتی چیزیں آئیں جس گھر سے حفاظت والے اعمال چلے جائیں گے تو اس کی مثال ایسے ہے کہ گھر کی مضبوط چار دیواری گرا دو ہر راہ گزرنے والا جو چیز چاہے اٹھا کر لے جائے بلکہ بقول ایک دانا کے جن گھروں کی چار دیواری نہیں ہوتی کہ وہ اس بات کی دلیل ہے کہ ہر راہ گیر کو در اصل کہا جا رہا کہ آؤ ہمارے گھر میں دعوت ہے جو چیز چوری لے جانی ہے لے جاؤ۔۔۔ جس کو چھیڑنا ہے چھیڑ لو۔۔۔ ہم نے دروازے کھولے ہوئے ہیں۔۔۔ جو جس کے جی میں آئے کر لے۔ قارئین! خود سوچیں حفاظت کی دیواریں اور حصار تو ہم نے ختم کر دیئے اپنی زندگی کو خود پریشان کر دیا آخر کتنا عرصہ ایسے لوگوں کے سہارے لیتے رہیں گے اور کتنا عرصہ لوگوں سے دھوکے کھاتے رہیں گے۔ مہربانی کریں اپنی زندگی کے دن رات بدلیں گھر اور نام نہ بدلیں۔ میں مانتا ہوں نام کا زندگیوں پر بہت اثر ہے اور گھروں کا بھی...... لیکن کیا ہمارے رزق' ہمارے بول ہمارے رواج ہمارے کھلے گلے' ننگے بازو اور ننگا سر اس کا کچھ بھی اثر نہیں ہوتا؟ سوچیں تو سہی......! کرنا کیا تھا کر کیا بیٹھے' کرنی تھی اپنے گھر اور اپنے معاشرے کی اصلاح اور کر بیٹھے یہ کہ لوگوں پر الزام دیورانی جیٹھانی اور نندوں پر بہتان اور ساس پر اعتراض...... کہ یہ ہم پر جادو کرتے ہیں۔ ہم خود جادوگر ہیں اپنے گھر پر بے دینی اور بے عملی کا جادو کیا ہوا ہے۔ آئیں! ہم خود عامل بنیں اور اپنے جادو کو خود توڑیں اس کے علاوہ کوئی راستہ نہیں ہے ورنہ......اس ظلمت' مصیبت اور پریشانی کی چکی میں ہم بھی پس جائیں گے اور ہماری نسلیں بھی......

درس روحانیت و امن

حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ہفتہ وار درس سے اقتباس

جیسا دنیا میں ویسا مرتے وقت

اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے، ہر پل، ہر سانس جس کا تذکرہ ہوگا آخری وقت میں وہی بول زبان پر آئے

ایمانی کارڈ کے لیے ساری محنت: ایک صاحب کہنے لگے کہ خاتمہ بالخیر کی مثال مجھے تب سمجھ آئی جب میں بیرون ملک جانے لگا، انہوں نے کہا: جی فلاں ٹیسٹ کرائیں آپ کو فلاں بیماری تو نہیں۔ ٹکٹ لیں، فارم لیں پُر کریں پھر تھانے سے رپورٹ بنوائیں۔ کہنے لگے: بہت عرصہ بھاگ دوڑ کرتے کرتے پھر میں نے پاسپورٹ بنوایا، پاسپورٹ بنوانے کے بعد اتنی قیمت کی میں نے ٹکٹ لی، پھر میری چھان بین ہوئی اور میری مشین سے تلاشی لی گئی، پھر مشین سے مجھے اور میرے سامان کو گزارا گیا اور اس کے بعد انہوں نے مجھ سے اتنے پیسے لے لئے اور ایک چھوٹا سا کاغذ دیدیا میں نے کہا: یہ کیا ہے؟ کہنے لگے: اسے بورڈنگ کارڈ کہتے ہیں۔ یہ کارڈ ہے اب یہ دکھاتے جاؤ اور منزلیں طے کرتے جاؤ یہاں تک کہ آپ جہاز میں بیٹھ جاؤ گے۔ بس جہاز میں جو بیٹھ گیا وہ منزل پر پہنچ گیا، کہنے لگے: ساری زندگی کی کمائی یہ بورڈنگ کارڈ ہے۔ پھر مجھے سمجھ آیا کہ آخری وقت میں کلمہ نصیب ہوجانا اور ایمان کی حالت میں موت آجانا ہی ساری زندگی کی کمائی کا نچوڑ ہے۔

ہر تمنا دل سے رخصت ہوگئی: ایک دن محترم جناب محسن انصاری صاحب کہنے لگے: ’’بس اب ساری حسرتیں ختم ہوگئیں بس اب تو یہ ہی حسرت ہے کہ خاتمہ ایمان پر ہوجائے‘‘ ہمارے اندر یہ غم کیسے لگے گا؟ کتنے لوگ ایسے ہیں جو روزانہ مرتے ہیں، لاکھوں مرتے ہیں، کتنوں کو کلمہ نصیب ہوتا ہے؟ اور کتنے ایمان کی حالت میں مرتے ہیں؟ ذرا سوچیں!

مرتے وقت اللہ ہماری حفاظت فرمائے!: میرے حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے تھے ’’کتنے لوگ ایسے ہیں جو ساری زندگی کلمہ پڑھتے رہے لیکن افسوس کہ آخری وقت میں کلمہ نصیب نہ ہوا اور کلمے والے ان کا جنازہ پڑھ رہے اور جنازے میں ایمان کے کلمے پڑھ رہے لیکن جس کا جنازہ پڑھ رہے وہ بغیر کلمہ کے مر گیا‘‘۔

جیسی زندگی ویسی موت: یاد رکھنا! جس چیز کو ساری زندگی بولیں گے، جس چیز کو ساری زندگی سنیں گے، جس چیز کے تذکرے ساری زندگی کریں گے، صبح وشام، اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے، ہر پل، ہر سانس جس کا تذکرہ ہوگا آخری وقت میں وہی بول زبان پر آئے گا‘ جس چیز کا تذکرہ کریں گے اسی کے تذکرے آئیں گے اور دل میں بھی وہی آئے گا۔

بڑی خطرناک بات: ایک صاحب مجھے کہنے لگے: میرا کام منڈی میں بولی کا ہے، جب میں سو رہا ہوتا ہوں تو میرے گھر والے کہتے ہیں آپ سوتے ہوئے بولیاں لگا رہے ہوتے ہیں۔ اوہو۔۔۔! میں نے کہا: بھائی یہ تو بڑی خطرناک بات ہے۔ تو کہنے لگے: جی کونسی خطرناک بات ہے؟ میں نے کہا نیند تو آدھی موت ہوتی ہے، پوری موت میں کیا بنے گا؟ اگر یہ پوری موت میں ہوگیا پھر۔۔۔؟؟؟

ایسا معاملہ ہوگیا ہو تو پھر کیا کریں: جس چیز کا تذکرہ ہر پل‘ ہر سانس ہوگا۔۔۔ وہی آخری وقت میں نکلے گا۔ آپریشن کرنے والے ایک ڈاکٹر ہمارے دوست ہیں۔ وہ بتاتے ہیں جب ہم آپریشن کرنے سے پہلے مریض کو بے ہوش کرتے ہیں، بعض اوقات ہم چھ چھ گھنٹے آپریشن کرتے ہیں اور بیہوشی کے عالم مریض بولتا ہی رہتا ہے، بولتا ہی رہتا ہے۔

بے ہوشی میں ایمان کا ہوش: ہمارے ایک بابا جی داؤد صاحب ہیں، ان کا ہرنیا کا آپریشن ہوا۔ اب جب ان کو بے ہوش کیا گیا تو انھوں نے کلمہ پڑھنا شروع کردیا۔ بیہوش کرنے کے بعد ایک ڈاکٹر کہنے لگے: یہ تو بیہوش نہیں ہے، یہ تو مسلسل کلمہ پڑھ رہا ہے۔ دوسرے ڈاکٹر نے چیک کیا جو اس کا اسپیشلسٹ تھا اس نے کہا: یہ بالکل بے ہوش ہے، دوسرے نے کہا یہ تو باتیں کررہا ہے پہلے نے کہا یہ ایسے ہی کرتا رہے گا کیوں کہ اس کے من میں کلمہ اتر چکا ہے۔ اس لیے ان کا نام موت رکھا ہوا ہے۔ جب کوئی ان کو دیکھتا ہے تو کہتا ہے بابا داوود تو ابھی تک زندہ ہے۔ وہ کہتے ہیں اللہ نے چلایا ہوا ہے جب اللہ چاہے گا تب مروں گا.....

چیز بنی ہی ٹوٹنے کے لیے ہے: آدھی موت چاہے آپریشن کے ذریعہ ہے، چاہے وہ بے ہوشی یا نیند کے ذریعے ہے اللہ والو! جس کا آدھی موت میں جو عالم ہوگا۔ اس کا پوری موت میں بھی وہی عالم ہوگا۔ اب اختتام تو ہوگا ہی۔۔۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ اختتام جو ہے وہ کلمہ کے ساتھ ہے، اعمال کے ساتھ ہے، اللہ جل شانہٗ کے شوق کے ساتھ ہے، اللہ کے خوف کے ساتھ ہے، کیسا ہے؟ ہونا تو ہے۔۔۔ یہ چیز بنی ہی ٹوٹنے کے لئے ہے، یہ جسم بنا ہی گلنے کے لئے ہے۔

رب جو کرتا ہے، ٹھیک کرتا ہے: یہ تو اللہ کی رحمت ہے کہ اللہ پاک اس جسم کو مٹی کردیتے ہیں ورنہ تو جہاں زمین کھودتے، اندر سے لاشیں نکل آتیں۔ مردے دفن کرنے کی جگہ نہ ملتی۔ حضرت آدم علیہ السلام سے لیکر آج تک جو بندے مرے ہے بھئی زمین تو وہی ہے۔ ایک پراپرٹی کا کام کرنے والا بندہ کہنے لگا: زمین اتنی بن گئی ہے جتنی قیامت تک بنی تھی وہ بن چکی ہے اب جتنی لینی ہے لے لو۔ میں نے کہا: بھئی بات تو تیری ٹھیک ہے، جتنی زمین بنی تھی وہ بن گئی ہے، اب زمین نہیں بڑھے گی، وہ تو جتنی اللہ نے بنادی ہے اگر اللہ جل شانہٗ نے موت دی ہے اور موت کے بعد جسم کا مٹی ہونا یا جسم کا ختم ہونا چاہے کسی بھی شکل میں ہو‘ راکھ کی شکل میں یا مٹی کی شکل میں، اگر جسم ختم نہ ہوتا تو آپ کا کیا خیال ہے؟ اب تک کیا ہوچکا ہوتا۔ میلوں یہ پھیلے ہوئے قبرستان بھی خالی نہ ہوتے۔ ’’مکلی‘‘ ٹھٹھہ کا قبرستان میلوں میں پھیلا ہوا ہے اور بعض پرانی قبریں میں نے کھلی ہوئی دیکھی ہیں‘ قبریں تھیں، بڑے کتبے بنے ہوئے تھے، اندر سے بالکل خالی ہے جسم تھا لیکن وہ سب ختم ہوگیا۔ اللہ جل شانہٗ کا ایک نظام ہے۔ اچھا! اگر موت نہ ہوتی تو پھر کیا ہوتا؟ تو معلوم ہوا کہ میرا رب جو کرتا ہے، صحیح کرتا ہے، اللہ پاک جو چاہتے ہیں ٹھیک چاہتے ہیں، موت بھی نہ ہوتی تو یہ بوڑھے، بوڑھے لوگ پتہ نہیں کہاں ہوتے، اگر یہ یورپ کے اولڈ ہاؤس بھی نہ ہوتے تو پھر گاؤ شالے یہ تو ہوتے ہی۔۔۔ ان میں لوگ اپنے والدین کو لے جاتے، اللہ جل شانہٗ نے یہ ایک نظام بنایا ہے۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے شوہر دس سال سے کویت میں ہیں‘ میرے سسرال والوں نے مجھے نوکرانیوں کی طرح رکھا ہوا ہے۔ میرے گھر میں نیٹ کی سہولت موجود ہے‘ میری ایک سہیلی نے مجھے آپ کے درس کا بتایا اور ساتھ ویب سائٹ بھی بتائی۔ میں جب بھی زیادہ پریشان ہوتی ہوں تو آپ کے گزشتہ درس نیٹ پر سن لیتی ہوں تو آپ یقین کریں مجھے بہت سکون ملتا ہے ورنہ میں تو نفسیاتی مریض بن جاؤں‘ آپ کے دروس نے میری زندگی کو ایک نیا مقصد دیا ہے‘ اب میں ایک مطمئن زندگی گزار رہی ہوں‘ الحمدللہ اب پانچ وقت کی نماز پڑھتی ہوں اور باپردہ ہوگئی ہوں اور دوسروں کو بھی اس کی تلقین کرتی ہوں۔ (سویرا عابد‘ لورالائی)

خاتم الانبیاء ﷺ کی جنت کے شہزادوں سے محبت

ابولبیب شاذلی

حضور ﷺ نے حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بوسہ لیا تو اقرع بن حابس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا میرے دس لڑکے ہوئے میں نے ان میں سے کسی ایک کا بوسہ نہیں لیا تو آپ ﷺ نے فرمایا اللہ اس پر رحم نہیں کرتا جو لوگوں پر رحم نہیں کرتا۔

حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور ﷺ کو دیکھا کہ آپ ﷺ ممبر پر تشریف فرما تھے اور لوگوں کو خطبہ دے رہے تھے اتنے میں حضرت حسین بن علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نکلے ان کی گردن میں کپڑے کی ایک دھجی تھی جسے یہ کھینچ رہے تھے اس میں پیر پھنسا اور یہ منہ کے بل گر گئے' حضور ﷺ ان کے اٹھانے کے ارادہ سے ممبر سے اترے جب حضرات صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے یہ دیکھا تو انہوں نے بچہ (حضرت حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ) کو اٹھایا اور آپ ﷺ کے پاس لائے۔ آپ ﷺ نے انہیں پکڑا اور گود میں اٹھالیا اور فرمایا اللہ شیطان کو قتل کرے بے شک اولاد فتنہ ہے' خدا کی قسم! مجھے یہ بھی نہیں پتہ چلا کہ ممبر سے (کب) اترا جب تک کہ انہیں میرے پاس نہ لایا گیا۔

حضرت ابوسعید رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ ﷺ کے پاس آئے۔ آپ ﷺ سجدہ میں تھے۔ آپ ﷺ کی پشت مبارک پر سوار ہوگئے آپ ﷺ نے اپنے ہاتھ سے پکڑا آپ ﷺ نے قیام کیا پھر رکوع کیا اور یہ پھر آپ ﷺ کی پشت پر سوار ہوگئے۔ جب آپ ﷺ کھڑے ہوئے انہیں آہستہ سے نیچے اتار دیا پھر یہ چلے گئے۔

حضرت زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے دیکھا رسول اللہ ﷺ سجدہ میں تھے اتنے میں حضرت حسن بن علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ آئے اور آپ ﷺ کی پشت پر سوار ہوگئے۔ آپ ﷺ نے انہیں اتارا نہیں یہاں تک کہ یہ خود اترے اور آپ ﷺ نے اپنے دونوں پیروں کے درمیان زیادہ فاصلہ کردیتے تھے تاکہ حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ اس جانب سے اس جانب نکل جائیں۔

یہی کہتے ہیں کہ میں نے حضرت عبداللہ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے دریافت کیا کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ مجھے بتایئے کہ حضور ﷺ سے زیادہ مشابہ کون تھا؟ حضرت عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ حضرت حسن بن علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ حضور ﷺ کے تمام لوگوں میں سے سب میں زیادہ مشابہ اور سب سے زیادہ آپ ﷺ کو محبوب تھے یہ آتے اور آپ ﷺ سجدہ میں ہوتے' یہ حضور ﷺ کی پشت مبارک پر سور ہوجاتے آپ ﷺ اس وقت تک نہ کھڑے ہوتے جب تک یہ ہٹ نہ جاتے۔ یہ آتے اور آپ ﷺ کے پیٹ کے نیچے داخل ہوجاتے تو آپ ﷺ ان کیلئے اپنے دونوں پیروں میں کشادگی کردیتے تاکہ وہ نکل جائیں۔

حضور نبی کریم ﷺ کی شہزادوں سے محبت: حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں رسول کریم ﷺ نماز میں ہوتے جب آپ ﷺ سجدہ میں جاتے حضرت حسن اور حسین رضی اللہ عنہما کود کر آپ ﷺ کی پشت مبارک پر سوار ہوجاتے جب حضرات صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین ارادہ کرتے کہ ان دونوں کو روکیں تو آپ ﷺ صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین کی طرف اشارہ فرماتے کہ انہیں چھوڑ دو اور کچھ نہ کہو اور جب نماز سے فارغ ہوتے ان دونوں کو اپنی گود میں بٹھا لیتے اور فرماتے جو مجھے دوست رکھتا ہے اسے چاہیے کہ ان دونوں کو دوست رکھے۔ ابویعلیٰ اور بزار کی روایت میں ہے کہ آپ ﷺ جب نماز سے فارغ ہوتے اور ان دونوں شہزادوں کو اپنے سے چمٹا لیتے تھے۔ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اکرم ﷺ سجدہ میں ہوتے حضرت حسن اور حضرت حسین رضی اللہ عنہما آتے اور آپ ﷺ کی پشت مبارک پر سوار ہوجاتے تو آپ ﷺ سجدہ کو طویل کردیتے عرض کیا گیا کہ اے اللہ کے نبی ﷺ! آپ ﷺ نے سجدے بہت طویل کردیئے؟ آپ ﷺ نے فرمایا کہ مجھ پر میرے دونوں بچے سوار ہوگئے تھے میں نے مناسب نہ سمجھا کہ سجدہ میں جلدی کروں۔ حضرت ابوقتادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں جناب رسول اللہ ﷺ ہمارے پاس تشریف لائے اور حضرت امامہ بنت ابی العاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ ﷺ کے کندھے مبارک پر تھیں آپ ﷺ نے نماز پڑھی جب آپ ﷺ رکوع میں جاتے تو انہیں علیحدہ کردیتے اور جب رکوع سے اٹھتے انہیں پھر اٹھا لیتے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ ہمارے پاس تشریف لائے اور آپ ﷺ کے ساتھ حضرات حسنین رضی اللہ عنہما تھے ایک' ایک کاندھے پر تھے اور دوسرے ایک کاندھے پر' کبھی آپ ﷺ ان کا بوسہ لے لیتے اور کبھی آپ ﷺ ان کا' یہاں تک کہ آپ ﷺ ہمارے پاس پہنچے...... ایک آدمی نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ آپ ان دونوں بچوں سے بہت محبت رکھتے ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا جس نے ان دونوں سے محبت کی اس نے مجھ سے محبت کی اور جس نے ان دونوں سے بغض رکھا اور اس نے مجھ سے بغض رکھا۔ حضرت معاویہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور نبی کریم ﷺ کو دیکھا کہ حضرت حسن بن علی رضی اللہ عنہما کی زبان یا ہونٹ کو چوس رہے تھے اور بے شک ہرگز نہ عذاب دی جائے گی وہ زبان یا وہ ہونٹ جن کو حضور ﷺ نے چوسا ہے۔ حضرت سائب رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ نے حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بوسہ لیا تو اقرع بن حابس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا میرے دس لڑکے ہوئے میں نے ان میں سے کسی ایک کا بوسہ نہیں لیا تو آپ ﷺ نے فرمایا اللہ اس پر رحم نہیں کرتا جو لوگوں پر رحم نہیں کرتا۔

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک عورت حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے پاس آئی اور اس کے ساتھ اس کی دو بیٹیاں تھیں حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے انہیں تین کھجوریں دیں اس عورت نے ان دونوں کو ان میں سے ایک ایک کھجور دی اور ایک کھجور خود لی اور اسے اپنے منہ میں رکھنا چاہتی تھی۔ راوی کہتے ہیں کہ ان دونوں بچیوں نے ماں کی طرف دیکھا تو اس نے اس کھجور کے بھی دو ٹکڑے کیے اور دونوں کو اس میں سے آدھا آدھا دیا اور چلی گئی۔ اتنے میں حضور نبی کریم ﷺ تشریف لائے اور حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے آپ ﷺ سے اس عورت کے اس فعل کو بیان کیا تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ بے شک وہ عورت اس فعل سے جنت میں داخل ہوگئی۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ کی خدمت میں ایک آدمی آیا اور اس کے ساتھ اس کا بچہ تھا اس آدمی نے بچہ کو اپنے سے چمٹانا شروع کردیا آپ ﷺ نے فرمایا کیا تو اس پر رحم کرتا ہے؟ اس نے عرض کیا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا اللہ تیرے اوپر اس سے زیادہ مہربان ہے کہ تو اپنے بچہ پر مہربانی کرتا ہے اور وہ اللہ پاک تمام رحم کرنے والوں میں سے زیادہ رحم کرنے والا ہے۔ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک شخص حضور اکرم ﷺ کے پاس تھا اتنے میں اس کا بچہ آیا اس نے اس کا بوسہ لیا اور اپنی ران پر بٹھا لیا اور اس کے بعد اس کی بیٹی آئی تو اسے اپنے سامنے بٹھا لیا تو آپ ﷺ نے دونوں بچوں کے درمیان برابری نہ کرنے پر ان کو تنبیہ کی۔

ڈاکٹر مبشر حیات' راولپنڈی

بچوں کی صحت......والدین کی اہم ذمہ داری

نزلہ زکام بھی بچوں کو اکثر ہوتا رہتا ہے۔ یہ بھی وائرل انفیکشن ہوسکتا ہے لہٰذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچوں کے دوستوں سے بھی واقف ہوں اور انہیں علم ہو کہ ان کا بچہ کس قسم کے بچوں کے ساتھ تفریح کے لمحات گزارتا ہے۔ نزلہ زکام کے ساتھ بچوں کو بخار بھی ہوسکتا ہے۔

ہمارے ہاں ایک انداز فکر یہ موجود ہے کہ بچے بڑوں کی طرح فکر وتشویش میں مبتلا نہیں ہوتے۔ انہیں ڈیپریشن یا ذہنی دباؤ وغیرہ کا سامنا نہیں کرنا پڑتا وہ آزاد منش ہوتے ہیں لیکن بچوں پر کام کرنے والے ماہرین اس خیال سے اتفاق نہیں کرتے۔ بے شک وہ تسلیم کرتے ہیں کہ بچوں میں احساس ذمہ داری نہیں ہوتا لیکن اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ وہ احساسات اور اپنے ماحول سے بالکل لاتعلق رہتے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ جس طرح گھر کے بڑے افراد یا بالغ افراد جذباتی علامات کے دباؤ میں آجاتے ہیں بالکل اسی طرح بچے بھی ان جذبات سے متاثر ہوتے ہیں اس پر مستزاد یہ کہ بچوں کو اپنے منفی جذبات کے اظہار کا طریقہ بھی نہیں آتا۔ بچے عام طور پر ان تبدیلیوں کو بھی نہیں سمجھ پاتے جو فطری جذباتی تبدیلیوں کا مظہر ہوتی ہیں۔ ایسی صورت میں بچوں کے پاس اپنے ذہنی وجذباتی امراض کے اظہار کا صرف ایک ہی طریقہ رہ جاتا ہے کہ وہ اپنی جذباتی تکلیف کا اظہار جسمانی تکلیف کی صورت میں کرتے ہیں۔ ایک بچہ پیٹ' سر یا ٹانگوں میں درد کی شکایت کرتا ہے' بچے پسلیوں میں درد کی شکایت کرتے ہیں لیکن والدین جب انہیں ڈاکٹر کے پاس لے کر جاتے ہیں تو تشخیص کے بعد ڈاکٹر اس امکان کو رد کردیتا ہے کہ بچہ کسی جسمانی مرض میں مبتلا ہے اگرچہ جسمانی نشوونما بغیر کسی درد کے ہوتی ہے لیکن جذباتی بڑھوتری یا نشوونما کا معاملہ اس سے مختلف ہے لہٰذا بچہ اگر جسم میں کسی ظاہری علامت کی غیر موجودگی کے باوجود درد کی شکایت کرے تو والدین کو چاہیے کہ وہ اس کی بات کو نظرانداز کرنے کے بجائے اس پر غور کریں اور اس پر ڈاکٹر سے رائے لیں۔

دیکھا یہ گیا ہے کہ بعض بچے اپنی تشویش یا فکر کا اظہار بے جا ہاتھ پاؤں چلا کر یا گھر والوں کا حکم نہ مان کر کرتے ہیں۔ ایسے بچے عام طور پر بہت حساس ہوتے ہیں بعض ماہرین اس کا سبب غذائی الرجی یا غذائی کمی کو بھی قرار دیتے ہیں لیکن بہت کم بچے ایسے ہیں جن میں اس قسم کے شواہد ملتے ہوں۔ زیادہ تر ماہرین کا کہنا ہے کہ بچوں کا اس طرح کا رویہ دراصل اس بات کی عکاسی کرتا ہے کہ وہ ناخوش ہیں۔ اگر کسی بچے کو مسلسل پیٹ میں درد' سر میں درد یا کوئی اور جسمانی تکلیف لاحق ہو تو جسمانی تکلیف کے علاج کے ساتھ ساتھ اس بچے کے جذباتی مسائل حل کرنے پر بھی توجہ دی جانی چاہیے جس طرح بڑے جذباتی مسائل کا شکار ہوتے ہیں اسی طرح بچوں کو بھی یہ مسائل درپیش ہوسکتے ہیں وہ اپنے اساتذہ' گھر کے کسی فرد یا اپنے ماحول میں موجود کسی ایسے رویے سے نالاں ہوتے ہیں چونکہ اس وقت انہیں اس مسئلے کا کوئی حل نظر نہیں آرہا ہوتا اس لیے وہ چڑچڑے اور ضدی ہوجاتے ہیں۔

ناک' کان اور گلے کی بیماریاں: بچے عام طور پر کان' ناک اور گلے کی بیماریوں سے متاثر ہوتے ہیں۔ خاص طور پر ان کے وہ اعضاء متاثر ہوتے ہیں جن کی قوت مدافعت کم یا بالکل نہیں ہوتی۔ ڈبے کا دودھ پینے والوں کے مقابلے میں ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں قوت مدافعت زیادہ ہوتی ہے نیز مختلف عمروں میں حفاظتی ٹیکوں کے کورس کرا کر بھی مختلف بیماریوں کے خلاف بچے کی قوت مدافعت کو بڑھایا جاسکتا ہے لیکن یہ بات بھی یاد رکھنی چاہیے کہ ایسا تمام بیماریوں میں ممکن نہیں ہے عام طور پر ابتدائی عمر میں بچوں میں ناک' حلق' سینے اور بعض اوقات کان اور سائی نس جیسی تکالیف میں مبتلا ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ زیادہ تر بچوں کو اسی قسم کے امراض میں مبتلا دیکھا گیا ہے۔ یہ بیماریاں اس وقت زیادہ تیزی سے بچے کو اپنی لپیٹ میں لیتی ہیں جب بچے باہر کھیلنا شروع کردیتے ہیں یا دوسرے بچوں سے میل جول بڑھاتے ہیں۔

نزلہ وزکام: نزلہ زکام بھی بچوں کو اکثر ہوتا رہتا ہے۔ یہ بھی وائرل انفیکشن ہوسکتا ہے لہٰذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچوں کے دوستوں سے بھی واقف ہوں اور انہیں علم ہو کہ ان کا بچہ کس قسم کے بچوں کے ساتھ تفریح کے لمحات گزارتا ہے۔ نزلہ زکام کے ساتھ بچوں کو بخار بھی ہوسکتا ہے۔ ایسے میں بچے چڑچڑے ہوجاتے ہیں۔ والدین کو چاہیے کہ متاثرہ بچے کو بستر پر لٹا دیں اور اسے توجہ دیں اور زیادہ سے زیادہ پانی پلائیں۔ اگر بخار زیادہ ہوجائے تو ٹھنڈے پانی کی پٹیاں رکھی جائیں اگر ضروری ہو تو بخار دور کرنے والی دوا بھی دی جاسکتی ہے اس دوران بچے کا بخار چیک کرتے رہیں خدانخواستہ بخار زیادہ ہوجائے تو پھر خود علاج کرنے کی بجائے فوری طور پر ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔

کان کی تکلیف یا کان کا بہنا: بچوں میں ایک عام بیماری کان کی تکلیف یا کان کا بہنا ہے۔ کان بہنے کی وجہ سے کان بند ہوجاتے ہیں نزلے کی وجہ سے کان میں انفیکشن ہوجاتا ہے چنانچہ ہوسکتا ہے کہ ایسی صورت کان میں گرومیٹ نامی نلکی نصب کی جائے۔ اگر آپ کو اپنے بچے کی قوت سماعت کے بارے میں کوئی شک ہے تو اس کا کسی ماہر ای این ٹی معالج سے معائنہ کرائیں اس میں غفلت نہ برتیں کیونکہ اگر اس عمر میں ہی اس مسئلے پر توجہ نہ دی گئی تو یہ روگ بچے کو مستقل بھی لگ سکتا ہے۔

آنکھوں کے امراض: دیکھا یہ گیا ہے کہ بعض والدین بچے کی پیدائش کے بعد بچے کی آنکھوں میں بھینگے پن کی شکایت کرتے ہیں لیکن یہ فکر کی کوئی زیادہ بات نہیں ہوتی کیونکہ عام طور پر پیدائش کے وقت اکثر بچوں کی آنکھیں ایسی ہی لگتی ہیں۔ یہ کیفیت زیادہ دیر نہیں رہتی لیکن اگر یہ کیفیت واقعی مستقل رہتی ہے تو پھر یہ تشویش کی بات ہے۔ ڈاکٹر کو اس سے آگاہ کرنا چاہیے۔

پیٹ کے امراض: اکثر سال دو سال کے بچوں کے پیٹ میں کیڑے ہوجاتے ہیں۔ یہ کیڑے بچوں کے فضلے میں دھاگہ نما ٹکڑوں کی صورت میں نظر آتے ہیں۔ یہ علامت کسی مرض کی تو نہیں لیکن اسے نظرانداز کرنا بھی درست نہیں۔ پیٹ کے کیڑے سکول میں ایک بچے سے دوسرے بچے میں اور خاندان کے دیگر افراد میں بھی باآسانی منتقل ہوسکتے ہیں۔ دراصل رات کو سوتے وقت بچے کے مقعد میں خارش ہوتی ہے یوں کھجلانے پر ان کیڑوں کے انڈے بچے کے ناخنوں میں آجاتے ہیں اور پھر ہاتھوں کے ذریعے یہ انڈے دوسرے افراد میں منتقل ہوجاتے ہیں۔ پیٹ کے کیڑوں کا علاج بہت آسان ہے ڈاکٹر پیٹ کے کیڑے نکالنے کی دوا دیتا ہے جس سے دست کے ذریعے سے یہ کیڑے پیٹ سے باہر آجاتے ہیں۔

اسہال یا قبض کی شکایت: بچوں میں پیٹ کے امراض میں ایک بیماری بچوں کا دست میں مبتلا ہوجانا ہے یہ بچوں کیلئے بہت خطرناک بھی ہوسکتے ہیں۔ اسہال کی صورت میں بہترین تدبیر احتیاط ہے اور اس کیلئے نمکول اور اوآر ایس ملا پانی کا استعمال بڑا ضروری ہے۔ جہاں بچے دست اور اسہال کا شکار ہوتے ہیں وہیں بچوں میں قبض کی شکایت بھی عام ہوتی ہے۔ اس میں بھی بچے کو دی جانے والی غذا کا بہت اہم ہاتھ ہوتا ہے۔ بے چھنے آٹے کی روٹی' دالیں' تازہ پھل اور سبزیاں یہ سب غذائی ضروریات میں سے ہیں۔ بچے کو انہیں کھلانا چاہیے۔

ایٹم بم وظیفہ اور کالے جادوگر کی معافیاں

صہیب احمد ہاشمی ایڈووکیٹ

یہ بہت پریشان ہوئے اٹھے مسجد کے ساتھ ہی کنواں تھا وہاں نہائے دھوئے اور کپڑے بھی پاک کیے' مسجد دھوئی۔ اب سوچا بی بی کی بھی خبر لوں' گھر پہنچے تو وہاں بھی یہی حال تھا اور بیوی انتہائی پریشان تھی۔ بیوی کو دلاسہ دیا اور فرمانے لگے کہ بھلی مانس اب کچھ ہلچل ہوگئی ہے

ایک صاحب اور ان کی بیوی پر کسی جادوگر نے انتہائی سخت جادو کا وار کیا یہ جادوگر اس جادو پر باقاعدہ پہرہ بھی دیا کرتا اور کسی عامل کو اس کا توڑ نہ کرنے دیتا۔ وہ صاحب فرماتے ہیں کہ ان کی بیوی کے ہاں اول تو حمل ہی نہ ٹھہرتا اور اگر ٹھہر بھی جاتا تو ساقط ہوجاتا اگر کسی طریقہ 9 ماہ پورے ہوتے تو بچے کی پیدائش مردہ حالت میں ہوتی۔ یہ صاحب انتہائی باکردار اور پانچ وقت کے نمازی تھے اور بچوں کو مسجد میں قرآن بھی پڑھایا کرتے تھے۔ بہت علاج کروائے بڑے سے بڑا عامل بلوایا اور علاج کروایا اور ایڑی چوٹی کا زور لگادیا مگر نتیجہ صفر نکلتا۔ ایک دن ایک انتہائی درویش باعمل عالم اور عامل کے پاس جانا ہوا۔ یہ صاحب اپنے استخارہ کے لیے مشہور تھے اور ان کا استخارہ ایک منٹ کا ہوا کرتا تھا۔ ایک منٹ میں سارا کچا چٹھا کھول کے رکھ دیتے۔ اللہ نے بہت عطا کیا تھا ان کو......اب یہ پریشانی لے کر ان کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ مولوی صاحب نے بتایا کہ یہ کسی عام زور آور جادوگر کا وار نہیں بلکہ یہ تو کسی خبیث العین (جادو کی دنیا کا انتہائی غلیظ اور ماہر جادوگر) کا وار ہے اور یہ میرے بس سے باہر ہے۔ میں اس عمر میں اتنی سخت محنت نہیں کرسکتا۔ اس کا توڑ بھی کوئی خبیث العین ہی کرسکتا ہے۔ یہ چونکہ مجبور تھے اس لیے پوچھنے لگے کہ کچھ تو حل ہوگا۔ مولوی صاحب فرمانے لگے کہ سندھ کے فلاں علاقے فلاں جگہ پر ایک گاؤں کے باہر اسی خبیث العین نے ان دنوں ڈیرہ لگایا ہے تو فوراً اس کے پاس چلا جا۔ (یہاں بیان کرتا چلوں کہ مولوی صاحب کا یہ حکم مشیت ایزدی کے تحت تھا خود ساختہ نہ تھا پورا واقعہ پڑھنے کے بعد قارئین کی سمجھ میں آئے گا کہ مولوی صاحب نے ایک جادوگر کے پاس کیوں بھیجا)

یہ صاحب فوراً سندھ روانہ ہوگئے اور جیسے ہی اس گاؤں کے باہر پہنچے تو دور سے ایک آگ کا دہکتا الاؤ لگا ہوا دکھائی دیا۔ انہوں نے بزرگوں کی بتائی ہوئی نشانی دیکھ کر اس کی طرف بڑھنا شروع کیا' دور سے دیکھتے ہیں کہ ایک آدمی آگ کے پاس بیٹھا ہوا ہے اور اردگرد اس کے ماننے والوں کا جمگھٹا ہے۔ ابھی ایک ایکڑ دور تھے کہ وہ شخص اچھل کر کھڑا ہوگیا اور زور زور سے چلانے لگا کہ وہ دیکھو آگیا' جادو کا ڈسا...... وہ آگیا قرآن پڑھانے والا...... یہ اس کے پاس پہنچے اور اپنا مقصد بتایا۔ اب خبیث العین خوشی سے پاگلوں کی طرح ناچنے لگا اور بولا جاؤ فلاں کے پاس...... جاؤ فلاں کے پاس...... یہ گرہ جو لگی ہے کھلواؤ اپنے مولویوں سے...... غرض اس نے مولوی صاحبان کے ساتھ ساتھ ان صاحب کو بھی برا بھلا کہا اور بڑے بڑے خدائی کے دعوے بھی کیے اور جادو توڑنے سے انکار کردیا۔

یہ صاحب واپس آئے اور اپنے رب کو پکارا کہ یااللہ! یہ بھی مخلوق ہے تو چاہے تو کیا نہیں ہوسکتا' یہ ظالم مجھ پر غالب آگئے ہیں اور ظلم کرنے سے باز نہیں آرہے اور رو رو کے اللہ کے حضور التجائیں کیں۔ دفعتاً دل میں القا ہوا کہ جادو کا توڑ تو آقا ﷺ نے معوذتین سے کیا تھا اور جادو بھی انتہائی سخت بلکہ آخری درجے کا تھا جب آقا ﷺ نے معوذتین سے یہ جادو توڑا تو میں بھی معوذتین ہی پڑھتا ہوں۔

اب انہوں نے اللہ کا نام لیا اور اسی رات سے باوضو ہوکر مسجد میں جاکر معوذتین اس جادو کی توڑ کی نیت سے پڑھنی شروع کی۔ یہ پوری رات پڑھتے رہے اور وقتاً فوقتاً دن کو بھی ورد چلتا رہتا ہر وقت باوضو رہنے لگے' غالباً چھٹے دن رات کو اونگھ آگئی اور اچانک خون کی پوری بالٹی ان کے اوپر جیسے کسی نے گرادی ہو۔ یہ بہت پریشان ہوئے اٹھے مسجد کے ساتھ ہی کنواں تھا وہاں نہائے دھوئے اور کپڑے بھی پاک کیے' مسجد دھوئی۔ اب سوچا بی بی کی بھی خبر لوں' گھر پہنچے تو وہاں بھی یہی حال تھا اور بیوی انتہائی پریشان تھی۔ بیوی کو دلاسہ دیا اور فرمانے لگے کہ بھلی مانس اب کچھ ہلچل ہوگئی ہے' انشاء اللہ اب کام بن جائے گا۔

ایک نئے ولولے سے اسی رات سے پھر دوبارہ مسجد میں عمل شروع کردیا نویں دن پھر وہی ہوا اونگھ آئی اور دونوں میاں بیوی پر خون کی بالٹی گرادی گئی۔ انہوں نے ہمت نہ ہاری اور پڑھنا جاری رکھا۔ تیرہویں دن صبح کے وقت وہی سندھ والا خبیث العین مسجد میں داخل ہوا اور آتے ہی پیروں میں گر کے معافیاں مانگنے لگا۔ ان صاحب نے اسے بولا کہ تو مجھ سے کیوں معافیاں مانگ رہا ہے؟ کہنے لگا کہ اللہ کے واسطے مجھے معاف کردیجئے' پھر بتاؤں گا۔ انہوں نے معاف کردیا اور وجہ پوچھی۔ کہنے لگا کہ آپ میاں بیوی پر جادو میں نے کیا تھا جب آپ مسجد میں عمل کرنے بیٹھے تو میں بھی آپ کے مقابلے پر بیٹھ گیا اور روزانہ میرا کیا ہوا جادو مجھ پر ہی الٹا چلنے لگا اور میرے مؤکل میرے دشمن ہوگئے۔ یہ صاحب فرمانے لگے کہ اگر یہ بات تو نے مجھے پہلے بتادی ہوتی تو تجھے میں کبھی معاف نہ کرتا۔ بہرحال یہ جادوگر معافی مانگ کر اپنی جان بچا کر واپس سندھ لوٹ گیا۔ کیونکہ اگر وہ معافی نہ مانگتا تو جان سے ہاتھ دھو بیٹھتا۔ انہوں نے اللہ کا شکر ادا کیا مگر جادوگر کی صلح کا اعتبار بھی نہ کیا اور اکتالیس دن مسلسل عمل کرتے رہے اس کے بعد اللہ نے ان کو نرینہ صحت مند اولاد سے نوازا اور دو سے زائد بیٹے عطا فرمائے اور بندش ہمیشہ کیلئے ٹوٹ گئی۔

معوذتین کا آسان اور مؤثر عمل

نوچندی جمعرات سے عمل شروع کریں' عشاء کے بعد وقت اور جگہ کی پابندی کے ساتھ معوذتین 505 مرتبہ اول و آخر درود ابراہیمی پانچ مرتبہ پڑھیں۔ پہلے سورۂ فلق 505 مرتبہ پھر سورۂ ناس 505 مرتبہ اور روزانہ پانی' چینی اور سونف پر دم کرلیا کریں۔ 41 دن عمل کریں اور کم ازکم 21 دن ہر روز چینی اور سونف استعمال کریں اور ساتھ محفوظ بھی رکھیں اور ہر دسویں دن دم کیے ہوئے پانی سے کسی پاک صاف جگہ پر نہا لیا کریں۔ دم کیا ہوا (پانی' چینی اور سونف) محفوظ رکھیں اور عمل کے بعد روزانہ 41 مرتبہ پڑھ کر پھونک دیا کریں تاکہ عمل جاری رہے انشاءاللہ جادو' ٹونہ' حسد' آسیب وغیرہ سے مکمل شفاء ہوگی۔ **نوٹ:** عمل شروع کرنے سے پہلے اور مکمل کرنے کے بعد شیرینی بچوں میں تقسیم ضرور کریں۔ دم کیے ہوئے پانی سے تین گھونٹ پانی برتن میں ڈالیں باقی حسب ضرورت سادہ پانی ملالیں جس کسی کو بھی دم کیا ہوا پانی' چینی اور سونف دیا کریں گے انشاءاللہ شفاء ہوگی۔ تیل بھی دم کیا جاسکتا ہے۔

حصار کا طریقہ: عمل شروع کرنے سے پہلے سات مرتبہ آیۃ الکرسی اور سات مرتبہ تیسرا کلمہ اول و آخر درود شریف ہاتھوں پر دم کرکے پورے جسم پر بہ نیت حصار پھیر لیا کریں۔

آپ بھی ڈیپریشن سے نجات پاسکتے ہیں

لبنیٰ شاہد، کراچی

ڈیپریشن کے شکار افراد کو دوسرا نکتہ یہ ذہن میں بٹھانا چاہیے کہ محض ان خیالات میں پھنسے رہنا ہی اس کے مسائل کا حل نہیں...... وہ جتنی بھی دیر تک ان خیالات میں پھنسا رہے گا ان کی جڑیں اتنی ہی گہری ہوتی چلی جائیں گی اور ان سے نجات اتنی ہی مشکل ہوتی جائے گی جبکہ مسئلہ بدستور......

آج کے معاشرے میں اکثر انسانوں کے ذہنوں میں مایوس کن اور منفی خیالات کی یلغار رہتی ہے اس میں ہمارے ملکی، معاشرتی اور ذاتی حالات کا دخل ہوتا ہے۔ بہتر زندگی وہی لوگ گزارتے ہیں جو ان خیالات کو ذہن سے جھٹکنے اور ان سے نجات پانے میں کامیاب ہوجاتے ہیں اور مثبت یا اُمید افزاء خیالات کے ذریعے اپنی زندگی کو خوشگوار بنالیتے ہیں تاہم یہ ہر ایک کے بس کی بات نہیں...... اس لیے زیادہ تر لوگ منفی اور مایوس کن خیالات کی یلغار سے شکست کھا کر ڈیپریشن کا شکار ہوجاتے ہیں اور ان کے ذہنوں میں نفسیاتی عوارض سر اٹھانے لگتے ہیں۔

ڈیپریشن کے نتیجے میں پیدا ہونے والے عوارض جسمانی بھی ہوتے ہیں عین ممکن ہے کہ ان کے باعث انسان بیمار رہنے لگے...... یا بیمار نظر آنے لگے۔ اس کے علاوہ اس کے موڈ، انداز گفتگو اور عادت پر ڈیپریشن کا نمایاں اثر دیکھنے میں آتا ہے۔ اس کا سب سے نقصان دہ پہلو یہ ہے کہ انسان مستقل طور پر ہی منفی انداز میں سوچنے کا عادی ہوتا چلا جاتا ہے۔ اسے ہمیشہ ہر چیز کا صرف تاریک پہلو دکھائی دیتا ہے۔ اس انداز فکر سے اس کی زندگی اجیرن ہو کر رہ جاتی ہے اور وہ کسی بھی چیز سے خوشی یا لطف حاصل کرنے کے قابل نہیں رہتا کیونکہ اسے کسی بھی چیز کا کوئی روشن پہلو نظر نہیں آتا۔

جن لوگوں کی نظر میں خود اپنا کوئی خاص مقام نہیں ہوتا اور جو اکثر معاملات میں خود کو کمتر سمجھتے ہیں یا پھر وہ لوگ جن پر حالات کا دباؤ زیادہ ہوتا ہے ذرا جلدی منفی خیالات کے زیر اثر آجاتے ہیں اور یوں ڈیپریشن کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ڈیپریشن کبھی کبھی اتنا بڑھ جاتا ہے کہ انسان اپنے کھانے پینے، صحت وصفائی اور روزمرہ کے معمولات کا خیال رکھنا بھی چھوڑ دیتا ہے۔ ہر بات کے جواب میں اس کے ذہن میں بس یہی خیال آتا ہے ''اس کا کیا فائدہ'' اسے کبھی بھی کام کا کوئی بھی فائدہ نظر نہیں آتا۔

ڈیپریشن درحقیقت ایک نہایت نجی اور ذاتی نوعیت کا عارضہ ہے۔ مختلف افراد میں اس کی وجوہ اور جواز مختلف ہوسکتے ہیں جن میں سے زیادہ تر کا تعلق اس کی نجی اور ذاتی زندگی سے ہوسکتا ہے۔ لیکن کبھی کبھی اس کی مد میں موروثی عوامل بھی کام کررہے ہوتے ہیں۔ مثلاً موروثی طور پر جسمانی لحاظ سے کمزور اور نازک اندام لوگ جلد ڈیپریشن کی زد میں آسکتے ہیں۔ اس کے علاوہ گھریلو، دفتری یا پیشہ ورانہ زندگی کی پریشانیاں اور خطرناک بیماریوں کا لاحق ہوجانا بھی انسان کو ڈیپریشن میں مبتلا کرنے کا باعث بن سکتا ہے۔ ہائی بلڈ پریشر، دل کی بیماریاں، کینسر، گردوں کی بیماریاں اور دیگر ایسے عوارض جن کا علاج نہ ہوپائے، اکثر مریضوں کو ڈیپریشن میں مبتلا کردیتے ہیں۔

اس میں شک نہیں کہ منفی خیالات سے نجات پانا یا انہیں ذہن سے جھٹکنا کوئی آسان کام نہیں۔ یہ انسان کے ذہن میں بری طرح پنجے گاڑ لیتے ہیں اور انسان منفی اور مایوس کن انداز میں سوچتے وقت اپنے آپ کو بالکل حق بجانب سمجھتا ہے۔ ان خیالات سے بچنے یا ان کے اثرات کو ہر ممکن حد تک کم کرنے کیلئے پہلا قدم تو یہ ہونا چاہیے کہ آپ خود کو یقین دلائیں کہ یہ محض آپ کے خیالات ہیں...... ٹھوس حقائق نہیں...... یہ سب کچھ آپ صرف سوچ رہے ہیں اور عین ممکن ہے کہ آپ کا ذہن اس سلسلے میں مبالغے سے کام لے رہا ہو...... وہ آپ کے مصائب کا احساس اس سے کہیں زیادہ دلا رہا ہو جتنا حقیقت میں ہونا چاہیے۔

نکتہ ذہن میں رکھیں: ڈیپریشن کے شکار افراد کو دوسرا نکتہ یہ ذہن میں بٹھانا چاہیے کہ محض ان خیالات میں پھنسے رہنا ہی اس کے مسائل کا حل نہیں...... وہ جتنی بھی دیر تک ان خیالات میں پھنسا رہے گا ان کی جڑیں اتنی ہی گہری ہوتی چلی جائیں گی اور ان سے نجات اتنی ہی مشکل ہوتی جائے گی جبکہ مسئلہ بدستور...... جوں کا توں وہیں کا وہیں رہے گا۔ اس شخص کو اپنے آپ کو یقین دلانا چاہیے کہ یہ خیالات اس کے ذہن میں درحقیقت قدرت کی طرف سے اس لیے آئے ہیں کہ وہ مسئلے سے باخبر ہوجائے اور اس کو حل کرنے کے سلسلے میں عملی اقدامات کیلئے کمر کس لے...... گویا یہ خیالات درحقیقت ایک طرح کی وارننگ ہیں...... اور وارننگ انسان کو صرف خبردار کرنے کیلئے ہوتی ہے۔ محض ہاتھ پر ہاتھ دھر کر بیٹھنے اور سوچتے رہنے کیلئے نہیں ہوتی۔ جب آپ اس انداز سے سوچیں گے تو آپ میں ضرور کچھ نہ کچھ حوصلہ پیدا ہوگا جس سے ایک طرف تو آپ کو ان خیالات کی گرفت سے کافی حد تک نجات ملے گی دوسرے عملی جدوجہد پر آمادہ ہونے کی وجہ سے آپ کو واقعی اس مسئلے سے نجات ملنے کے امکانات پیدا ہوجائیں گے اور آپ کو بہتری کے کچھ راستے نظر آنے لگیں گے یوں آپ ڈیپریشن کی دلدل کی زیادہ گہرائی میں اترنے سے محفوظ رہیں گے۔ آپ بہت جلد اپنے اندر تبدیلی محسوس کریں گے اور رفتہ رفتہ آپ کو منفی اور مایوس کن خیالات پر غلبہ پانے اور انہیں شکست دینے کی مشق ہوجائے گی۔ ایک مزید مؤثر اور کارگر طریقہ یہ ہے کہ جونہی آپ محسوس کریں آپ کے ذہن پر منفی اور مایوس کن خیالات کی یلغار ہورہی ہے آپ انہیں کاغذ پر منتقل کرلیں۔ جن الفاظ میں بھی آپ کیلئے ممکن ہو ان الفاظ میں اپنے خیالات اور محسوسات کو تحریری شکل میں اپنے سامنے لے آئیں۔ اگر فوری طور پر آپ کیلئے ممکن نہ ہو تو یہ کام آپ بعد میں بھی کرسکتے ہیں۔ جب آپ اپنے خیالات کو کاغذ پر منتقل کرنے میں کامیاب ہوجائیں تو کچھ اس طرح ان کا تجزیہ کرنے بیٹھیں جیسے آپ کوئی ماہر نفسیات یا کوئی دوسرے غیر جانبدار فرد ہیں جسے ایک شخص کے مسائل کا تجزیہ کرنے کی ذمہ داری سونپی گئی ہے۔ آپ ایک سمجھدار، معقول اور متوازن شخص کے انداز میں مرحلہ وار ان مسائل پر غور شروع کریں اور سوچیں کہ کیا واقعی وہ مسائل اتنے ہی سنگین اور مایوس کن ہیں جتنے آپ کو محسوس ہورہے تھے؟ یا واقعی ان کا کوئی وجود بھی ہے تو ان کے سلسلے میں کیا کیا جاسکتا ہے؟ کون کون سے اقدامات کیے جاسکتے ہیں؟ آپ کے بس میں کیا ہے......؟ اور کون سی ایسی چیز ہے جو واقعی آپ کے بس میں نہیں...... لیکن اس کے سلسلے میں آپ کسی نہ کسی سے مدد طلب کرسکتے ہیں۔

امید کی روشنی: جب آپ ان تجزیوں میں مصروف ہوجائیں گے تو آپ محسوس کریں گے کہ آپ پر منفی اور مایوس کن خیالات کی یلغار کم ہوگئی ہے۔ آپ کو امید کی روشنی نظر آنے لگی ہے اور آپ خود کو باہمت اور پہلے کے مقابلے میں ذرا زیادہ ہوشیار محسوس کرنے لگے ہیں۔ ہر قسم کے خیالات آپ کو اس وقت زیادہ متاثر کرتے ہیں جب آپ ہمت اور جرأت سے ان کا سامنا کرنے کے بجائے ان سے نظر چرانا شروع کردیتے ہیں۔ اپنے خیالات کا ہر زاویے سے تجزیہ کریں۔ آپ جو کچھ محسوس کررہے ہیں اس کے بارے ثبوت تلاش کرنے کی کوشش کریں کہ کیا واقعی معاملات ویسے ہی ہیں جیسے آپ انہیں محسوس کررہے ہیں...... یا واہمے اور مفروضے آپ کو زیادہ ستا رہے ہیں؟ اگر کوئی مسئلہ واقعی موجود ہو تو اس کے حل کے سلسلے میں کیا کیا اقدام کیے جاسکتے ہیں؟ کس کس سے مدد حاصل کی جاسکتی ہے؟

سورج کی شعاعوں سے طاقت حاصل کریں

نوازش علی بخاری

تلوں کے تیل کو گرم کر کے چھاتی کے تکلیف زدہ حصہ پر ملیں یا انڈے کی زردی کی مالش کریں۔ روئی کو گرم کر کے چوڑی پٹی کے ساتھ سینے پر باندھ دیں۔ مریض کو سردی سے بچانے کیلئے کمرے کو گرم رکھیں۔ کشتہ بارہ سنگھا (120 ملی گرام) کی ہر تین گھنٹہ بعد ایک خوراک کھلائیں۔

دنیا پر موجود پانی کے ذخائر میں ایک چوتھائی کا یہ ایک طرف سے پچکا ہوا گول کرہ ارض جسے ہم دنیا کا نام دیتے ہیں اور جس میں سینکڑوں قوموں نے اپنے زور بازو سے حدود بندیاں کر کے چھوٹی بڑی مملکتوں کا نام دے رکھا ہے بذات خود خدائے لایزال کا متحیر کن جیتا جاگتا لامتناہی معجزہ ہے اور پھر اس پر مستزاد دیوپیکر پہاڑ' سونا' چاندی' تانبہ' سکہ' لوہا وغیرہ اگلتی کانیں' گرم اور سرد پانی کے شفاف چشمے' ہرے بھرے جنگلات' لاتعداد اور لامحدود اقسام کے چرند اور حیوانات جو سب پکار پکار کر زبان حال سے اپنے خالق مطلق کی بے نظیر صناعی کے شاہد ہیں۔

ان مخلوقات کی سہولتوں اور ضرورتوں کیلئے کیا کیا عظیم انتظام اس منتظم اعلیٰ نے کر رکھے ہیں کہ کروڑوں سالوں سے اس تسلسل میں سرمو فرق نہیں آپاتا۔ گرمی' سردی' خشکی اور تری کی کیفیات کو قائم رکھنے کیلئے چاروں موسم سرما' گرما' بہار اور خزاں بنائے مختلف اقسام کی ہوائیں چلائیں' بارشوں کا انتظام کیا۔

غرضیکہ انسان اپنے علم کی بے مائیگی کے باعث ابھی تک عقل کل کا احاطہ کرنے سے قاصر ہے۔ جاننا چاہیے کہ پروردگار عالم نے جہاں چار موسم ترتیب دیئے ہیں وہاں مقرر شدہ بارہ مہینوں میں مختلف تغیرات آتے رہتے ہیں جن کی وجہ سے مختلف اثرات بدن انسان پر وارد ہوتے ہیں اور ذراسی بے احتیاطی کے نتیجہ میں مختلف بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔

ماہ دسمبر میں صحت کی حفاظت

دسمبر انتہائی سردی کا مہینہ شمار ہوتا ہے صاحب حیثیت حضرات نرم وگرم بستر' بھاری بھرکم اونی لباس اور بہترین اقسام کے سامان خورد ونوش چونکہ آسانی سے فراہم کر لیتے ہیں اور اس لیے موسم سرما کی شدت ان کیلئے تکلیف دہ نہیں رہتی لیکن غریب لوگ جو اپنی مالی پریشانیوں کے باعث بمشکل پیٹ بھرتے ہیں وہی زیادہ تر اس موسم میں مختلف بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں اس موسم کے عام امراض کھانسی' نزلہ' زکام' نمونیہ وغیرہ ہیں۔ حفظ ماتقدم کے طور پر سردی سے بچیں' کمرے میں سوتے وقت روشن دان کھلے رکھیں۔ صبح لحاف سے اٹھ کر ایک دم باہر نہ نکلیں۔ ٹھنڈا اور باسی کھانا استعمال نہ کریں۔ گرم اثرات رکھنے والی چیزیں جیسے چائے' کافی' قہوہ' انڈا' گرم دودھ' گوشت' مچھلی وغیرہ استعمال کریں۔

زیادہ بادی اور بلغم پیدا کرنے والی ٹھنڈے اثرات کی حامل چیزوں مثلاً ابلے ہوئے چاول' گوبھی' آلو' اروی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ نیم گرم پانی سے غسل کریں اور گرم لباس زیب تن کریں۔ خاص طور پر پاؤں میں گرم موزے ضرور پہنیں۔ ذیل میں اس موسم کی بیماریوں کا ابتدائی علاج دیا جاتا ہے مگر مرض کی نوعیت کے لحاظ سے مقامی طبیب سے رجوع کریں تو مناسب ہوگا۔

بلغمی کھانسی سے بچیں' درج ذیل جوشاندہ پیئیں

عناب پانچ گرام' سپستان 100 گرام' گاؤزبان 3 گرام' بنفشہ 3 گرام' اصل السوس 3 گرام' پرسیوشاں 3 ماشہ تین پاؤ پانی ڈال کر جوشاندہ بنالیں۔ جب دو پاؤ باقی رہ جائے اتار کر مل چھان کر چار خوراکیں بنالیں حسب ضرورت چینی ملا کر دن میں چار مرتبہ نیم گرم پی لیں ملٹھی کی گٹھی یا ست ملٹھی منہ میں رکھ کر چوسیں تو گلے کی خراش بند کر دیگی۔ آج کل مختلف جوشاندے مارکیٹ میں دستیاب ہیں انہیں گرم پانی یا چائے میں ملا کر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

نزلہ وزکام

مذکورہ بالا جوشاندے کا نسخہ بنا کر پیئیں۔ اگر قبض کی شکایت ہو تو اسی جوشاندہ میں گل سرخ 6 گرام شامل کرلیں۔ ناک بند ہو تو گرم پانی کا بھپارہ (بھاپ) لیں۔

نمونیہ اور چھاتی کی تکلیف ہو تو۔۔۔۔

تلوں کے تیل کو گرم کر کے چھاتی کے تکلیف زدہ حصہ پر ملیں یا انڈے کی زردی کی مالش کریں۔ روئی کو گرم کر کے چوڑی پٹی کے ساتھ سینے پر باندھ دیں۔ مریض کو سردی سے بچانے کیلئے کمرے کو گرم رکھیں۔ کشتہ بارہ سنگھا (120 ملی گرام) کی ہر تین گھنٹہ بعد ایک خوراک کھلائیں۔ ڈاکٹر حضرات بیلاڈونا پلاسٹر بھی تکلیف والے حصہ پر لگانا مفید بتاتے ہیں۔

ہاتھ پاؤں کی جلد کا پھٹنا

نیم گرم پانی سے دھو کر ویزلین کی مالش کریں۔ شلغم ابال کر پھٹے ہوئے حصہ پر ملیں پاؤں کو جراب اور ہاتھوں کو دستانوں میں رکھیں۔

نوٹ: سردی کے موسم میں روزانہ دو تین گھنٹے دھوپ میں بھی ضرور بیٹھنا چاہیے۔ سورج کی شعاعیں ہمارے بدن میں نہ صرف حرارت پیدا کرتی ہیں بلکہ طاقت بھی دیتی ہیں اسی کو اہل مغرب سن باتھ کہتے ہیں جوان کے ہاں بڑا مقبول ہے۔

ماہ دسمبر میں کیا کھائیں؟؟؟

ماہ دسمبر میں خشک میوہ جات استعمال کرنا چاہیے۔ مونگ پھلی کے بارے میں عام تاثر ہے کہ اس کے کھانے سے کولیسٹرول بڑھ جاتا ہے' غلط ہے بلکہ مونگ پھلی خون میں کولیسٹرول کی مقدار کو کم کرتی ہے۔ مونگ پھلی کے ساتھ السی کا استعمال کیا جائے تو یہ کولیسٹرول اور ٹرائی گلیسٹرائیڈ کی مقدار کو کم کرتے ہیں۔ السی میں وٹامن ای وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ ان کے علاوہ شہد' السی' تل' کھجور' گڑ وغیرہ استعمال کرنا چاہیے۔ 100 گرام تل میں ایک گرام کیلشیم پایا جاتا ہے۔ ہم اس طرح کی خالص اور سادہ غذاؤں سے بہت سی بیماریوں سے بچ سکتے ہیں

تمام پریشانیوں سے نجات پانے کا وظیفہ

ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری عشرہ کے پہلے دن نماز اشراق کے بعد غسل کرکے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کئے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ستر مرتبہ سورۂ کوثر' پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص اور ایک ایک مرتبہ معوذتین پڑھے۔

جب صفر کا چاند دیکھے تو نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ نہایت توجہ و یکسوئی سے یہ درود پاک پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ الْاُمِّيِّ بفضل باری تعالیٰ اس عمل کے کرنے سے گناہوں کی معافی عطا ہوگی' اللہ تعالیٰ اس کو اپنی حفظ و امان میں رکھے گا۔

ماہ صفر کی پہلی شب:۔ کتاب ''راحۃ القلوب'' میں ہے کہ جو کوئی نماز عشاء کے وتر اور نفل نماز سے پہلے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ کافرون پڑھے' دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے' تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ فلق پڑھے اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ الناس پڑھے۔ نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو مرتبہ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ پڑھے۔ پھر ستر مرتبہ درود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ہر بلا و مصیبت سے محفوظ رہے گا۔

آخری عشرہ:۔ ماہ صفر کے آخری عشرہ میں نفل نمازیں پڑھنے سے اللہ تعالیٰ بندے پر خصوصی فضل و کرم فرماتا ہے۔ ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری عشرہ کے شروع کے دن نماز اشراق کے بعد غسل کرکے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کئے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ستر مرتبہ سورۂ کوثر' پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص اور ایک ایک مرتبہ معوذتین پڑھے۔ پھر سلام پھیرنے کے بعد اپنا سر سجدے میں رکھے اور ایک سو مرتبہ يَا وَهَّابُ اور اَلْحَيُّ الْحَقُّ کہے۔ اس کے بعد اٹھ کر بیٹھ جائے اور اکسٹھ مرتبہ سورۂ الم نشرح' اکسٹھ مرتبہ سورۂ والتین' اکسٹھ بار سورۂ النصر' اکسٹھ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پھر ایک ہزار چودہ مرتبہ يَا وَهَّابُ کا ورد کرے۔ اس کے بعد سو مرتبہ اَلْحَيُّ الْحَقُّ پڑھے اور تین مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ الْاُمِّيِّ۔

جان و مال کی حفاظت کیلئے:۔ جو کوئی اس ماہ مبارک میں کسی بھی دن پانچوں فرض نمازوں کے بعد نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ قبلہ رخ بیٹھ کر ایک مرتبہ ذیل میں دی ہوئی آیاتِ مبارکہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور یہ پانی خود بھی پیئے اور اپنے گھر والوں کو بھی پلائے تو بفضل باری تعالیٰ وہ ہر طرح کی مصیبت و پریشانی سے محفوظ رہے گا۔ اللہ تعالیٰ یہ دم کیا ہوا پانی پینے والے کی جان و مال کی حفاظت فرمائے گا۔ اس کی عمر میں برکت عطا فرمائے گا۔ آیات مبارکہ یہ ہیں:۔

سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبِّ الرَّحِيْمِ (یسین)۔ سَلٰمٌ عَلٰى نُوْحٍ فِي الْعٰلَمِيْنَ ٥ سَلٰمٌ عَلٰى اِبْرٰهِيْمَ ٥ سَلٰمٌ عَلٰى مُوْسٰى وَ هٰرُوْنَ ٥ سَلٰمٌ عَلٰى اِلْ يَاسِيْنَ ٥ (الصفت)۔ سَلٰمٌ عَلَيْكُمْ طِبْتُمْ فَادْخُلُوْهَا خٰلِدِيْنَ (الزمر) سَلٰمٌ هِيَ حَتّٰى مَطْلَعِ الْفَجْرِ (القدر)

ثواب حاصل کرنا:۔ جو کوئی یہ چاہے کہ اسے بہت زیادہ ثواب حاصل ہو اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کرے اور اسے نیکی کرنے کی توفیق مرحمت فرمائے تو وہ اس ماہ کی 27 تاریخ کو چاشت کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ الم نشرح پڑھ کر ستر مرتبہ سورۂ والتین پڑھے' ستر مرتبہ سورۂ نصر پڑھے اور ستر مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔

ایجنسی کے خواہشمند توجہ کریں

درج ذیل شہروں میں ادویات اور کتب کی ایجنسی لینے کے خواہشمند حضرات دفتر عبقری سے رابطہ کریں۔ ایجنسی پہلے آئیں پہلے پائیں کی بنیاد پر دی جائے گی۔ مالی طور پر مستحکم پارٹیاں رجوع کریں جو ادویات کا سٹاک رکھ سکیں۔

سیالکوٹ۔ علی پور۔ حاصل پور۔ پاکپتن۔ شورکوٹ۔ بھیرہ شریف۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ وزیر آباد۔ ڈسکہ۔ خان پور۔ صادق آباد۔ قلعہ دیدار سنگھ۔ بنوں۔ کوٹ ادو۔ مری۔ رائے ونڈ۔ ٹیکسلا۔ مردان۔ بھمبر۔ پلندری۔ تلہ گنگ۔ نوشہرہ۔ سوات۔ چارسدہ۔ شجاع آباد۔ خیرپور ٹامیوالی۔ ہری پور۔ دوآبہ آباد۔ ٹھینکی۔ مانسہرہ۔ ڈیرہ غازیخان۔ منڈی یزمان اور ایسے شہر جہاں ایجنسی نہیں وغیرہ۔۔۔!

قواعد و ضوابط لاگو ہونگے۔ (ادارہ)

روحانی ماہانہ محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 10 دسمبر بروز پیر دوپہر 2 بجکر 9 منٹ سے 3 بجکر 29 منٹ تک 22 دسمبر بروز ہفتہ صبح 9 بجکر 11 منٹ سے 10 بجکر 17 منٹ تک۔ 30 دسمبر بروز اتوار عصر تا مغرب يَافَتَّاحُ يَاعَظِيْمُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی صرف ایک سال پرانی قاریہ ہوں میں رسالہ میں اکثر روحانی محفل سے فیض پانے والوں کے واقعات پڑھتی رہتی تھی' مجھے گلے میں ٹانسلز تھے جن کی وجہ سے میں کافی پریشان تھی' میں نے خاص طور پر اپنے گلے کے ٹانسلز کیلئے روحانی محفل کرنا شروع کردی' محترم حکیم صاحب ابھی میں نے صرف پانچ ماہ کی روحانی محفل کی ہے کہ اب میرے ٹانسلز مکمل طور پر ختم ہوچکے ہیں' میرے ڈاکٹر مجھ سے پوچھتے ہیں تم نے کونسا نسخہ استعمال کیا ہے اس کے جواب میں انہیں عبقری رسالہ تھما دیتی ہوں۔ (عشاء نور، لاہور)

شاہ وجاہت اجمیری رحمۃ اللہ علیہ کے روحانی وظائف

جس کا حافظہ کمزور ہو جو یاد کرتا ہو بھول جاتا ہو اس کے سبب پڑھائی کا بہت حرج ہوتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت کارآمد اور مفید ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ حافظہ تیز ہوگا بلکہ جو کچھ یاد کرے گا وہ یاد رہے گا

اوپری (آسیبی) اثرات سے نجات

بعض مرتبہ آسیبی اثرات کے سبب کچھ نہ کچھ پریشانیاں بیماریاں اور وہمی خیالات پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ آدمی کو ایک پریشانی سے نجات نہیں ملتی کہ مزید دو پریشانیاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ آسیبی اثرات ختم ہوجائیں گے اور طرح طرح کے وہم اور قسم قسم کی بیماریوں سے نجات حاصل ہوگی۔ باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھیں' پھر گیارہ بار سورۂ مزمل پڑھیں پھر گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور ایک بوتل پانی پر دم کرلیں پھر اس پانی کو چاروقت پی لیں:۔

صبح کے ناشتہ سے قبل' گیارہ بجے دن' بعد نماز عصر' بعد نماز عشاء۔ یہ عمل اکتالیس دن کریں۔ نماز کی پابندی کریں اور روزانہ ایک بار سورۂ یٰسین شریف کی تلاوت کرلیا کریں۔ اگر خود پڑھنا نہ جانتا ہو تو کسی دوسرے سے پڑھوالے اور پانی پر دم کرالے اسی طرح سورۂ یٰسین شریف کی تلاوت بھی کسی سے کرالے۔ (کوشش کرے کہ خود پڑھے)

[redacted]

چڑھتی عمر میں اکثر نوجوانوں کو احتلام کا مرض ہوجاتا ہے اس کا آسان علاج یہ ہے کہ رات کو سوتے وقت دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی (انگوٹھے کے برابر والی انگلی) سے اپنے پیٹ پر عمر فاروق اعظم رضی اللہ عنہ لکھ لیا کریں۔ بغیر روشنائی کے صرف انگلی سے لکھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ چالیس دن یہ عمل کرنے سے اس بیماری سے نجات مل جائے گی۔ یہ عمل مجرب اور آزمودہ ہے۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے شیطان بہت ڈرتا تھا اسی طرح ان کے نام سے بھی بہت ڈرتا ہے اس نام کی برکت سے وہ انسان سے دور رہے گا۔

خونی بواسیر سے نجات

خونی بواسیر کا مرض بہت خطرناک ہے اس سے انسان کا خون بہہ جاتا ہے اور کمزوری بہت محسوس ہوتی ہے اس کا فوری علاج کرانا ضروری ہوتا ہے۔ یہ روحانی عمل بہت آسان اور قابل عمل ہے۔ اس عمل کو اکتالیس دن کرنے سے انشاء اللہ خونی بواسیر سے نجات حاصل ہوگی۔ عمل یہ ہے:۔ ہر فرض نماز کے بعد صرف ایک بار سورۂ اعلیٰ (پارہ 30) پڑھ لیا کرے۔

دکان کی ترقی

بعض مرتبہ دکان اور کاروبار ایک دم سے ٹھپ ہوجاتا ہے اور سارا سارا دن بیٹھ کر دکاندار پریشان ہوجاتا ہو لیکن گاہک نہیں آتا۔ دکان کی آمدنی اتنی کم ہوجاتی ہے کہ دکان کا کرایہ اور گھر کا خرچہ نکالنا مشکل ہوجاتا ہے۔ ایسی صورت میں یہ عمل بہت مجرب ہے۔ کسی نیک آدمی کے کُرتے کا ایک ٹکڑا اس سے مانگ لیں اس کو دھو کر سکھا دیں۔ سوکھنے کے بعد اس کپڑے کے ٹکڑے پر یہ آیت باوضو لکھیں اور تعویذ کی شکل میں لپیٹ کر دکان میں لٹکا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ دکان چل پڑے گی اور اس قدر خیر و برکت ہوگی کہ خوشحال ہوجائیں گے یہ عمل ہر کاروباری شخص کرسکتا ہے۔ وہ آیت یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۔ وَاَنَّ الْفَضْلَ بِيَدِ اللّٰهِ يُؤْتِيْهِ مَنْ يَّشَآءُ وَ اللّٰهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيْمِ ﴿الحدید۲۹﴾

قوت حافظہ کیلئے

جس کا حافظہ کمزور ہو جو یاد کرتا ہو بھول جاتا ہو اس کے سبب پڑھائی کا بہت حرج ہوتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت کارآمد اور مفید ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ حافظہ تیز ہوگا بلکہ جو کچھ یاد کرے گا وہ یاد رہے گا۔ وہ عمل یہ ہے:۔ جس کا حافظہ کمزور ہو تو اس کو چاہیے کہ سات روز تک مندرجہ ذیل آیات کو روٹی کے ٹکڑے یا بسکٹ پر باوضو کالی روشنائی سے لکھے اور روزانہ ٹکڑا یا بسکٹ نہار منہ کھاتا رہے۔ انشاء اللہ قوت حافظہ انتہائی تیز ہوجائے گی۔

آیات لکھنے کی ترتیب یہ ہے:۔

ہفتہ کے دن: رَّبِّ زِدْنِیْ عِلْمًا ۰ (طٰہٰ 113)

اتوار کے دن: سَنُقْرِئُكَ فَلَا تَنْسٰى ﴿الاعلیٰ 6﴾

منگل کے دن: اِنَّهٗ يَعْلَمُ الْجَهْرَ وَمَا يَخْفٰى ﴿الاعلیٰ 7﴾

بدھ کے دن: لَا تُحَرِّكْ بِهٖ لِسَانَكَ لِتَعْجَلَ بِهٖ ﴿القیمۃ 16﴾

جمعرات کے دن: اِنَّ عَلَيْنَا جَمْعَهٗ وَقُرْاٰنَهٗ ﴿القیمۃ 17﴾

جمعہ کے دن: فَاِذَا قَرَاْنٰهُ فَاتَّبِعْ قُرْاٰنَهٗ ﴿القیمۃ 18﴾

لگاتار چار ہفتے تک یہ عمل کریں جس ترتیب سے لکھیں اسی ترتیب سے کھائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ یہ عمل کرنے والا جو کچھ

[redacted]

پڑھے گا نقش ہوجائے گا اور یاد رہے گا۔

دانت کے درد کی تکلیف کو دور کرنے کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے اس طرح کیلنے سے دانت کا درد کافور ہوجاتا ہے دانت کو کیلنے کی ترکیب یہ ہے:۔

پاک زمین پر کچھ ریت ڈال دیں اور شہادت کی انگلی (دائیں ہاتھ کے انگوٹھے کے برابر والی انگلی) سے یا پاک لکڑی سے یہ حروف لکھیں:

ا ب ج د ہ و ز ح ط ی

اس کے بعد سب سے پہلے حرف پر لکڑی' کیل' چاقو یا چھری کی نوک رکھ کر اسے دبائیں اور سورۂ فاتحہ ایک بار پڑھیں پھر لکڑی یا کیل سے حرف پر زور دیں اور اس سے درد کی بابت دریافت کریں جس کے دانت میں یا ڈاڑھ میں درد ہو رہا ہے مریض اپنی انگلیوں سے اس دانت یا ڈاڑھ کو پکڑلے جس کے دانت یا ڈاڑھ میں درد ہے اس سے دریافت کرے کہ درد میں اب کوئی کمی ہوئی یا نہیں اگر درد باقی ہے تو مریض اپنی ڈاڑھ کو جہاں درد ہے دو انگلیوں سے پکڑلے اور عامل دوسرے حرف پر لکڑی رکھے اور اسی طرح اس لکڑی سے حرف پر زور دے کر سورۂ فاتحہ دو مرتبہ پڑھے اور پھر مریض سے درد کی بابت دریافت کرے۔ مریض دانت سے انگلی ہٹا کر بتائے کہ اب درد ہے یا نہیں۔ اگر درد موقوف ہوگیا تو ٹھیک ہے ورنہ اسی طرح ہر اگلے حرف پر سورۂ فاتحہ ایک مرتبہ اور زیادہ پڑھ کر مریض سے دریافت کرے۔ اسی طرح عمل کرتا جائے انشاء اللہ تعالیٰ آخری حرف تک پہنچنے سے پہلے ہی درد ختم ہوجائے گا۔ یہ بارہا کا آزمودہ نسخہ ہے اور بہت ہی

تلی کے مرض کا علاج

امام ابوالفرج ابن الجوزی رحمہ اللہ نے یہ مفید بات فرمائی ہے کہ جو شخص ہمیشہ یہ کام کرے' دائیں پاؤں میں ہمیشہ پہلے جوتا پہنے اور بائیں پاؤں سے ہمیشہ پہلے جوتا اتارے تو وہ تلی (طحال) کی بیماری سے محفوظ رہے گا۔ دیگر علماء نے یہ فائدہ کی بات بتائی ہے کہ سورۂ ممتحنہ لکھ کر دھو کر اس کا پانی تلی کی بیماری والے مریض کو پلایا جائے تو وہ اللہ کے حکم سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔ (بحوالہ: حیات الحیوان صفحہ: 413، جلد دوم) (م۔ا،

پروفیسرعبدالرحمان' لاہور

انجیر کھائیں صحت اور لطف ساتھ پائیں

یہ پھل سانس کے امراض کیلئے بھی بے پناہ مفید ہے اوراس سے پھیپھڑوں کی کئی شکایات کا بھی سدباب ہوسکتا ہے یہی وجہ ہے کہ معالجین دمے' دق اور سل کے مریضوں کو انار کی طرح انجیر کے استعمال کا بھی مشورہ دیتے ہیں۔نزلہ اور زکام اگر پرانا ہوچکا ہوتو انجیر کھا کر دیکھیں

شاید بہت سے لوگ یہ سطریں پڑھتے ہوئے سوچ میں پڑ جائیں کہ بھلا یہ کس طرح کا پھل ہے کہ جو دیگر پھلوں کی طرح نہیں ملتا ہے اور نہ ہی اس کی دیگر معروف پھلوں کی طرح اہمیت ہے لیکن صرف یہ ہے کہ انجیر کا شمار بھی صحت بخش پھلوں میں کیا جاتا ہے جس کی مٹھاس کا اصل سبب یہ ہے کہ اس میں پچاس فیصد انگوری شکر پائی جاتی ہے موسم کے اثرات کے باعث یہ پاکستان میں تازہ فروخت نہیں ہوتا البتہ صوبہ خیبر پختونخوا کے بعض علاقوں میں یہ سیزن کے دوران تازہ بھی مل سکتا ہے۔انجیر کو خشک کرنے کے بعد چپٹا کرکے کسی رسی میں پرولیا جاتا ہے جس کی وجہ سے یہ خاصے عرصے تک قابل استعمال رہتی ہے۔

انجیر سے لاجواب فوائد حاصل کریں: انجیر کے بھی دوسرے تمام پھلوں کی طرح بیش بہا فوائد ہیں جن سے عام افراد واقفیت نہیں رکھتے کیونکہ اکثریت کو تو یہ بات بھی معلوم نہیں کہ اس کا شمار پھلوں میں کیا جاتا ہے۔اس کو کھانے سے آنتیں صاف رہتی ہیں اور اسے تازہ کھایا جائے یا خشک مگر نظام ہضم کیلئے اس کی افادیت یکساں ہے۔فی زمانہ آنتوں کی بیماری کی شکایت عام ہے جس کی وجہ ظاہر ہے کہ بے وقت کھانا اور غیر صحت مندانہ غذاؤں کا استعمال بھی ہے لہٰذا ضروری ہے کہ آپ ہر روز سونے سے قبل چار یا پانچ عدد خشک انجیر اچھی طرح چبا کر کھالیں اور یا پھر انہیں گرم دودھ میں بھگو کر نرم کرنے کے بعد نوش کریں تاکہ آنتوں کے افعال میں بہتری پیدا ہوسکے۔آج کل فشار خون کی بیماری بھی عام ہے خصوصاً خون کے دباؤ میں کمی یا لو بلڈ پریشر کے بارے میں شکایات سنی جاتی رہی ہیں اور لوگ غیر ضروری طور پر دواؤں کے استعمال کے عادی ہورہے ہیں لیکن اس مرض کا شافی علاج بھی انجیر ہے جسے کھانے سے خون کا دباؤ نارمل ہوجاتا ہے۔ اسے کھانے سے جسم میں خون بھی بننے لگتا ہے اوراس طرح خون کی کمی کی شکایت بھی دور ہوجاتی ہے۔

ویسے تو لوگ موٹاپے سے بیزار رہتے ہیں لیکن اسی طرح کی پریشانی دبلے پن کے حوالے سے بھی دیکھنے میں آتی ہے اور بہت سارے نوجوان افراد اس شکایت میں مبتلا ہیں جن کو ہمارا مشورہ ہے کہ وہ انجیر کھانے کی عادت ڈال لیں تو انہیں دبلے پن سے نجات مل سکتی ہے۔ یہ پھل سانس کے امراض کیلئے بھی بے پناہ مفید ہے اور اس سے پھیپھڑوں کی کئی شکایات کا بھی سدباب ہوسکتا ہے یہی وجہ ہے کہ معالجین دمے' دق اور سل کے مریضوں کو انار کی طرح انجیر کے استعمال کا بھی مشورہ دیتے ہیں۔نزلہ اور زکام اگر پرانا ہوچکا ہے اور دواؤں کا مسلسل استعمال بھی اس سے نجات کیلئے ناکافی ثابت ہورہا ہے تو انجیر کھا کر دیکھیں آپ کو نمایاں طور پر فرق محسوس ہوگا۔ یہ جوڑوں کے درد اور گنٹھیا جیسے مرض کے خلاف بھی ایک مؤثر قوت مدافعت ہے جبکہ جلد کے امراض میں بھی اس کا تسلسل سے استعمال اچھے نتائج سامنے لاتا ہے۔ دراصل انجیر کا استعمال جسم سے خراب مادوں کو خارج کرکے جگر اور معدے کو چست کردیتا ہے اور خوراک کے طور پر جو کچھ بھی کھایا جاتا ہے وہ عمدگی سے ہضم ہوجاتا ہے۔

قدرت نے اس منفرد پھل میں حیاتین' فولاد' کیلشیم اور فاسفورس کا خزانہ بھر دیا ہے اور یہ تمام ایسے اجزاء ہیں جو کہ صحت بخش ہونے کے ساتھ ہی طاقت میں بھی اضافہ کرتے ہیں۔ یوں سستی' کاہلی اور ناتوانی اسے کھاتے ہی رخصت ہوجاتی ہے۔ اگر آپ کے گلے میں خراش اور کھانسی کی کیفیت ہے تو انجیر کو خوب اچھی طرح چبا کر نگلنے سے یہ تکلیف دور ہوجائے گی اور آپ کو آرام محسوس ہونے لگے گا۔اطباء اور معالجین کی اکثریت اس بات پر متفق ہے کہ انجیر بچوں کیلئے ایک فائدہ مند پھل ہے کیونکہ اس میں بعض ایسے ہاضم خمیر ہوتے ہیں جن سے ہاضمے کا نظام قوی تر ہوجاتا ہے اور بچوں کا ہاضمہ درست رہے تو پھر ان کی صحت بھی ٹھیک رہتی ہے اور ان کی نشوونما کا عمل بہتری کے ساتھ جاری رہتا ہے۔ انجیر کو گردے اور مثانے کی پتھری خارج کرنے کے لحاظ سے بھی مؤثر سمجھا جاتا ہے اس کیلئے یومیہ چار سے پانچ انجیر اچھی طرح چبا کر کھائیں۔ جلدی امراض کے حوالے سے یہ بات بھی بتاتے چلیں کہ بعض پھوڑے خاصے سخت ہونے کے باعث دیر سے پکتے اور پھوٹتے ہیں اور انسان مسلسل تکلیف میں رہتا ہے۔اس درد اور دکھن سے نجات کیلئے انجیر کو دودھ میں پکا کر اسے پھوڑوں پر باندھ دیا جائے تو وہ پک کر جلد پھوٹ جاتے ہیں۔انجیر کی تمام خصوصیات اور افادیت ہم نے آپ کے سامنے بیان کردی ہے اور اب اس کے فوائد سمیٹنا آپ کے اپنے ہاتھ میں ہے۔

صوفیہ رحمان' کراچی

دعا پڑھتے ہی بینائی لوٹ آئی

یہ دعا پڑھو' پھر ہاتھوں کو اپنے منہ پر اور آنکھوں پر مل لے چنانچہ اس نے ایسا ہی کیا اور اللہ تعالیٰ نے اس کی بینائی واپس کردی

دعائے بصارت

حسن بن سالم رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں کہ میری دادی اندھی تھیں ان کے پاس رات کو ایک شخص نے آکر کہا کہ میں تجھ کو ایسا وظیفہ بتاتا ہوں جس سے خداوند تعالیٰ تیری بینائی واپس کردے میری دادی نے کہا اللہ تیری مغفرت کرے اس نے کہا اپنے ہاتھ اٹھا کر یہ دعا پڑھو' پھر ہاتھوں کو اپنے منہ پر اور آنکھوں پر مل لے چنانچہ اس نے ایسا ہی کیا اور اللہ تعالیٰ نے اس کی بینائی واپس کردی اور اس نے اپنے آگے ایک بزرگ کو کھڑے ہوئے دیکھا پھر وہ غائب ہوگئے اور میری دادی نے مرنے سے چند دن پہلے اس دعا کو بیان کیا اور یہ دعا شروع سورۂ حدید سے عَلِیْمٌ بِذَاتِ الصُّدُوْرِ (حدید6) تک اور آخری آیات سورۂ حشر ہے۔حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے کسی نے ایسی دعا کی نسبت سوال کیا جو حضور صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے خاص آپ کو تعلیم کی ہو۔حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا مجھ کو یہ خیال نہیں تھا کہ کوئی مجھ سے اس کا سوال کریگا پھر فرمایا شروع سے سورۂ حدید کی چھ آیتیں اور سورۂ حشر لَوْ اَنْزَلْنَا ھٰذَا الْقُرْاٰنَ سے لیکر آخر تک پڑھ کے کہے اَللّٰھُمَّ یَامَنْ ھُوَ کَذَا وَ کَذَا اِفْعَلْ لِیْ کَذَا وَ کَذَا پھر جو دعا مانگے قبول ہوگی۔

حصول پوشیدہ اسرار

اسم ظَاھِرُ کا جو شخص ذکر کرے گا اس کو پوشیدہ باتیں معلوم ہوں گی اور باطنی خزانے اس کے ہاتھ آئیں گے۔جس کو خواب میں کوئی چیز معلوم کرنی ہو اس کو چاہیے کہ اس اسم کا پوری طہارت کے ساتھ ذکر کرے یہاں تک کہ حال اس پر غالب ہوجائے تب وہ بات اس کو خواب میں معلوم ہوجائے گی۔

حصول کشف

جو شخص اسم بَاطِنُ کا ذکر کرے جس چیز کی طلب رکھتا ہو اس سے حاصل ہو اور قلب اس کا کشادہ ہوجائے اور نور باطن عنایت ہو اور جو شخص اس کثرت سے اس کا ذکر کرے کہ اس کے مؤکلات اس کے ساتھ ذکر کرنے لگیں اس وقت یہ شخص جس جگہ جائے گا وہاں کے لوگ اس کی اطاعت کریں گے اور محبت سے پیش آئیں گے اس اسم میں اہل توحید کے واسطے بہت اسرار ہیں۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

☆بلغم ریشہ اور سوزش☆موٹا ہونا چاہتی ہوں☆یادداشت کا مسئلہ☆پنڈلیاں اکڑ جاتی ہیں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیپلر زپن استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔ مضمون مختصر لکھیں تاکہ جواب دینے میں آسانی

بلغم ریشہ اور سوزش

یہ مسئلہ میرے شوہر کا ہے پہلے ہم لاہور میں رہتے تھے تب ان کا پیٹ ٹھیک رہتا تھا صرف ریشہ اور کھانسی ہوتی تھی وہ دو یا تین بار گلا صاف کرنے سے ٹھیک ہوجاتا تھا حالانکہ اس وقت بھی وہ سگریٹ بہت پیتے تھے۔ یہاں چھٹیوں میں تھوڑے عرصے کیلئے آتے تھے اب نہیں مستقل سیٹ ہوئے تین سال ہوچکے ہیں۔ ان کا پیٹ مسلسل خراب ہے' پیٹ میں اتنی زیادہ گیس بنتی ہے کہ پیٹ پھولا پھولا رہتا ہے۔ بعض اوقات قبض بھی ہوتی ہے۔ وہ بھی اتنی زیادہ کہ بادی بواسیر کا درد شروع ہوجاتا ہے۔ پھر اسپغول کا چھلکا پانی میں ملا کر پینے سے کہیں جا کر قبض ٹھیک ہوتا ہے۔ لیکن کبھی بواسیر کیلئے حکیم کی دوائی کھاتے ہیں مگر قبض کھلنے کے ساتھ ساتھ ہی پیٹ اتنا زیادہ پھول جاتا ہے کہ دن میں تین چار یا پانچ بار اجابت ہوتی ہے۔ کبھی کھل کر تو کبھی تھوڑی تھوڑی سارا دن رہتی ہے۔ اس طرح یہ کیفیت پورا مہینہ ہوتی ہے۔ انہیں بہت نقاہت ہوتی ہے۔ ہاتھ' پیر کانپنا شروع کر دیتے ہیں۔ سخت سردی میں بھی پسینہ آنے لگتا ہے۔ دل گھبراتا ہے۔ ریشہ بھی زیادہ ہونے لگتا ہے جما ہوا سفید رنگ کا ریشہ نکلتا ہے۔ کبھی کبھی سانس میں سیٹی جیسی آواز آتی ہے۔ ریشہ سانس کی نالی میں جمع ہوتا رہتا ہے۔ پھر اس کو باہر نکالنے کیلئے اتنی بار گلا صاف کرتے ہیں کہ دماغ چکرانے لگتا ہے۔ شادی کے بعد سے سگریٹ کم کردی تھی لیکن اب تو چار مہینے سے وہ بھی چھوڑ دی ہے۔ ٹھنڈی اور کھٹی اشیاء سے بھی پرہیز کرتے ہیں کبھی کبھار ناشتے میں گرم دودھ پی لیتے ہیں ہفتے میں ایک بار چاول کھاتے ہیں آج کل بی پی بھی ہائی ہونے لگا ہے۔ حالانکہ عمر بھی 29 سال ہے مہربانی فرما کر ان مسئلوں پر جلد از جلد غور کر کے کوئی دوا تجویز فرمائیں۔ (م۔ش۔ کوئٹہ)

مشورہ: لعوق معتدل چھ گرام آدھی پیالی گرم پانی میں ملا کر سوتے وقت روزانہ پئیں۔ دودھ' چاول' سبزیاں' پھل نہ کھائیں۔ خاص طور پر ٹھنڈے دودھ سے قطعی پرہیز کریں۔ غذا کے بعد عمدہ بنی ہوئی جوارش جالینوس تین گرام دوپہر رات کو غذا کے بعد کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پنڈلیاں اکڑ جاتی ہیں

مجھے عرصہ 20 سال سے شوگر ہے۔ ڈاکٹر سے علاج کروا رہا ہوں۔ شوگر ہمیشہ دوسو سے اوپر ہی رہتی ہے۔ آج کل پھر شوگر کنٹرول نہیں ہورہی ہے جس کی وجہ سے ڈاکٹر نے انجکشن تجویز کیے ہیں۔ دوا بھی کھا رہا ہوں اور انسولین بھی لگوا رہا ہوں۔ اب شوگر 129 ہے یا 150 ہوتی ہے۔ اللہ کا شکر ہے وہیل پاور سے چل رہا ہوں۔ ایک تکلیف ایسی ہے کہ جس سے بہت زیادہ پریشان ہوں' میری دونوں ٹانگوں میں جان نہیں ہے۔ بہت مشکل سے چلتا ہوں' زمین پر نہیں بیٹھ سکتا' تیز نہیں چل سکتا۔ پنڈلیاں اکثر اکڑ جاتی ہیں۔ رات کو موزے پہن کر سوتا ہوں۔ ایسا لگتا ہے کہ جیسے ٹانگوں میں زخم ہے۔ بعض دفعہ تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے ٹانگوں کی جان نکل گئی ہے۔ سارے ٹیسٹ کروالیے ہیں سب ٹھیک ہیں۔ آج کل پیر سوج رہے ہیں' جوتا بھی نہیں پہن سکتا۔ اوپر کا جسم بالکل صحتمند ہے۔ کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ مجھے شوگر ہے مگر ٹانگیں ایسی ہیں کہ ان کے اوپر بالکل گوشت نہیں ہے۔ صرف ہڈیاں نظر آتی ہیں اور بعض دفعہ پاؤں کی انگلیاں اکڑ جاتی ہیں۔ ایسا علاج بتائیں کہ جس سے شوگر کنٹرول ہوسکے اور کمزوری ختم ہوجائے اور ٹانگوں کا درد بالکل ٹھیک ہوجائے۔ **(اویس شاہ' لاہور)**

مشورہ: عمدہ قسم کی بڑے سر والی لونگیں گرائنڈر میں باریک کر کے رکھیں اور صبح و شام خالی پیٹ ایک چٹکی دوائی لیکر چائے سے پھانک لیں دو ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

''مرکی'' کیا ہے؟

میری عمر 35 سال ہے۔ آپ مجھے کوئی گھریلو دوا بتائیں جو میں استعمال کروں اور وہ شوگر کیلئے فائدہ مند ہو اور وہ دوا باآسانی مل جائے۔ دوسرے یہ کہ آپ نے کسی کو دانت کیلئے ایک جڑی بوٹی بتائی تھی جس کا نام ہے ''مرکی'' کیا وہ میں بھی استعمال کرسکتی ہوں کیونکہ دانت بھی کمزور ہورہے ہیں اور مسوڑھے اپنی جگہ چھوڑ رہے ہیں' آگے کے دو دانت بھی ہلتے ہیں۔ ایک پنساری کی دکان سے ''مر'' منگوائی ہے۔ **(سویرا کریم' لاہور)**

مشورہ: بلڈ شوگر کیلئے ''اندرجو'' مفید ہے' استعمال کرتی رہیں۔ ''اندرجو'' کے علاوہ بھی بہت دوائیں ہیں' مگر یہ سب ادویات وقتی فائدہ کرتی ہیں۔ دوا کا اصل نام تو ''مرکی'' ہے بہت مفید دوا ہے۔ غذا نمبر 4 استعمال کریں۔

تین مسئلے......!!!

میں بہت پریشان ہوں۔ میرے دو تین مسئلے ہیں۔ میری عمر 23 سال ہے اور غیر شادی شدہ ہوں۔ میرا پہلا مسئلہ نزلہ زکام کا ہے جو کہ سر کے اندر جمع ہوا ہے۔ کبھی فلو ہوجائے تو بہنے بھی لگتا ہے مگر دو تین دن بعد پھر جم جاتا ہے۔ اس کے علاوہ چاول' تلی ہوئی چیزیں' دہی اور کھٹی چیزیں کھانے کے بعد سر کے اندر تالو کے اوپر عجیب دباؤ کی طرح سے درد محسوس ہوتا ہے اور یہی احساس شدید سردیوں میں بھی ہوتا ہے اور کبھی کبھی ریشہ بھی گرتا ہے' یہ ریشہ کبھی پتلا ہوتا ہے' کبھی سخت...... یہ مسئلہ میرے ساتھ دس گیارہ سالوں سے ہے۔ کوئی حل تجویز کردیں اور کوئی پرہیز بھی بتادیں۔ شاید اسی وجہ سے میرے سر کے سارے بال گر گئے ہیں اور نظر پر بھی اثر پڑا ہے۔ بال بہت کم رہ گئے ہیں اور بالوں کی جڑیں اتنی کمزور ہوگئی ہیں کہ سر میں تیل لگانے سے بھی بہت زیادہ بال گرتے ہیں اور مسلسل کمزور ہوتے جارہے ہیں۔ **(شیما' لیہ)**

مشورہ: اصلی خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا چھ چھ گرام صبح و شام کھائیں۔ اصلی جوارش جالینوس چھ چھ گرام بعد غذا کھائیں' ایک ماہ کے بعد دوبارہ لکھیں۔ السر' ہائی بلڈ پریشر کے مریض یہ دوائیں استعمال نہ کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

موٹا ہونا چاہتی ہوں

میری عمر 20 سال ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ نسوانی حسن عمر

کے حساب کم ہے' گزشتہ دو تین سال سے گھریلو مسئلے کی وجہ سے پریشان تھی لیکن اب گھریلو مسائل ٹھیک ہیں اور معدے کا السر تھا لیکن اب ٹھیک ہے' موٹے ہونے کا اور نسوانی حسن کیلئے کوئی نسخہ بتائیں اور ہاں قد بڑھنے کا بھی......! **(فریحہ جلال' راولپنڈی)**

مشورہ: اس کا بہت مفید علاج دودھ' گھی اور مکھن ہے۔ مناسب مقدار میں غذا میں شامل رکھیں۔ مناسب ورزش بھی ضروری ہے۔ گلے کے غدود کا معائنہ کروائیں' خرابی ہو تو ان کا علاج کروائیں۔ غذا نمبر2 استعمال کریں۔

یہ دانے ٹھیک نہیں ہو رہے

میرے منہ پر بہت سے سرخ اور پیلے دانے ہیں۔ چار مہینے سے نکل رہے ہیں' اسپغول کا چھلکا استعمال کرتا تھا جس کی وجہ سے دانے بیٹھ گئے تھے لیکن اب پھر نکل آئے ہیں اور چہرے پر بہت سے بدنما داغ بھی ہیں آپ کوئی ایسا نسخہ بتائیں جس سے میرے داغ اور دانے ٹھیک ہو جائیں۔ میں نے اپنے شہر میں ایک ڈاکٹر سے دانوں کے بارے میں بات کی۔ اس نے کہا کہ یہ خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں مگر یہ دانے ٹھیک نہیں ہو رہے ہیں۔ مجھے آپ پر پورا یقین ہے آپ کوئی اچھا نسخہ بتائیں' آپ کی مہربانی ہوگی۔ میری عمر 18 سال ہے میں فرسٹ ایئر کا طالب علم ہوں۔ **(مبشر حسین' لاہور)**

مشورہ: سردی گزرنے کے بعد شربت نیلوفر ایک اونس صبح وشام پانی میں ملا کر پئیں۔ بیس دن کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ گرم چیزوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر1 استعمال کریں۔

یادداشت کا مسئلہ

میں ایم اے کا طالب علم ہوں' میری یادداشت بہت کمزور ہے' سبق یاد کرنے کے بعد بھول جاتا ہوں' پڑھنے کے دوران طرح طرح کے خیالات آتے ہیں' مجھے پڑھنے کا بہت شوق ہے' جب کتاب کھولتا ہوں تو بوریت محسوس ہوتی ہے' آپ مجھے اچھا سا طبی مشورہ دیں تاکہ میری یادداشت ٹھیک ہو جائے۔ **(ارسلان' کوئٹہ)**

مشورہ: اصلی خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا چھ چھ گرام صبح و شام کھائیں۔ غذا نمبر2 استعمال کریں۔

شدید سر درد

میں نے جب سے ہوش سنبھالا ہے اس وقت سے میرے سر میں شدید درد رہتا ہے۔ ہر طرح کا علاج کروا چکی ہوں' تعویذ' دھاگے' دم' درد سب کچھ کروایا ہے مگر میرے سر کا درد ٹھیک نہیں ہوا۔ اب تو میرا معدہ بھی خراب ہوگیا ہے' چشمہ بھی لگا کر دیکھا ہے مگر فرق نہیں پڑا۔ گرمیوں میں پنکھے کے نیچے نہیں بیٹھ سکتی' فوراً درد شروع ہو جاتا ہے' گرمیوں میں باہر دھوپ میں بھی نہیں نکل سکتی' سردیوں میں ٹھنڈی ہوا سر کو لگنے سے فوراً درد شروع ہو جاتا ہے۔ گرمیوں میں سر کو کپڑے سے لپیٹ کر سوتی ہوں اور سردیوں میں دن رات اون کی ٹوپی لے کر رکھتی ہوں پھر بھی پتہ نہیں کیسے درد شروع ہو جاتا ہے۔ نہ خود اونچا بول سکتی ہوں' نہ زیادہ دیر تک بول سکتی ہوں اور نہ شور میں رہ سکتی ہوں۔ اگر کوئی میرے سر میں ہلکا سا بھی ہاتھ مارے تو درد شروع ہوتا ہے۔ اس سر درد کی وجہ سے میں نے تعلیم بھی چھوڑ دی مگر میرے سر کے درد کو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ عمر 25 سال ہے۔ **(ثوبیہ' اوکاڑہ)**

مشورہ: حب عنبر صداعی ایک ایک گولی دن میں تین بار کھائیں' حب عنبر صداعی نہ ملے تو خالص عرق عنبر اصلی دن میں تین بار پئیں' انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ عرق عنبر کسی پرانے طبیب سے ان کا اپنا تیار کیا ہوا لیں۔ غذا نمبر2 استعمال کریں۔

چھوٹی چھوٹی سخت پھنسیاں

میرے چہرے پر کیل مہاسے ہیں جن کے منہ اوپر سے بند ہیں اور چھوٹی چھوٹی سخت پھنسیوں کی طرح ہیں' کچھ عرصہ پہلے میرے چہرے پر سرخ دانے پیپ والے نکلتے تھے' میں نے آپ کے مشورے پر شربت نیلوفر استعمال کیا تو دانے نکلنے بند ہو گئے۔ براہ مہربانی مجھے کوئی مفید مشورہ دیں کہ میرا چہرہ کیل مہاسوں سے صاف ہو جائے۔ (جبران' فیصل آباد)

مشورہ: سردیاں گزرنے کے بعد شربت عناب ایک اونس صبح وشام پانی میں ملا کر پئیں۔ غذا نمبر3 استعمال کریں۔

قرض کی وصولی اور ادائیگی کیلئے

اذان فجر سے پہلے مسلسل یہ ورد کرتے رہیں یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ اَنْتَ اللّٰہُ بَلٰی وَاللّٰہِ لَااِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ اللّٰہُ اَللّٰہُ اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ اِقْضِ عَنِّی الدَّیْنَ وَارْزُقْنِی بَعْدَ الدَّیْنِ بہت جلد قرض کی وصولی ہوگی اور قرض ہے تو نجات مل جائے گی۔ **قرض سے نجات:** وتر کے بعد دو نفل کھڑے ہو کر پڑھیں ہر رکعت میں سورۂ آل عمران آیت نمبر 27,26 پانچ مرتبہ پڑھیں' انشاء اللہ اس کا قرض جلد اتر جائیگا۔ **(حکیم اللہ دتہ چشتی' خانیوال)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' کھیا' توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ڈبل روٹی' کھیرے' ککڑی' بیسن' مونگ کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دیسی ٹھنڈا پانی' ہرا دھنیا' پودینہ' سلاد' امرود' سیب' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' فالودہ' کدو کے بیج' کیلا' چھالیہ' اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' چنے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انجیر' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شربت نیلوفر' میٹھا خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال موٹھ' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور' تازہ چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' تارا میرا' منقیٰ' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' پنجیری' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' اونٹ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' بونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

کھیا' توری' کھیرا' کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' تھوڑی مقدار میں ڈبل روٹی' سادہ چاول' ہر قسم کی سبزی' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ذرا سی فروٹ' زیتون کا اچار' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے' مکئی کی روٹی' چھوٹا مغز

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیلے' ریس' امرود' سیب' ڈبل روٹی' بند' نان' بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' یخنی دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' فالودہ' ٹھنڈا' چیکو' امرود' کھیرا' اچھا چھوٹا کدو' ناریل کا پانی۔

کھائیں پیئیں اور سلم سمارٹ رہیں

ڈاکٹر فاریہ علیم، اسلام آباد

دالوں بیجوں اور جئی میں پائے جانے والا ریشہ (فائبر) کولیسٹرول کم کرتا ہے۔☆ کھانوں کو زیادہ پکانے سے اس کی اہم غذائیت ضائع ہوجاتی ہے۔☆ ایک پرفیکٹ جلد کیلئے پھل' سلاد اور 8 سے 10 گلاس پانی روزانہ ایک پرفیکٹ غذا ہے۔

بظاہر تو سننے میں عجیب لگتا ہے کیونکہ یہ چیز ہر کسی کے ساتھ ممکن نہیں بہت کم لوگ ایسے ہوتے ہیں جو کھاتے بھی ہیں اور دبلے پتلے بھی رہتے ہیں۔ اس کے لیے وہ جو کچھ کرتے ہیں یقیناً آپ بھی کرنا چاہیں گی تاکہ کسی محنت کے بغیر آپ بھی سمارٹ رہ سکیں۔ اس کیلئے آپ کو کچھ اصولوں کو اپنی زندگی کا حصہ بنانا ہوگا شروع میں کچھ عرصے کیلئے تو آپ کو مشکل لگیں گے بعد میں آپ کی زندگی کا حصہ بن جائیں گے۔

جو دل کو اچھا لگے وہ کھایئے: یہ مت سوچئے کہ یہ کھایا تو یہ ہوجائے گا' موٹاپا بڑھ جائے گا۔ ان سب باتوں سے ڈرنے کے بجائے جو دل چاہے کھائیں لیکن اس طرح نہ کھائیں کہ جب دل چاہے تب کھائیں۔ جب آپ کا جسم آپ کو کھانے کا سگنل دے تو کھائیں اس سے آپ کے وزن پر فرق نہیں پڑے گا۔

تسلی ہوجائے تو کھانا بند کردیں: پیٹ بھرنا الگ بات ہے اور تسلی ہوجانا الگ بات ہے۔ پیٹ بھر جانے کے بعد آپ کو بے سکونی' غنودگی اور بے اطمینانی ہونے لگتی ہے مگر تسلی کا مطلب ہے کہ آپ کی بھوک مٹ چکی ہے۔ کھانے کا مقصد بھوک ختم کرنا رکھئے پیٹ بھرنا نہیں۔

باڈی لینگویج سمجھئے: ایک نارمل انسان نہ تو چکنائی سے پرہیز کرتا ہے اور نہ ڈائٹنگ کرتا ہے بلکہ وہ باڈی لینگویج کو سمجھتا ہے جس پر عمل کرکے وہ اپنے آپ کو موٹا ہونے سے روک لیتا ہے۔ اگر صرف کھالیا جائے گا تو اس کا نتیجہ موٹا ہوگا۔ صحیح بات یہ ہے کہ اپنی باڈی لینگویج کو سمجھئے اور جسم جس وقت سگنل دے تو اس سگنل پر غور کرنے کی عادت کو اپنایئے اس طرح اپنے آپ کو نارمل رکھ سکتے ہیں۔

جب بھوک لگے تب کھائیں: اکثر لوگ صرف کھاتے ہیں اور کھاتے رہتے ہیں۔ اس لیے ان لوگوں کو پتہ نہیں چلتا کہ انہیں بھوک لگ بھی رہی ہے یا نہیں۔ اس لیے جب پورا پورا احساس ہوجائے کہ بھوک لگی ہے تب ہی کھائیں اور جب بھوک لگ جائے تو کھالیں پھر بلاوجہ انتظار نہ کریں بلکہ جیسے ہی بھوک کا احساس ہو کھالیں۔

موڈ دیکھ کر کھائیں: اگر آپ پریشانی' ٹینشن میں مبتلا ہیں تو اس وقت کھانا نہ کھائیں اس سے معدہ پر بھی اثر ہوگا اور آپ غلط بھی کھالیں گے۔ جذبات جب غالب ہوتے ہیں تو آپ کو ضرورت کی غذا سے دور کردیتے ہیں۔ اس لیے موڈ دیکھ کر کھائیں تو بہتر ہے۔

دھیان کھانے پر رکھیں: کھانے کے وقت کھانے پر دھیان دیجئے کوئی اور کام کرتے وقت مت کھائیں کیونکہ اس طرح دھیان دونوں کام پر لگائے رہیں گے تو زیادہ کھانے پر بھی آپ کو احساس ہوگا کہ کم کھایا ہے۔ جیسے اگر آپ کوئی کتاب پڑھتے ہوئے کھائیں گے تو آپ کو احساس ہی نہیں ہوگا کہ کتنا کھایا ہے۔ توجہ صرف کھانے پر رکھیں گے تو نہ صرف کھانے کا لطف اٹھائیں گے بلکہ کتنا کھایا اس کا بھی احساس رہے گا۔

احساسات: آپ نے کیسا کھانا کھایا ہے اس کا ذائقہ اچھا تھا' برا تھا' زیادہ کھایا ہے' کم کھایا ہے اس کا احساس جسم ہی دلاتا ہے۔ اگر کھانے کے بعد جلن' گیس وغیرہ ہو تو اس کا احساس بھی فوراً ہی ہوجاتا ہے۔ اس لیے جسم کے سگنل ہمیں سکون' بے سکونی' اچھے برے کام کا احساس دلاتے ہیں اور اسی احساسات کی بناء پر ہم اپنے جسم کی زبان کو سمجھ سکتے ہیں۔ یعنی اپنے جسم کی ضرورت کو سمجھ سکتے ہیں۔ بالفاظ دیگر یہی ہے کہ اگر ہم کچھ سگنلز سمجھنے لگیں تو خود کو کافی حد تک سلم اور سمارٹ رکھ سکتے ہیں۔

یعنی:۔☆ جسم کے اس اشارے کو سمجھئے کہ جو چیز وہ کھانے کا اصرار کررہا ہے وہ ذائقہ دار ہو تو کھایئے ہر بے مزہ چیز کو منہ نہ لگایئے۔☆ یہ سمجھئے کہ اگر آپ کا جسم پرسکون ہے تو آپ نے صحیح کھایا ہے۔

☆ جسم کی طلب کو سمجھئے وہ جس چیز کی طرف اشارہ کرے اسے ہی کھایئے۔ اگر ان سب چیزوں پر عمل کریں گے تو نہ صرف یہ کہ خود کو پریشانی سے بچاسکتے ہیں بلکہ آپ اپنے ہی جسم کی زبان سمجھ سکتے ہیں اور اس کے بدلے میں آپ کو ملیں گے Ring Results اور آپ پائیں گے Smart Body۔

صحت کے چندگر: کھانے سے اس وقت ہاتھ روک لیں جب تھوڑی سی بھوک باقی رہ گئی ہو۔☆ اگر کھانے کے اوقات کے درمیانی وقفے میں بھوک لگ جائے تو تازہ پھل اور سلاد جیسی ہلکی چیز کھالیں۔☆ کھجور کھانے سے آپ کے بلڈ کاؤنٹ (خون کی کسی مخصوص مقدار میں سفید اور سرخ خلیوں کی تعداد اور تناسب کا تعین) میں اضافہ ہوتا ہے۔

☆ پھل کا جوس پینے کے مقابلے میں پھل کھانا زیادہ صحت بخش ہے۔☆ کھانے کے دوران ذہنی طور پر خوش اور پرسکون رہیں۔ اس طرح آپ اپنی غذا بہتر طریقے سے ہضم کرسکیں گے۔☆ ریفائنڈ آٹے سے گریز کریں۔ اس کی بجائے چکی کا پسا ہوا آٹا استعمال کریں جس میں ریشے (فائبر) کی وافر مقدار ہوتی ہے۔

☆ سفید چاول کے مقابلے میں غیر پالش شدہ براؤن چاول زیادہ صحت بخش ہوتا ہے۔☆ یاد رکھئے چینی صرف حرارے (کیلوریز) کا ایک ذریعہ ہے۔☆ اپنی غذا میں اسپراؤٹس (کلے) کو شامل کیجئے۔ یہ پروٹین سے پُر ہوتے ہیں۔☆ دالوں بیجوں اور جئی میں پایا جانے والا ریشہ (فائبر) کولیسٹرول کم کرتا ہے۔☆ کھانوں کو زیادہ پکانے سے اس کی اہم غذائیت ضائع ہوجاتی ہے۔☆ ایک پرفیکٹ جسم کیلئے پھل' سلاد اور 8 سے 10 گلاس پانی روزانہ ایک

ناف کا ٹل جانا اور اس کا آسان وظیفہ

یہ ایسی تکلیف ہے جس کا ڈاکٹری علاج آج تک دریافت نہیں ہوسکا۔ اگر کسی کی ناف ٹل جائے تو ناف کی جگہ پر شہادت کی انگلی رکھ کر لاتعداد مرتبہ پڑھیں لِلّٰہِ الْمَلِکِ الْحَقِّ دم کردیں اللہ کے اس نام کی برکت سے ناف اپنی جگہ پر آجائے گی اگر محسوس ہو کہ ناف اپنی جگہ پر نہیں آئی ہے تو دو تین مرتبہ دم کریں۔ بہت

مسافران آخرت

☆ میاں غلام محمد کروڑ پکا کا جواں سالہ بیٹا فوت ہوگیا ہے۔☆ سید منظور شاہ صاحب کی اہلیہ اچانک فوت ہوگئی ہیں موصوفہ نہایت صالح تھیں' افحسبتم کی آیت یاد کرتے کرتے نواسی کی گود میں واصل حق ہوگئیں۔☆ حاجی اختر حسین سومرو کی والدہ پیرانہ سالی میں فوت ہوگئیں' موصوفہ اپنی اولاد کیلئے چھاؤں تھیں۔ اللہ تعالیٰ ان سب کو جنت الفردوس میں جگہ عطا فرمائے۔

قارئین سے ایصال ثواب کی گزارش ہے۔

عائشہ ظہیر، گوجرانوالہ

دعاؤں سے فرسٹ ڈویژن کیسے ملی؟

جس دن مقابلہ تھا پرنسپل نے دونوں کلاسوں کے بچوں کو اپنے کمرے میں بلایا۔کلاس ٹیچرز اور دیگر بچوں کو وہاں جانے کی اجازت نہ تھی‘ بچے پرنسپل کے کمرے میں چلے گئے میں اوپر اپنی کلاس میں باقی سٹوڈنٹس کے ساتھ بیٹھی تھی لیکن مجھے اپنے اللہ پر بھروسہ تھا اپنی دعا پر بھروسہ تھا‘ یقین تھا

کچھ سال پہلے کی بات ہے جب میں پڑھ کے فارغ ہوئی تو اپنے گھر کے پاس ہی ایک سکول میں جاب مل گئی‘ سکول بہت اچھا تھا‘ مجھے بچوں کو پڑھانے کا کوئی تجربہ نہیں تھا‘ ہاں شوق بہت تھا...... ہر کلاس کے دو سیکشن تھے ایک سیکشن کو سینئر استاد پڑھاتا تھا اور دوسرے سیکشن کو جونیئر‘ مجھے بھی ایک کلاس دیدی گئی‘ سینئر ٹیچر جونیئر کو گائیڈ کرتی تھیں‘ میرے ساتھ جو سینئر ٹیچر تھیں وہ مجھ سے ظاہر ہے دگنی عمر کی تھیں‘ تجربہ بھی تھا اور میں تو بالکل کوری تھی مجھے کچھ بھی نہیں پتا تھا۔ میں برائی نہیں کر رہی لیکن اللہ جانتا ہے کہ انہوں نے میرے ساتھ کبھی شفقت نہیں برتی‘ کبھی مجھے نہیں بتایا کیا کرنا ہے کیا نہیں۔ دنیا جہان کے کند ذہن اور نکمے بچے میری کلاس میں بھیج دیئے جاتے‘ والدین بھی اپنے بچوں کو ان کی کلاس میں بھیجنا پسند کرتے تھے۔ خیر میں اپنے بچوں کو پوری لگن سے پڑھاتی تھی کیونکہ مجھے شوق تھا اور ہر سال کے امتحانات کے بعد میری کلاس کا رزلٹ ان کی کلاس سے ہمیشہ اچھا ہی آیا ہر سال سکول میں کوئز مقابلہ ہوتا تھا۔ مجھے کچھ پتا نہیں تھا اس لیے سینئر ٹیچر کی کلاس کے مقابلے میں میری کلاس ہار ہی جاتی تھی۔ میرے ساتھ جو سینئر ٹیچر تھیں وہ ایم اے اسلامیات تھیں اور میں بزنس ایڈمنسٹریشن کی سٹوڈنٹ تھی ہر سال کوئز مقابلے میں اسلامیات سے متعلق عنوان ہی ہوتا تھا میں یہی سوچتی تھی یا اللہ! میں کروں تو کیا کروں......؟؟؟ خیر میری جاب کو تیسرا سال تھا۔ تیسرا کوئز مقابلہ بھی تھا جب مقابلے کی تاریخ کا اعلان ہوا تو میری سینئر کولیگ جو تھیں میرے پاس آئیں اور کہنے لگیں تمہاری کلاس کیسے جیتے گی میرا تو اسلامیات مضمون ہے‘ میرا تو سبجیکٹ ہے اس سال بھی میری کلاس ہی جیتے گی وہ کہہ کر چلی گئیں‘ میرے دل کو ان کا غرور دیکھ کر زبردست ٹھیس پہنچی ان کے یہ الفاظ آج تک میرے کانوں میں گونجتے ہیں‘ میری آنکھوں میں دکھ کے مارے آنسو آ گئے‘ تب میں نے دل میں اللہ سے دعا مانگی اے اللہ! دلوں کا حال تو ہی جانتا ہے تیرے قریب زیادہ کون ہے‘ اس دفعہ اس عورت کا غرور توڑ دے اور میرے بچوں کو فتح نصیب کر‘ خیر! پھر میں نے کلاس کے ذہین طلباء میں سے چند کو منتخب کیا اور انہیں سوالنامہ تیاری کیلئے دیدیا‘ موضوع ہجرت مدینہ تھا۔

میں نے اپنی کلاس میں بچوں کو جو مقابلے میں شریک تھے اور جو شریک نہیں تھے سب کو ہجرت کا واقعہ ایک دلچسپ کہانی کی طرح سنایا۔ مجھے علم ہے بچے سبق تو بھول جاتے ہیں لیکن کہانیاں نہیں بھولتے۔ سنانے سے پہلے میں نے اللہ سے دعا مانگی اے اللہ! میرا علم ناقص ہے‘ بچوں کو ایک اچھی بات اسلامی تاریخ کا ایک واقعہ سنانے جارہی ہوں اگر مجھ سے کوئی غلطی ہوجائے تو معاف کردینا۔ پھر میں نے بچوں کو سنایا کیسے کفار مکہ نے ہمارے پیارے نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو ستایا اور کیسے ہمارے پیارے نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور ان جانثار ساتھیوں نے مکہ سے مدینہ کی طرف ہجرت کی‘ معرکہ غزوہ بدر کیسے ہوا اور کیسے اللہ نے فرشتے بھیج کر مسلمانوں کی مدد کی۔ مقابلہ منعقد ہونے تک میں ایک آیت مبارکہ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھتی رہی نَصۡرٌ مِّنَ اللّٰهِ وَ فَتۡحٌ قَرِيۡبٌ (الصف 13) بہت زبردست آیت ہے‘ ساتھ ساتھ میں دعا مانگتی رہی اللہ میرے بچوں کو فتح نصیب کر۔ جس دن مقابلہ تھا پرنسپل نے دونوں کلاسوں کے بچوں کو اپنے کمرے میں بلایا۔ کلاس ٹیچرز اور دیگر بچوں کو وہاں جانے کی اجازت نہ تھی‘ بچے پرنسپل کے کمرے میں چلے گئے میں اوپر اپنی کلاس میں باقی سٹوڈنٹس کے ساتھ بیٹھی تھی لیکن مجھے اپنے اللہ پر بھروسہ تھا اپنی دعا پر بھروسہ تھا‘ یقین تھا۔ تھوڑی دیر کے بعد بچے واپس آئے۔ وہ سیڑھیاں چڑھ رہے تھے‘ میں ان کے قدموں کی چاپ سن رہی تھی۔ جیسے جیسے چاپ قریب آرہی تھی مجھے لگ رہا تھا میرا دل کہہ رہا تھا میرے بچے جیت کر آئے ہیں اور جب وہ میرے سامنے دروازے سے داخل ہوئے میں نے ان کے چہرے دیکھے‘ یقین کریں! مجھے ان کے چہروں پر خوشی دیکھ کر کتنا اچھا لگا‘ ایسے لگا جیسے میں سرخرو ہوئی‘ بچے خوشی سے چلا رہے تھے‘ ٹیچر ہم جیت گئے‘ ہم جیت گئے‘ سینئر ٹیچر کی کلاس کے بچوں کو تو ایک بھی سوال کا جواب نہیں آیا اور ہم سے پرنسپل نے جو سوالات کیے وہ آپ کے دیئے ہوئے سوالنامے میں نہیں تھے بلکہ اس پیاری سی کہانی (واقعہ) میں سے تھے جو آپ نے ہمیں اس دن کلاس میں سنایا تھا۔ مجھے اس وقت اور بھی زیادہ خوشی ہوئی۔ میں بتا نہیں سکتی میرے بیان سے باہر ہے۔ مجھے کس قدر مسرت ہوئی تھی‘ میں نے ایک چھوٹی سی کوشش کی اور اللہ نے مجھے کامیابی عطا کی۔ کوئی بھی کام شروع کرنے سے پہلے اس آیت کو پڑھیں تو یقیناً اللہ کامیابی عطا کرتے ہیں۔

مولانا وحید الدین خان

ٹالرنس: فطرت کا اصول

اس طرح ایک دوسرے کے ساتھ ٹالرنس کا معاملہ نہ کریں تو دونوں آپس میں لڑنے لگیں یہاں تک کہ دونوں لڑ لڑ کر تباہ ہوجائیں

ٹالرنس (رواداری‘ برداشت) فطرت کا ایک عالمی اصول ہے‘ شیر اور ہاتھی دونوں انتہائی بڑے جانور ہیں‘ دونوں ایک دوسرے کے حریف کی حیثیت رکھتے ہیں پھر بھی دونوں ایک ساتھ جنگل میں رہتے ہیں۔ یہ صرف ٹالرنس کے ذریعہ ممکن ہوتا ہے چنانچہ جنگلوں میں دیکھا گیا ہے کہ ایک طرف سے ہاتھی آرہا ہو اور دوسری طرف سے شیر چل رہا ہو تو دونوں ایک دوسرے سے الجھے بغیر خاموشی کے ساتھ اپنے اپنے راستہ پر گزر جاتے ہیں اگر دونوں اس طرح ایک دوسرے کے ساتھ رواداری کا معاملہ نہ کریں تو دونوں آپس میں لڑنے لگیں یہاں تک کہ دونوں لڑلڑ کر تباہ ہوجائیں۔

شیر اور ہاتھی کو یہ طریقہ فطرت نے سکھایا ہے۔ اسی طرح انسان کے جسم میں فطرت نے برداشت کا نظام قائم کررکھا ہے۔ میڈیکل سائنس میں اس کو حیاتیاتی رواداری کہا جاتا ہے۔ اس سے مراد ایک جسم حیوانی کی یہ صلاحیت ہے کہ وہ ایک چیز سے برا اثر لیے بغیر اس سے ربط کو یا جسم میں اس چیز کے داخل کیے جانے کو برداشت کرلے۔

جسم کی اسی صلاحیت پر امراض کے علاج کا پورا نظام قائم ہے۔ بیماری کے وقت جسم کے اندر ایسی دوائیں ڈالی جاتی ہیں جو مجموعی حیثیت سے جسم کیلئے مضر ہیں مگر جسم خارجی چیزوں کے معاملہ میں اپنی ساری حساسیت کے باوجود ایسی دواؤں کو برداشت کرتا ہے وہ ان کے ساتھ ٹالرنس کا معاملہ کرتا ہے۔ اسی ’’حیاتیاتی ٹالرنس‘‘ کی بنا پر یہ ممکن ہوتا ہے کہ یہ دوائیں جسم میں داخل ہوکر اپنا اثر دکھائیں۔ وہ جسم کے دوسرے اعضا پر برا اثر ڈالے بغیر اس کے بیمار عضو پر عمل کرکے اس کو اچھا کرسکیں۔ برداشت کا یہی طریقہ انسانی سماج میں بھی مطلوب ہے۔ جنگل کے جانور جو کچھ اپنی جبلت کے تحت کرتے ہیں اور انسانی جسم جو کچھ اپنی فطرت کے تحت کرتا ہے وہی عمل انسان کو اپنے شعور کے تحت کرنا ہے۔ اس کو سوچے سمجھے فیصلہ کے تحت ٹالرنس کا طریقہ اختیار کرکے دوسروں کے ساتھ زندگی گزارنی چاہیے۔

جب شوہر آپ سے دور ہو تو......!!!

کوئی ایسا مشغلہ اپنالیں یا کچھ ایسا سیکھنے کی کوشش کریں جس کی آپ برسوں سے خواہشمند یا منتظر تھیں اور وقت نے آپ کو اس کی اجازت نہیں دی یا پھر مناسب مواقع میسر نہیں آسکے۔ آپ دینی تعلیم سیکھ سکتی ہیں، عالمہ کا کورس کرسکتی ہیں، آپ ساتھ کوئی کمپیوٹر کلاس بھی جوائن کرسکتی ہیں۔

شوہروں کو گھر سے نکل کر روزگار کی تلاش میں جانا ہی پڑتا ہے اس حقیقت سے ہر عورت اچھی طرح واقف ہوتی ہے مگر حیران کن امر یہ ہے کہ بیشتر خواتین شکوہ بہ لب ہی رہتی ہیں اور شوہر کے جاتے ہی گویا ان کی زندگی میں مایوسی اور اداسی ڈیرے ڈال دیتی ہے۔ کسی کونے میں منہ لپیٹ کر پڑ جانے اور ان کی یاد میں آنسو بہانے سے کہیں بہتر ہے کہ اس وقت کا بہترین استعمال کریں تاکہ جب آپ کے شوہر کی شام ڈھلے گھر واپسی ہو تو آپ اس کا خوشدلی سے استقبال کرنے کیلئے پوری طرح تیار ہوں اور حسب روایت اسی طرح خوبصورت اور پراعتماد نظر آئیں جس طرح ان کی موجودگی میں نظر آتی ہیں۔ ایک عورت کو اس بات کا بخوبی علم ہے کہ جب شوہر دور ہو تو اسے کن کیفیات سے گزرنا پڑتا ہے۔

فرزانہ کی جب شادی ہوئی تو اس کا شوہر دفتری کام کے سلسلے میں بیرون ملک چلا گیا، ابتدائی عرصے میں شوہر کے جانے کے بعد وہ خود کو بہت تنہا مایوس اور اداس محسوس کرتی تھی اور یہ تمام احساسات شوہر کی واپسی تک اس پر پوری طرح طاری رہتے تھے اس تمام قصے کا بدترین پہلو یہ ہے کہ فون کے ذریعے تمام کیفیات سے شوہر کو بھی آگاہ کرتی تھی دونوں طرف ایک پریشانی سی رہتی تھی لیکن جب فرزانہ کے یہاں پہلے بچے کی آمد ہوئی تو سب کچھ تبدیل ہوگیا اور وہ شوہر کی دوری کو ذہنی پختگی کے ساتھ قبول کرنے میں کامیاب ہوگئی ظاہر ہے کہ یہ اس کا بچہ ہی تھا جس نے اسے اپنی جانب متوجہ کرکے ایک ایسی دلچسپی مہیا کردی کہ وہ تنہائی اور اکیلے پن کے خول سے باہر نکل آئی لیکن گزرے ہوئے عرصے میں پیدا شدہ ڈیپریشن کے اثرات نہ صرف اس پر منفی انداز سے پڑے بلکہ اس کا شوہر بھی ان سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکا جو کہ اس دوران اس کے پاس موجود ہی نہیں تھا۔ اب حرف آخر یہ ہے کہ بیوی اور شوہر دونوں کو ایسی راہیں تلاش کرنی چاہئیں تاکہ وہ کسی نہ کسی طرح مصروف رہیں نہ تو بیوی اپنے شوہر کے چلے جانے پر روتی بسورتی اور آنسو بہاتی رہے اور نہ ہی شوہر اس کی جدائی کے غم میں ہمہ وقت نڈھال رہے بلکہ خود کو جس حد تک ممکن ہو نارمل رکھنے کی کوشش کرے۔

مثبت طرز عمل اپنائیں

ایسی بیوی جسے ضروریات زندگی فراہم کرکے مسلسل تنہائی کے عذاب میں دھکیل دیا گیا ہے کہ وہ اپنے اور بچوں کے بارے میں سوچتی رہے زیادہ بہتر یہ ہے کہ وہ اپنی عام زندگی کے حوالے سے مثبت سوچ اور رویہ کی تعمیر کرے۔ اپنے آپ پر ترس کھانے کے بجائے لازمی ہے کہ وہ خود کو مکمل طور پر اہل سمجھے کہ ہر مصیبت اور پریشانی کا مقابلہ کرنے کی سکت اس میں موجود ہے، کسی بھی نوعیت کے حالات کا مقابلہ کرنے کیلئے وہ اپنے اندر اعتماد پیدا کرے کیونکہ وہ حالات کا بہادری سے مقابلہ کرکے اور شوہر سے دوری کے مشکل وقت کو ایک چیلنج کے طور پر قبول کرکے ہی کامیاب ہوسکتی ہے۔

کام کا طریقہ کار اور نیند کا وقت: خواتین خود کو پوری طرح فعال اور چاق و چوبند رکھیں اور جس حد تک بھی ممکن ہو مصروف رہیں۔ مریضانہ انداز سے سوچ و بچار میں وقت نہ ضائع کریں اور دن میں نہ صرف زیادہ سے زیادہ لوگوں سے ملنے جلنے کی کوشش کریں بلکہ ممکن ہو تو کسی نیک خاتون کو دوست بنائیں کیونکہ ہم سب اسی سماج کی پیداوار ہیں اسی مٹی سے پیدا ہوئے ہیں لہٰذا ہم اپنے خیالات اور جذبات جتنے زیادہ افراد کے ساتھ شیئر کریں گے اتنا ہی خوش رہیں گے۔ دوپہر کے اوقات میں لمبی نیند لینے کے بجائے محض اونگھ پر ہی گزارہ کریں اس طرح آپ کو رات کے اوقات میں بہت اچھی نیند آئیگی جب مختلف قسم کی یادیں انسان کو زیادہ ستاتی ہیں اور نیند اچاٹ ہوجاتی ہے۔ رات کو اچھی نیند کے سبب اگلی صبح آپ خود کو پوری طرح تازہ دم محسوس کریں گی اور ایک نئے عزم کے ساتھ خود کو گھریلو سرگرمیوں میں مصروف کرلیں گی۔

ایک دوسرے سے منسلک رہیں: اپنے شوہر کے ساتھ رومانس کے لمحات کو تازہ کرکے اپنی شادی شدہ زندگی کو نئے معنی عطا کریں۔ ''غیر حاضری'' کا عنصر دل کو مزید فریفتہ کردیتا ہے، ممکن ہے کہ بڑھتی ہوئی عمر اس راہ میں رکاوٹ بنے مگر کہیں نہ کہیں راکھ میں چنگاری دبی رہتی ہے اور محبت کم نہیں ہو پاتی۔ شوہر کی عدم موجودگی میں آپ کو اس کی کہیں زیادہ یاد دلاتی ہے اور اس نے پیار کے اظہار کیلئے مختلف اوقات میں جو کچھ بھی کیا ہوتا ہے وہ رفتہ رفتہ ذہن کے پردے پر ابھرنے لگتا ہے اس سے آپ کی شوہر سے محبت کو نئے سرے سے تازگی ملتی ہے اور اس کی ذات سے دلچسپی قائم رہتی ہے اور حیران نہ ہوں کہ غیر ارادی طور پر آپ خود کو دس سال کم عمر محسوس کرنے لگتی ہیں۔

وقت کا مؤثر استعمال کریں: فراغت ذہن پر ناخوشگوار اثرات مرتب کرتی ہے جب آپ تنہائی کا شکار ہوں لہٰذا اپنے وقت کو مفید اور مؤثر انداز سے استعمال کریں۔ کوئی ایسا مشغلہ اپنالیں یا کچھ ایسا سیکھنے کی کوشش کریں جس کی آپ برسوں سے خواہشمند یا منتظر تھیں اور وقت نے آپ کو اس کی اجازت نہیں دی یا پھر مناسب مواقع میسر نہیں آسکے۔ آپ دینی تعلیم سیکھ سکتی ہیں، عالمہ کا کورس کرسکتی ہیں، آپ ساتھ کوئی سلائی کڑھائی کی کلاس بھی جوائن کرسکتی ہیں، آپ وقت کا مفید استعمال کرکے ٹیچرز ٹریننگ کورس بھی کرسکتی ہیں جو کہ آنے والے وقتوں میں آپ کیلئے سودمند ثابت ہوسکتا ہے۔ اپنے بچوں کی تعلیم پر پوری توجہ دیں جو کہ آپ کا کافی وقت لے گی اور فراغت کے لمحات کم ہوجائیں گے۔

اپنے آپ میں بہتری پیدا کریں: آپ کے ہاتھوں میں جتنا بھی وقت ہے اس سے بھرپور فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں اور اپنے آپ کو بہتر بنانے کے جو مواقع مل رہے ہیں انہیں استعمال کرنے کی کوشش کریں۔ اپنے شوہر کی عدم موجودگی میں بھی اپنا پوری طرح خیال رکھیں اپنی ہیئت سراپا سنوارتی رہیں، اگر آپ کا وزن کچھ بڑھ گیا ہے تو اپنی غذا اور دیگر افعال پر کڑی نگاہ رکھتے ہوئے ایک باقاعدہ پلان ترتیب دیں تاکہ بڑھتے ہوئے وزن پر رکاوٹ لگائی جاسکے۔ تواتر کے ساتھ ورزش کریں ورزش دراصل نہ صرف توانائی میں اضافہ کرتی ہے بلکہ چست و چالاک کردیتی ہے جس سے انسان خود بخود ذہنی طور پر خوشی محسوس کرنے لگتا ہے۔ اپنے آپ کو سنوار کر رکھیں کیونکہ شخصیت کی تبدیلی یقینی طور پر آپ کو پہلے سے زیادہ بااعتماد، حوصلہ اور تیزی عطا کردے گی اور آپ کے اوپر طاری مایوسی اور تنہائی کا خاتمہ ہوجائے گا جو کہ آپ کو شوہر کی عدم موجودگی میں گھیرے رکھتا ہے۔

ہماری زندگی میں تنہائی، مایوسی یا افسردگی کا یہ دور کسی وقت بھی آسکتا ہے اس سے کوئی بھی نہیں بچ سکتا لیکن درست رویہ اختیار کرکے اور اچھے طریقے کے ساتھ ہم اس وقت کے خلاء کو پُر کرسکتے ہیں جو کہ ہماری زندگی میں ایک انقلاب لاسکتا ہے اور ہماری ذاتی قابلیت اور اہلیت میں بھی اضافہ کرسکتا ہے۔

جسم میں انفیکشن اور مسواک کا کمال

محمد عمر، ملتان

پہلے دانتوں کے ڈاکٹر کا گمان نہ تھا لیکن جب سے امت نے سنت کو چھوڑا اور برش اور پیسٹ کے نام پر دوسری چیزوں کا استعمال شروع کیا اس وقت سے دانتوں کی بیماریاں بڑھ گئی ہیں اور آج کل ان بیماریوں کے حل کیلئے بڑی بڑی ڈگریاں حاصل کی جارہی ہیں

آج کل اکثر لوگوں کے منہ سے بات کرنے کے دوران بدبو آتی ہے اور دوسروں کیلئے پریشانی کا سبب بنتی ہے۔ اس کی وجہ دانتوں کو صاف نہ کرنا اور مسواک کی سنت کو چھوڑنا ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اگر مجھے یہ خیال نہ ہوتا کہ میری امت مشقت میں پڑ جائے گی تو میں ان کو ہر نماز کے وقت مسواک کرنے کا حکم دیتا۔ پہلے دانتوں کے ڈاکٹر کا گمان نہ تھا لیکن جب سے امت نے سنت کو چھوڑا اور برش اور پیسٹ کے نام پر دوسری چیزوں کا استعمال شروع کیا اس وقت سے دانتوں کی بیماریاں بڑھ گئی ہیں اور آج کل ان بیماریوں کے حل کیلئے بڑی بڑی ڈگریاں حاصل کی جارہی ہیں۔ مسواک دانتوں کے امراض کا مکمل علاج ہے جبکہ اس کو سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کے مطابق استعمال کیا جائے۔

مسواک کو پکڑنے کا سنت طریقہ: آج کل لوگ شاید مسواک نہیں فقط "رسم مسواک" ادا کرتے ہیں۔ مسواک سیدھے ہاتھ میں اس طرح لیجئے کہ چھنگلیاں (یعنی ہاتھ کی چھوٹی انگلی) اس کے نیچے اور بیچ کی انگلیاں اوپر اور انگوٹھا سرے پر ہو۔ مسواک کو تقریباً پانچ سے سات منٹ تک استعمال کرنا چاہیے۔ مسواک مٹھی باندھ کر کرنے سے بواسیر ہونے کا اندیشہ ہے۔ منہ سے بدبو آنے' مسوڑھوں سے خون نکلنے دانتوں کے ہلنے اور منہ کے دوسرے امراض کی وجہ دانتوں کو تو اہتمام سے صاف کیا جاتا ہے لیکن مسوڑھوں پر توجہ نہیں دی جاتی۔ دانتوں کی طرح مسوڑھوں کی صفائی کا بھی خیال رکھنا چاہیے۔ مسواک مسوڑھوں پر نہ اتنی زور سے کی جائے کہ مسوڑھے چھل جائیں اور نہ اتنی آرام سے کی جائے کہ مسوڑھوں کو پتہ نہ چلے۔

اگر مسوڑھوں کی صفائی کے دوران مسوڑھوں سے خون نکلے اور اس سے منہ بھی بھر جائے تو پریشان نہیں ہونا چاہیے اصل میں یہ ساری انفیکشن ہوتی ہے۔ اس کی وجہ سے ہوسکتا ہے کہ کچھ دن تک دانتوں میں ٹھنڈا گرم محسوس ہوگا لیکن آہستہ آہستہ مسوڑھوں سے خون آنا اور دانتوں میں ٹھنڈا گرم لگنا ختم ہوجائے گا اور مسوڑھے گلابی رنگ کے ہوجائیں گے۔ گلابی رنگ مسوڑھوں کے صحت مند ہونے کی نشانی ہے۔ کھانے کے بعد خلال کرنا سنت ہے اور نہ کرنے سے دانت کمزور ہوجاتے ہیں۔ بعض اوقات معدے کی گرمی اور تیزابیت سے منہ میں چھالے پڑ جاتے ہیں اور اس مرض سے خاص قسم کے جراثیم منہ میں پھیل جاتے ہیں اس کیلئے منہ میں تازہ مسواک ملئے اور اس کے لعاب کو کچھ دیر تک منہ کے اندر پھراتے رہیں اس طرح کئی مریض ٹھیک ہوچکے ہیں۔

دانتوں کا پیلا پن دور کرنے کیلئے: لیموں کے چھلکے سکھا کر پیس کر اور اس میں نمک ملا کر دانت پر ملیے انشاء اللہ چمکدار ہوجائیں گے یا اس کے علاوہ تین حصے نمک اور ایک حصہ کھانے کا سوڈا ملا کر ڈبیہ میں رکھ لیجئے روزانہ دانتوں میں لگا کر دو منٹ تک لگا رہنے دیں پھر دانت مانجھ لیجئے۔ صاف ہوجائیں گے۔ منہ کی بدبو دور کرنے کیلئے یہ درود شریف

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی النَّبِیِّ الطَّاھِرِ

ایک ہی سانس میں گیارہ مرتبہ پڑھ لیں منہ کی بدبو زائل ہوجائے گی۔ اس کے علاوہ منہ کی بدبو دور کرنے کیلئے ہرا دھنیا چبا کر کھائیے نیز گلاب کے تازہ یا سوکھے ہوئے پھولوں سے دانت مانجھنے سے بھی بدبو دور ہوجائے گی۔

حضرت علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں جو شخص چھینک آنے پر اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ عَلٰی کُلِّ حَالٍ کہے گا تو اسے کبھی کان درد اور ڈاڑھ کا درد نہ ہوگا۔ ایک اللہ والے رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے فرمائے ہوئے کلمات چھینک آنے پر پڑھ کر اپنی زبان سارے دانتوں پر پھیر لیں تو وہ دانتوں کی بیماریوں سے محفوظ رہے گا۔

ایک صاحب جن کی عمر 100 برس سے کچھ کم تھی اپنے دانتوں سے گنا چبا لیتے تھے اور فرماتے تھے کہ جب گنا کھاتا ہوں تو میرے دانتوں پر جوان آدمی رشک کرتے ہیں کسی نے ان سے دانتوں کی محفوظی اور مضبوطی کا سبب دریافت کیا تو فرمایا: ایک بزرگ رحمۃ اللہ علیہ نے مجھے بچپن میں یہ عمل بتایا تھا کہ عشاء کے وتر جب پڑھے جائیں تو پہلی رکعت میں بعد الحمد سورۂ نصر دوسری میں سورۂ لہب اور تیسری میں سورۂ اخلاص پڑھنے سے دانت عمر بھر تکلیف سے محفوظ رہتے ہیں۔ جب سے میں اسی طرح پڑھتا ہوں اور اسی عمل کی یہ برکت ہے اور یہ عمل عبقری میں بھی پہلے چھپ چکا ہے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب "سنت نبویؐ اور جدید سائنس" ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

پوشیدہ

یہاں اس بارش کو میں نے بہت زیادہ محسوس کیا اور بہت مزہ آیا' دعا مانگنے میں میری ہر دعا قبول ہوتی ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کو اپنی کچھ کیفیات لکھنا چاہتا ہوں' جب میں آپ سے بیعت ہوا تو اسی دوران رمضان آگیا۔ دل میں خیال آیا کہ رمضان تسبیح خانے میں گزارا جائے تو مزہ آجائے گا۔ میں اپنے گھر والوں سے اجازت لے کر یہاں آگیا جب پہلا روزہ تھا تو میں تہجد کیلئے اٹھا اور نماز پڑھی اور اللہ سے مانگنا شروع کردیا۔ مجھے محسوس ہوا کہ اللہ کی رحمت متوجہ ہے اور نور کی ہلکی بارش بھی برس رہی ہے میری یہ کیفیت اپنی مسجد میں بھی ہوتی تھی مگر یہاں اس بارش کو میں نے بہت زیادہ محسوس کیا اور بہت مزہ آیا' دعا مانگنے میں میری ہر دعا قبول ہوتی ہے۔ اللہ کا کرم ہے کہ میں نے اللہ سے مانگنا شروع کردیا۔ جب دوسرے روزے میں نے نفی اثبات کا ذکر کیا میرے دل کی طرف درد ہونا شروع ہوگیا میں نے زیادہ توجہ نہ کی' تیسرے روزے بھی اسی طرح ہوا' چوتھے روزے مجھے محسوس ہوا کہ کچھ کالا سیال مادہ دل سے نکل رہا ہے۔

جب بھی نماز پڑھتا تو کندھوں پر بارش کا احساس ہوتا' 21 ویں روزے کو میں نفی اثبات کر رہا تھا پھر میں نے دعا کی مگر زبان کو تالو سے لگا کر دل سے دعا کی جتنا مزہ تب آیا زندگی بھر نہیں آیا۔ 22 ویں روزے کو میں بہت زیادہ توجہ سے نفی اثبات کر رہا اب میرے دل کی یہ حالت تھی میں ذکر کر رہا تھا میرا دل اللہ سے دعا مانگتا رہا' میں نے کہا چلو ایک پریشانی ختم ہوئی بس دل دعا میں لگا رہتا ہے' کھانا کھا رہا تھا دل دعا مانگ رہا تھا' دل سے دعا کرنے میں اتنا مزہ آتا ہے کہ آدھے گھنٹے اور گھنٹے کا پتہ بھی نہیں چلتا ہے۔ یہ میری زندگی کا پہلا تجربہ ہے۔

بواسیر کا علاج

مجھے تقریباً 15 سال سے خونی بواسیر تھی' اٹھنے بیٹھنے میں سخت تکلیف ہوتی تھی' ڈاکٹروں نے آپریشن کا مشورہ دیا۔ اس عرصہ میں مجھے الرجی ہوگئی میں نے سوچا خون صفاء کی ایک دو بوتلیں لے لوں' رات کو سوتے وقت دو چمچ خون صفاء پی لیتا تھا۔ میری حیرت کی انتہا نہ رہی جب الرجی کے ساتھ ساتھ میری بواسیر ہمیشہ کیلئے ختم ہوگئی۔ میں نے 3 بوتلیں مزید بھی خون صفاء کی استعمال کی ہیں۔ (افتخار احمد، لاہور)

براہ کرم رشتوں کے تقدس کو پہچانیں

پروفیسر مسعود احمد، اٹک

شادی سے پہلے اور بعد کی زندگی میں زمین وآسمان کا فرق ہوتا ہے۔ شادی سے پہلے بیٹی کی پسند کو اولین ترجیح سمجھا جاتا ہے اور والدین کے علاوہ بہن بھائیوں کی محبت اس پر نچھاور ہورہی ہوتی ہے مگر شادی کے بعد اسے اپنی پسند اور مرضی کو پس پشت ڈالنا پڑتا ہے

دنیا میں کچھ رشتے ایک دوسرے کیلئے لازم وملزوم ہوتے ہیں الگ رہ کر ان کی تکمیل نہیں ہوپاتی...... ایسے رشتوں میں ایک رشتہ ہے بیوی اور شوہر کا جو کہ دیگر تمام رشتوں سے بڑھ کر سب سے اہم اور لازمی ہے تو دوسری جانب اس سے زیادہ کمزور اور ناپائیدار اور بے یقینی کا حامل کوئی رشتہ بھی نہیں' ازدواجی زندگی گڈے اور گڑیا کا کھیل نہیں ہوتی کہ کھیل ختم ہوا اور اٹھ کر چل دیئے بلکہ شادی شدہ زندگی کو پیار' محبت' سمجھوتے اور سمجھ بوجھ کے ساتھ آگے لے کر چلنا پڑتا ہے تب کہیں جاکر یہ رشتہ کامیاب اور زندگی خوشحال ہوتی ہے۔ اس رشتے کو نبھانے کی خاطر لڑکے اور لڑکی دونوں کو قربانیاں دینا پڑتی ہیں تاہم دیکھنے میں یہ آیا ہے کہ اس حوالے سے زیادہ بوجھ لڑکی پر ہی پڑتا ہے۔

لڑکی کیلئے امتحان: لڑکی جب پرائے گھر جاتی ہے تو ضروری نہیں ہے کہ اسے ہر چیز پرفیکٹ اور اپنی پسند کے مطابق ملے مگر یہی اس کا اصل امتحان ہوتا ہے کہ وہ دوسروں کے ناپسندیدہ رویوں' عادتوں اور باتوں کو نظرانداز کرتے ہوئے اپنے اندر حوصلہ اور صبر وبرداشت پیدا کرے۔ اسے خود کو ماحول سے کسی نہ کسی طرح ہم آہنگ کرنا ہی ہوتا ہے اور جب وہ تمام باتوں کو سہنا اور مخالف رویوں میں جینا سیکھ لیتی ہے تو تب کہیں جاکر اپنا گھر آباد کرپاتی ہے۔ شادی کے بعد پرائے گھر میں آنے والی لڑکی یکا یک سب کچھ اپنی پسند کے مطابق نہیں ڈھال سکتی بلکہ وہ رفتہ رفتہ ہی اجنبی افراد میں اپنی جگہ بنا سکتی ہے اور جب اپنے حسن اخلاق اور رویوں سے وہ پسندیدگی کی سند پا جاتی ہے تو پھر اس کیلئے دوسروں کے رویوں کو اپنی پسند کے مطابق ڈھالنا کوئی مسئلہ نہیں رہتا تاہم اس کے لیے بڑا وقت اور صبر درکار ہوتا ہے جب لڑکی شادی کے بعد زندگی کے ایک نئے دور میں قدم رکھ رہی ہوتی ہے تو اس کے پیش نظر صرف شوہر کا مزاج یا عادات واطوار ہی نہیں ہوتے بلکہ ساری سسرال کا ماحول اس کی آمد کا منتظر ہوتا ہے جسے ایک بہو ہونے کے ناطے اسے قبول کرنا پڑتا ہے۔

یہ بات سوفیصد درست ہے کہ شادی سے پہلے اور بعد کی زندگی میں زمین وآسمان کا فرق ہوتا ہے۔ شادی سے پہلے اس کی پسند کو اولین ترجیح سمجھا جاتا ہے اور والدین کے علاوہ بہن بھائیوں کی محبت اس پر نچھاور ہورہی ہوتی ہے مگر شادی کے بعد اسے اپنی پسند اور مرضی کو پس پشت ڈالنا پڑتا ہے اور خود پر دوسروں کو اولین ترجیح کے طور پر دیکھنا بھی...... جہاں لڑکی یہ مرحلہ کامیابی سے طے کرلیتی ہے وہاں زندگی مثل بہشت ہے اور جہاں زندگی کی حقیقتوں کو دل سے تسلیم نہیں کرتی تو اس کی اپنی زندگی بے ترتیبی اور پھر آہستہ آہستہ یہ کھینچا تانی اس حد تک چلی جاتی ہے کہ معاملہ علیحدگی اور پھر طلاق تک جا پہنچتا ہے۔ سب سے بہتر تو یہ ہے کہ ایسی نوبت آنے ہی نہ دی جائے اور اسے روکنے کی کوشش کی جائے لیکن اس کیلئے لڑکی کو حالات سے سمجھوتہ کرنا پڑتا ہے جو کہ عام طور پر لڑکیاں نہیں کرپاتیں۔ گھر کو بنانے کیلئے شوہر اور گھر والوں کو اس کا ساتھ دینا پڑتا ہے خاص طور پر شوہر کو اور یہ اسی صورت میں ممکن ہے کہ لڑکی کی اپنے شوہر سے اچھی ہم آہنگی ہو کیونکہ سسرالی جب کسی لڑکی کو بیاہ کر لاتے ہیں تو اس وقت تو بے پناہ خوشی کا اظہار کیا جاتا ہے مگر نہ تو لڑکی کو دل سے قبول کیا جاتا ہے اور نہ ہی اپنا سمجھا جاتا ہے۔ اپنے ظاہری رویئے سے ثابت تو یہ کیا جاتا ہے کہ لڑکی ہماری ہوگئی ہے مگر وہ ہمیشہ باہر کی اور غیر ہی رہتی ہے جس کی حرکات و سکنات پر گہری نگاہ رکھی جاتی ہے اگر وہ کسی کام کو درستگی سے انجام نہ دے سکے یا وہ سسرال والوں کی مرضی کے عین مطابق نہ ہو تو اسے شدید تنقید کا نشانہ بنا پڑتا ہے یہاں تک کہ اس کی تربیت اور والدین کے کردار کو بھی لتاڑا جاتا ہے۔

ظاہری سی بات ہے کہ اس صورتحال میں دل نفرتوں اور کدورتوں کی آماجگاہ بن جاتے ہیں اور ماحول کشیدہ تر ہوجاتا ہے اگر لڑکی معاملہ فہم اور ٹھنڈے مزاج کی ہے تو وہ یہ سب کچھ برداشت کرلیتی ہے اور دب کر رہنا بھی قبول کرلیتی ہے لیکن اگر وہ تیز طرار یا تنگ مزاج ہے تو معاملات برعکس ہوجاتے ہیں اور گھر میدان جنگ کا نظارہ پیش کرنے لگتا ہے اور دونوں محاذوں پر رشتوں کی جنگ میں لوگ سینہ سپر ہوجاتے ہیں۔

اگر آپ اپنی ازدواجی زندگی کو خوشیوں سے لبریز رکھنے کے خواہشمند ہیں تو غلط فہمیاں پیدا کرنے والی چھوٹی چھوٹی باتوں سے گریز کریں اور ان کو اپنے دل اور ذہن میں جگہ نہ بنانے دیں کیونکہ یہی باتیں وقت کے ساتھ منفی صورت اختیار کرلیتی ہیں جس کے بعد زندگی الجھ کر رہ جاتی ہے۔ دراصل شادی کے بعد دونوں فریقین کو چاہیے کہ وہ سنجیدگی کا مظاہرہ کریں اور حتی الامکان طور پر ایک دوسرے کو سمجھنے کی کوشش کریں۔ یاد رہے کہ یہ سب کچھ پلک جھپکتے میں نہیں ہوسکتا لہٰذا ایک دوسرے کو تھوڑا سا وقت دیں کیونکہ جیسے ہی ایک دوسرے کو سمجھنے کا مرحلہ مکمل ہوگا تو اس کے ساتھ ہی غلط فہمیاں بھی دم توڑ دیں گے۔ اگر شادی طے شدہ ہے تو کشیدگی اور نااتفاقی کا تمام تر الزام ماں باپ کے سر منڈھ دیا جاتا ہے کہ یہ آپ کی پسند ہے آپ ہی اسے لائے ہیں...... ہماری پسند کو اولیت دی جاتی تو یہ نوبت نہ آتی۔ اگر شادی محبت کا نتیجہ ہے تو بیوی اور شوہر سب کچھ اسی طرح دیکھنے کی توقع کرتے ہیں جیسے کہ شادی سے قبل تھا مگر حقیقت صرف یہ ہے کہ شادی کے بعد بہت ساری چیزیں مشکل بلکہ ناممکن ہوجاتی ہیں۔ شادی سے پہلے لڑکے عام طور پر لڑکی کی تعریفوں میں لگے رہتے ہیں اس کی ایک ایک ادا کو سراہتے ہیں' گھنٹوں فون پر بات چیت ہوتی رہتی ہے جو کہ نامناسب بھی ہے اور اس سے اکثر شادی سے پہلے ہی دل میں کدورتیں پیدا ہوجاتی ہیں۔

عورت دراصل کسی بھی صورت میں اپنی اہمیت سے دستبردار نہیں ہونا چاہتی جبکہ مرد کیلئے یہ سب کچھ کرنا آسان نہیں ہوتا کیونکہ وہ شادی کے بعد اپنی حکمرانی کا خواہشمند ہوتا ہے اور دو مخالف قوتوں کا حکمرانی پر زور خطرناک شکل اختیار کرتا چلا جاتا ہے۔

ازدواجی زندگی کو کامیاب اور خوشگوار بنانے کیلئے چھوٹی چھوٹی باتوں کو نظرانداز کرنا ہی عقلمندی ہوتی ہے۔ براہ کرم رشتوں کے تقدس کو پہچانیں' ان کو اولین ترجیح سمجھیں کہ ان رشتوں کے ساتھ ہی انسان ساری زندگی گزارتا ہے جب باتوں اور اختلافات کو چھوڑ کر رشتوں کو اہمیت دی جائے گی تو تمام تر مشکلات خود ہی دم توڑتی چلی جائیں گی کیونکہ رشتوں کی بہرحال اپنی ایک اہمیت ہوتی ہے جن کو قائم رکھنے کی خاطر سب کچھ برداشت کرنا ہوتا ہے۔ میاں اور بیوی کا رشتہ ایسا ہوتا ہے جس میں ایک دوسرے سے کوئی بات پوشیدہ نہیں ہوتی لہٰذا کوشش یہ رہے کہ اختلافات کے سامنے آنے پر انہیں حل کرنے کی سعی کی جائے۔ چھوٹی موٹی باتوں پر غیرضروری اختلافات پر گھروں کو برباد کرنا یوں بھی کوئی عقلمندانہ بات نہیں ہے۔

لیکوریا کیلئے

سنگھراحت 20 گرام' مائیں خورد 10 گرام' سونٹھ 6 گرام' چینا گوند 6 گرام' مصری 20 گرام لیکر کوٹ چھان کر صبح وشام تازہ پانی کے ساتھ آدھا چمچ استعمال کریں۔

گنٹھیا کیلئے

جوڑوں کے درد' کمر اور اعصابی دردوں کیلئے۔ **ھوالشافی:** بھکڑا 100 گرام' سونٹھ 50 گرام' کلونجی 50 گرام' سنا مکی 50 گرام لیکر کوٹ کر صبح وشام آدھا چمچ چائے والا تازہ پانی کے استعمال کریں۔ (حاجی عباس)

بندہ خدا، واہ کینٹ

تنگی سے نجات حاصل کرنے کا آزمودہ نسخہ

رات کو یہ سورۂ مبارک ایک دفعہ پڑھنے سے اللہ پاک عذاب قبر سے محفوظ کردیتے ہیں اور جو اس سورۂ کے ساتھ الٓم سجدہ (پارہ 21) جو سورۂ لقمان کے بعد ہے بھی پڑھے گا اللہ پاک اسے لیلۃ القدر جو کہ ہزار مہینوں سے افضل رات ہے کا بھی ثواب عطا کرتے ہیں

رات کے اعمال کی فضیلت

سورۂ ملک پارہ 29: رات کو یہ سورۂ مبارک ایک دفعہ پڑھنے سے اللہ پاک عذاب قبر سے محفوظ کردیتے ہیں اور جو اس سورۂ کے ساتھ سورۂ سجدہ (**پارہ 21**) جو سورۂ لقمان کے بعد ہے بھی پڑھے گا اللہ پاک اسے لیلۃ القدر جو کہ ہزار مہینوں سے افضل رات ہے کا بھی ثواب عطا کرتے ہیں۔(**راوی: حضرت ابوہریرہؓ۔جامع ترمذی شریف**)

سورۂ بقرہ کا آخری رکوع: (لِلّٰہِ مَا فِی السَّمٰوٰتِ) سے آخر تک رات کو ایک مرتبہ یہ رکوع مبارک پڑھ لینے سے اللہ پاک تہجد کی نماز کا ثواب عطا کرتے ہیں۔(**راوی: حضرت ابومسعودؓ۔بخاری و مسلم**)

سورۂ آل عمران پارہ 4 کا آخری رکوع: (اِنَّ فِیْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ) سے آخر تک یہ مبارک رکوع رات کو ایک بار پڑھ لینے سے اللہ تعالیٰ رات بھر کی عبادت کا ثواب عطا کرتے ہیں۔(**راوی: حضرت عثمان غنیؓ۔دارمی**)

سورۂ حشر پارہ 28 کی آخری 3 آیات: هُوَ اللّٰهُ الَّذِیْ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ سے آخر تک جو شخص یہ تین آیات صبح کو پڑھے تو شام تک اور جو شام کو پڑھے تو صبح تک ستر ہزار فرشتے اس کیلئے دعا مغفرت کرتے رہتے ہیں۔(**راوی: حضرت معقل بن یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ۔جامع ترمذی، دارمی**)

موت کے سوا ہر چیز سے حفاظت کا نبوی ﷺ نسخہ

حضور ﷺ نے فرمایا کہ اگر تم بستر پر لیٹتے وقت سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پڑھ لیا کرو تو موت کے علاوہ ہر چیز سے امن میں رہو گے۔

اہل و عیال کی عافیت کیلئے مجرب عمل: ایک صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ مجھے اپنی جان، اپنی اولاد اور اہل و عیال اور مال کے بارے میں خوف رہتا ہے۔آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: صبح و شام یہ دعا پڑھ لیا کر بِسْمِ اللّٰهِ عَلٰى دِيْنِيْ وَ نَفْسِيْ وَ وَلَدِيْ وَ اَهْلِيْ وَ مَالِيْ۔ چند دن بعد یہ صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ دوبارہ آئے تو آپ ﷺ نے فرمایا اب کیا حال ہے انہوں نے عرض کیا مجھے اس ذات کی قسم ہے جس نے آپ ﷺ کو حق کے ساتھ مبعوث فرمایا ہے میرا تمام خوف دور ہوگیا ہے۔(**کنزالعمال**)

تنگی سے نجات حاصل کرنے کا آزمودہ نسخہ

اَللّٰهُمَّ رَبَّنَآ اَنْزِلْ عَلَيْنَا مَآئِدَةً مِّنَ السَّمَآءِ تَكُوْنُ لَنَا عِيْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰيَةً مِّنْكَ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰزِقِيْنَ o (**سورۃ المائدہ آیت 114**)

اگر آپ کو رزق کی پریشانی ہے یا کسی خاص چیز کے کھانے کی حاجت ہو تو اول و آخر درود شریف اس آیت کو سات دفعہ پڑھ کر آسمان کی طرف پھونک دیں اللہ پاک رزق کی تنگی دور فرمائیں گے۔صرف حلال رزق کھائیں، حرام سے بچیں حسب توفیق صدقہ ضرور کردیا کریں۔

ہر پریشانی سے نجات اور ہر مشکل سے نجات کیلئے

اول و آخر 11 مرتبہ درود شریف، سورۂ والتین (پارہ 30) دن میں کسی وقت 7 مرتبہ پڑھ لیں۔انشاء اللہ ہر پریشانی دور ہوگی۔اسے روزانہ کا معمول بنالیں تو انشاء اللہ پریشانی ختم ہوگی اور مشکلات جلد حل ہوں گی۔

پاگل کتے کا زہر اثر نہ کرے

اگر کسی کو پاگل کتا کاٹ لے تو سورۂ طارق (پارہ 30) اول و آخر درود ابراہیمی تین بار باوضو پڑھ کر کاٹی ہوئی جگہ پر دم کردے انشاءاللہ تعالیٰ کتے کا زہر اثر نہ کرے گا اور صحت حاصل ہوگی۔

قے سے حفاظت کیلئے

اگر کوئی شخص دوائی یا کڑوا شربت پی لے یا کوئی چیز کھائے تو باوضو اس شربت یا چیز پر یا کھانے پر سورۂ طارق پڑھ کر دم

پڑھیں اور نصیحت حاصل کریں۔۔۔!!!

☆ جو شخص پڑوسی کو ستاتا ہے اس کی عبادت قبول نہیں ہوتی۔☆ ماں وہ واحد ہستی ہے جو بغیر کسی صلہ کے اولاد کی پرورش کرتی ہے۔☆ جو شخص بروں کی صحبت میں بیٹھتا ہے اس پر تہمت ضرور لگائی جاتی ہے چاہے وہ ان کی عادتیں اختیار کرے یا نہ کرے۔☆ جو کچھ مانگنا ہے اپنے رب سے مانگ جو واپسی کا تقاضا نہیں کرتا۔(**محمد جمیل خان، راولپنڈی**)

میاں توصیف، سیالکوٹ

ایک کے بدلے دس انار

حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے دیکھا کہ انار شمار و تعداد کے اندر آٹھ ہیں۔فرمانے لگیں: اے علی رضی اللہ عنہٗ دو انار کہاں ہیں؟

حضرت عزیر علیہ السلام کا ایک بستی سے گزر ہوا انہوں نے دیکھا کثیر تعداد میں لوگ موت کی نیند سوئے ہوئے ہیں، حضرت عزیر علیہ السلام کو اللہ رب العزت پر یقین تو تھا مگر دل کے اندر خیال ابھرا کہ اللہ رب العزت کیسے ان کو زندہ کریں گے؟ اللہ رب العزت نے حضرت عزیر علیہ السلام کو موت دے دی۔پھر اللہ رب العزت نے حضرت عزیر علیہ السلام کو زندہ کیا اور پوچھا اے عزیر علیہ السلام کتنی دیر موت کی آغوش میں رہے، حضرت عزیر علیہ السلام فرمانے لگے ایک دن یا دن کا کچھ حصہ۔۔۔ اللہ رب العزت نے فرمایا اے عزیر (علیہ السلام) اپنی سواری کی طرف دیکھا تو وہ بوسیدہ ہوچکی تھی۔نشانات باقی تھے۔پھر فرمایا کھانے کی طرف دیکھو تو وہ تازہ تھا۔جیسے کسی نے چند لمحات پہلے پکا کر رکھا ہو کہ کوئی آئے اور اس کو نوش کرے۔حضرت عزیر علیہ السلام کے دل کے اندر جو خیال ابھرا تھا وہ ختم ہوگیا آج کے پرفتن دور کے اندر جن لوگوں نے اللہ رب العزت پر یقین سالم کیا وہ کامیاب ہوئے۔

☆ ایک مرتبہ سیدۃ النساء جگر گوشہ نبی کریم ﷺ حضرت فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا گھر میں تشریف فرما تھیں کہ دروازے پر سائل نے اپنا مطالبہ ظاہر کیا تو سیدۃ النساء رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے پاس ایک انار تھا وہ انہوں نے سائل کو دے دیا۔وقت کی گھڑی نے اپنی تھوڑی سی رفتار کاٹی اور دروازے پر دستک ہوئی۔حیدر کرار، شجاعت و بہادری کی بینظیر شخصیت حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے دروازہ کھولا تو ہدیہ دینے والا سامنے کھڑا تھا۔حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے ہدیہ لیا اور دیکھا وہ انار تھے۔حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے دو انار علیحدہ کرلیے اور بقیہ اپنی بیوی حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کو دے دیئے۔حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے دیکھا کہ انار شمار و تعداد کے اندر آٹھ ہیں۔فرمانے لگیں: اے علی رضی اللہ عنہٗ دو انار کہاں ہیں؟ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے فرمایا وہ میں نے علیحدہ رکھے ہیں۔پھر فرمایا اے سیدہ فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ آپ کو کیسے پتہ چلا؟ فرمایا: اللہ رب العزت نے فرمایا ہے کہ میرے راستہ میں ایک دو گے میں رب اس کو دس گنا زیادہ دوں گا۔میں نے ایک انار اللہ کی راہ میں دیا تو واپس اللہ نے دس دیئے تھے نہ کہ آٹھ۔۔۔اس طرح یقین کامل کرو گے اللہ رب العزت دونوں جہانوں میں کامیابی دے گا۔

کالے جادو سے تڑپتے — سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو سے ڈسی — دکھ بھری کہانیاں

برائے کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کیلئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ مختصر اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند ٹیپ یا سٹیپلر زپن کا استعمال نہ کریں کیونکہ خط کھولتے ہوئے پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائیگا۔ اپنا نام شہر کا نام اور مکمل پتہ واضح کر کے جوابی خط پر ضرور لکھیں۔ ایڈریس نامکمل ہونے کی وجہ سے جواب نہیں دیا جائیگا۔

والد صاحب کا مسئلہ

والد صاحب کو عرصہ دو سال سے دورہ سا پڑتا ہے اچانک کھڑے یا بیٹھے گر جاتے ہیں اور اس طرح تڑپنے لگتے ہیں جیسے کوئی پرندہ پھڑپھڑاتا ہے ایک گھنٹہ تک غنودگی کی حالت میں رہنے کے بعد ہوش میں آتے ہیں اور اس وقت ان کا رنگ زرد ہوتا ہے اور شدید کمزوری ہو جاتی ہے حتی الوسع علاج اور دیگر طریقے آزمائے ہیں لیکن حالت بدستور وہی ہے۔ **(شفیق اکرم.....قصور)**

جواب: کسی ماہر امراض دماغ و اعصاب سے معائنہ کرانا ضروری ہے تاکہ دورے کی وجہ سامنے آسکے بعد ازاں علاج کارگر ہوگا صبح پانی پر یَارَحِیْمُ یَاکَرِیْمُ سو مرتبہ دم کر کے پلائیں اور رات کو سونے سے پہلے سر پر تین مرتبہ یَاوَدُوْدُ دم کیا جائے انشاء اللہ مرض کے خاتمے اور صحت میں یہ وظائف مدومعاون ثابت ہوں گے۔

نزول وصعود کے دائرے

ایک برس قبل میں نے ایک ورد شروع کیا اور میں مسلسل اس کلمہ کو پڑھتا رہا۔ حتیٰ کہ اٹھتے بیٹھتے اس کا ورد جاری رکھا۔ رات کو جب میں سوتا تو جسم اتنا ہلکا ہوجاتا کہ وزن کا احساس باقی نہیں رہتا۔ چند ماہ یہی کیفیت رہی پھر مجھے عام طور سے خواب نظر آنے لگے۔ پہلے پہل ڈراؤنے خواب دکھائی دیتے لیکن نیند سے بیدار ہوتا تو خود کو بلاارادہ وہی کلمہ شریف پڑھتے پاتا۔ چند ماہ بعد یہ حالت بدل گئی اور مجھے سچے خواب دکھائی دینے لگے جو کچھ خواب میں دیکھتا وہ کچھ عرصہ بعد یا چند دنوں بعد حقیقت بن کر سامنے آجاتا اس کے بعد مجھے لوگوں کے خیالات معلوم ہونے لگے۔ بات کرتے وقت مخاطب کے خیالات اس کے بولنے سے پہلے میرے ذہن میں وارد ہوجاتے اب حالت یہ ہوگئی ہے کہ ذہن مسلسل دباؤ کی حالت میں رہتا ہے اور لگتا ہے کہ تحت الشعور میں مسلسل حرکات واقع ہورہی ہیں۔ ذہن کی اس فعال حالت کو محسوس کرنے سے میرا دماغ تھک جاتا ہے اور میں نڈھال ہوجاتا ہوں۔ پڑھائی کا سخت حرج ہوتا ہے اس حالت کے تدارک اور مستقبل کے لائحہ عمل سے مطلع فرمائیے۔ **(عبدالمنان' قلعہ سیف اللہ)**

جواب: روح کی حرکات کے دو دائرے ہیں ایک نزول اور صعود، عام طور سے صعود کی حالت سے انسان بے خبر رہتا ہے صرف خواب کی حالت ایسی ہے جس میں صعودی کیفیات تجربے میں آتی ہیں اگر آئینہ قلب صاف ہو تو انسانی شعور صعودی کیفیات کو نہ صرف خواب میں روشن دیکھنے لگتا ہے بلکہ بیداری میں بھی حسیات ان کا احاطہ کرنے لگتی ہیں اس نوع کے تجربات کیوں کہ معمول میں داخل نہیں ہیں اس لئے اعصاب پر وزن پڑتا ہے استاد کامل ان واردات و کیفیات سے شاگرد کو اس طرح گزارتا ہے کہ وہ اس کے ذہن پر بار ثابت نہ ہوں۔ آپ کے لئے فی الوقت ضروری ہے کہ وظیفہ و ذکر کو ترک کردیں روزانہ نماز فجر کے بعد کسی قطعہ گھاس یا زمین پر ننگے پاؤں چہل قدمی کیا کریں اور چند کھجوروں پر اکتالیس مرتبہ یَارَحِیْمُ دم کر کے کھالیا کریں کیفیات میں توازن پیدا ہوجائے گا۔

بے چین کیے ہوئے

میری شادی اپنی پسند سے ہوئی۔ والدین اس شادی سے خوش نہیں تھے۔ چاہتی ہوں کہ والدین مجھ سے ناراضگی ختم کردیں۔ شادی کے بعد والدین سے جدائی کا احساس بہت گہرا ہوگیا ہے کہ میں والدین کے موجود ہوتے ہوئے ان سے نہیں مل سکتی۔ یہ احساسات روز بروز گہرے ہوکر مجھے بے چین کیے ہوئے ہیں۔ دوسری طرف میرے شوہر کے گھرانے میں ان کے والد بھی راضی نہیں تھے البتہ گھر والے راضی تھے۔ میری دلی خواہش ہے کہ سب لوگ اپنی ناراضگی ختم کردیں۔ **(سارہ' ملتان)**

جواب: روزانہ رات کو سونے سے پہلے سورۂ بقرہ کی آیت 117 اول و آخر درود شریف کے ساتھ گیارہ بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں اور والدین کا تصور کر کے دم کردیں۔ اس عمل کو اکیس دنوں تک انجام دیں۔ علاوہ ازیں نماز فجر کے بعد اکتالیس بار یَاکَرِیْمُ یَاجَلِیْلُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیرلیا کریں۔ یہ عمل کم از کم نوے دنوں تک انجام دیں۔

کام نہیں بنتے

ہر کام اور ہر معاملے میں رکاوٹوں کا سامنا ہے کوشش کے باوجود کام نہیں بنتے۔ کوئی طاقت راستے میں رکاوٹ بن جاتی ہے۔ ایک پریشانی ختم نہیں ہوتی کہ دوسری آجاتی ہے ایک لڑکا اچھے گھرانے سے تعلق رکھتا ہے اس سے شادی کی خواہش مند ہوں۔ **(ماریہ' فیروزوالہ)**

جواب: ہر نماز کے بعد اکیس بار آیت کریمہ معانی کو دھیان میں رکھتے ہوئے پڑھیں اور نماز عشاء کے بعد آیۃ الکرسی بھی اکیس بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے مشکلات کے حل' آسانیوں کے حصول اور اپنے مسائل کیلئے دعا کریں۔ کم از کم نوے دنوں تک ضرور اس معمول پر کاربند رہیں اور جن دنوں میں نہ پڑھ سکیں وہ شمار کر کے بعد میں پورے کرلیں۔

سفلی علم

دوسروں کی نظروں میں شاید یہ مسئلہ اتنا اہم نہ ہو لیکن میرے لیے یہ مسئلہ سنگین صورت اختیار کرگیا ہے۔ آج سے چند سال قبل جب میں نے فرسٹ پروفیشنل کا امتحان دیا تو چند حاسدوں نے مجھ پر سفلی عمل کرادیا۔ کئی تعویذ نقش بھی پائے گئے۔ اس واقعے کے بعد میرا حال یہ ہوگیا کہ پڑھائی سے دل قطعی اچاٹ رہنے لگا۔ کالج جانا بہت کم ہوگیا۔ امتحان ہوا تو چند مضامین میں ناکام ہوگئی۔ اب یوں لگتا ہے کہ میں یہ مضامین کبھی پاس نہیں کرسکوں گی۔ پڑھنے کو قطعی دل نہیں چاہتا۔ پڑھنے بیٹھتی ہوں تو ذہن کام نہیں کرتا۔ میرا اعتماد بالکل ختم ہوگیا ہے اور یہ بات دل میں بیٹھ گئی ہے کہ میں کامیاب نہیں ہوسکوں گی۔ **(ر۔اسلام آباد)**

جواب: آپ میں صلاحیتیں موجود ہیں۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد بسم اللہ شریف اکیس بار اور **سورۂ بقرہ کی آیت نمبر**

117 گیارہ بار پڑھ کر اپنے قلب پر دم کرلیا کریں۔ کم از کم چالیس بار ضرور یہ عمل کریں۔ اپنے ذہن سے سفلی عمل کا ڈر خوف ختم کردیں۔ انشاء اللہ کوئی اثر نہیں ہوگا۔ حصول علم اور اس کی تیاری کیلئے تدابیر اور منصوبہ بندی سے کام لیں۔ انشاء اللہ کامیاب ہوں گی۔

[redacted]

میں ذہنی طور پر انتشار کا شکار ہوں۔ مایوسی کا غلبہ ہوگیا ہے۔ ہر شخص سے بدگمان ہوگیا ہوں۔ ہر شخص میرے ساتھ برائی کرتا ہے اور میں لوگوں کے حسد کا شکار ہوں۔ ایک عامل صاحب کا کہنا ہے کہ مجھ پر سحر کیا گیا ہے اور کاموں میں رکاوٹیں کھڑی کی گئی ہیں یہی وجہ ہے میرے مقدر میں ناکامیاں ہی ناکامیاں سامنے آرہی ہیں۔ **(محمد مبین، کوئٹہ)**

جواب: آپ مخلوق کے خوف، بدگمانی اور شک سے بچیں۔ آپ کے حالات کا سحر سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ ہمت اور محنت سے کام لیں تو اللہ تعالیٰ ضرور مہربانی فرمائیں گے۔ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کثرت سے پڑھا کریں۔ انشاء اللہ ہر قسم کی برکات وآسانیاں حاصل ہوں گی۔

آپریشن

دو سال قبل پتے کا آپریشن ہوا۔ اس کے بعد سے مجھے چکر آنے کی تکلیف شروع ہوگئی ہے۔ نظام ہضم بھی متاثر ہوا ہے۔ اس کے علاوہ دونوں کانوں میں عجیب سی آوازیں آتی ہیں۔ یوں محسوس ہوتا ہے جیسے کوئی انجن چل رہا ہے۔ کان بھی بند محسوس ہوتے ہیں۔ لوگ بات کرتے ہیں تو آواز سننے اور سمجھنے میں مشکل محسوس ہوتی ہے۔ ہر قسم کا علاج ہوا ہے لیکن ابھی تک کوئی خاص اثر مرتب نہیں ہوا ہے۔ **(عائشہ، لاہور)**

جواب: علاج جاری رکھیں۔ روزانہ تین عدد عمدہ چھوہاروں پر ایک سوایک مرتبہ یَااَللّٰہُ یَارَبُّ یَارَحِیْمُ دم کرکے کھالیا کریں۔ صبح شام سورۂ فاتحہ تین بار پڑھ کر سیدھے ہاتھ کی ہتھیلی پر دم کرکے ہاتھ دونوں کانوں پر پھیرلیا کریں۔ انشاء اللہ شفائے کلی حاصل ہوجائے گی۔

[redacted]

میرا تعلق ایک متوسط خاندان سے ہے۔ اللہ کے فضل سے شادی ہوئی اور رفیقۂ حیات بھی اچھی ملی۔ اللہ نے دو بیٹے اور ایک بیٹی عطا کی لیکن نہ جانے کیا بات ہے کہ ہماری اچھی تربیت کے باوجود بچوں کے اندر بعض بری عادات پیدا ہوگئی ہیں۔ بچے کہنا نہیں مانتے اور معمولی باتوں پر لڑنے لگتے ہیں۔ میں نے بچوں کی عادات کے بارے میں ان کی والدہ سے کئی بار بات کی اور ہم نے کوشش بھی کی لیکن یہ عادات بدستور ان کے اندر راسخ ہیں۔ بچوں کی یہ حالت دیکھ کر دلی سکون ختم ہوگیا ہے اور مستقبل کی طرف سے سخت متفکر ہوگیا ہوں۔ **(احسان اللہ، کراچی)**

جواب: گھر کے ماحول میں یا بچے گھر سے باہر جس ماحول میں وقت گزارتے ہیں ضرور کوئی نہ کوئی کمی یا کمزوری ہے جس کی وجہ سے بچوں میں نافرمانی اور لڑنے جھگڑنے کی عادات پیدا ہورہی ہیں اور یہ بات آپ لوگوں کے ذہنوں میں غیر اہم ہے۔ بہت غور کے ساتھ تمام باتوں کو دیکھیں تو ضرور بعض وجوہات سامنے آجائیں گی۔ اس کے ساتھ ساتھ یہ عمل کریں کہ بچے سونے کے لیے جو تکیے استعمال کرتے ہیں ان پر روزانہ رات کو ایک بار سورۂ کوثر دم کردیا کریں۔

بول نہیں سکتی

میں جتنا اچھا سوچ سکتی ہوں اتنا اچھا اور متاثر کن بول نہیں سکتی۔ بولتے ہوئے الجھ جاتی ہوں اور درست الفاظ ادا نہیں کرسکتی۔ اسی الجھن میں اعتماد ختم ہوجاتا ہے اور شدید نروس ہوجاتی ہوں۔ میں طالبہ ہوں اور مجھے آئے دن کمرۂ جماعت میں اپنی باتوں کو بیان کرنا پڑتا ہے۔ بولتے ہوئے زبان اٹک جاتی ہے اور الفاظ درست طریقے سے ادا نہیں کرسکتی حلق خشک ہوجاتا ہے۔ ایک لفظ کو بار بار ادا کرنے لگتی ہوں۔

جواب: آپ کی شخصیت میں صلاحیتیں پوشیدہ ہیں۔ نو انچ لمبا اور چھ انچ چوڑا ایک عمدہ کاغذ لیں۔ اس کاغذ پر قطاروں میں مناسب حجم کا جو نہ بہت چھوٹا اور نہ بہت بڑا نو کا ہندسہ (9) لکھیں، یہاں تک کہ کاغذ پُر ہوجائے۔ اس کاغذ کو کسی گتے یا بورڈ پر چسپاں کرلیں۔ روزانہ رات سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد دس پندرہ منٹ تک پوری توجہ سے دیکھا کریں، ذہنی وارادی قوت کو بڑھانے میں یہ عمل بہت مؤثر ثابت ہوتا ہے جس سے خوداعتمادی بھی حاصل ہوجاتی ہے۔

میں ایک طالبہ ہوں

میں ایک طالبہ ہوں لیکن جب کسی سے بات کرتی ہوں تو بہت جھجک اور گھبراہٹ محسوس کرتی ہوں۔ میرے اندر اعتماد بہت کم ہے۔ لوگوں کی باتوں سے متاثر ہوجاتی ہوں۔ اگر کوئی غلط بات بھی کہہ دے تو اسے ٹوک سکتی ہوں نہ انکار کرسکتی ہوں۔ ذہنی طور پر فعال اور تیز بننا چاہتی ہوں اور ذہنی قوتوں کو متحرک کرنے کی خواہش مند ہوں۔ **(سیما حیات، لاہور)**

جواب: روزانہ رات کو سونے سے پہلے سورۂ آل عمران کی دوسری آیت اکیس بار پڑھ کر آنکھیں بند کرلیں اور یہ تصور کریں کہ آسمان سے آپ کے اوپر بارش ہورہی ہے۔ بارش اور بادلوں کا تصور کم وبیش پندرہ بیس منٹ ضرور مستقلاً قائم رکھیں اور پھر سوجائیں۔ انشاء اللہ کثیر فوائد و برکات حاصل ہوں گی۔

بے کیف زندگی

میری زندگی حد درجہ بے کیف اور بے مقصد گزر رہی ہے۔ ہر وقت کچھ کھونے کا احساس غالب رہتا ہے۔ بے عملی طاری رہتی ہے۔ نماز بھی بمشکل ادا کرتی ہوں۔ اللہ کا شکر ادا کرتی ہوں کہ اس نے بہت سی نعمتوں سے مجھے نوازا ہے اور اس رحیم وکریم کا احسان ہے۔ پھر بھی نہ جانے کیوں پورے وجود پر ایک بے کیفی طاری رہتی ہے۔ میں عملی طور سے کچھ کرنا چاہتی ہوں اور خود کو مصروف رکھنا چاہتی ہوں تاکہ ذہنی طور سے شیطان سے دور رہوں۔ میں کوئی ملازمت بھی نہیں کرسکتی کہ میرا ماحول اس کی اجازت نہیں دیتا۔ میں خود سے وابستہ رشتوں کو کمزور بھی نہیں کرنا چاہتی۔ غرض ایک ذہنی کشمکش میں گرفتار رہتی ہوں۔ عمر کے اس دور میں ہوں جب شادی ہوجانی چاہیے لیکن ابھی تک کوئی رشتہ بھی نہیں آیا ہے خود کو مطمئن اور پرسکون دیکھنا چاہتی ہوں۔ **(میمونہ، گجرات)**

جواب: صبح سورج نکلتے وقت نمودار ہونے والی روشنی کو دیکھتے ہوئے سورۂ اخلاص ایک بار پڑھ لیا کریں۔ یہ عمل چالیس روز کیا جائے اور جن دنوں نہ کرسکیں وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔ کسی فلاحی کام یا ضرورت مندوں کی مدد میں خود کو مصروف رکھیں۔ جب بھی فارغ ہوں یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ جس قدر آسانی سے پڑھ سکیں پڑھ لیا کریں۔ معلوماتی اور اچھی کتابوں کا مطالعہ کیا کریں۔ پھول پودے لگا کر ان کی نگہداشت کریں۔ انشاءاللہ ذہن پر سے بے کیفی کا غلبہ ختم ہوجائے گا۔

روحانی پھکی کا کمال

مجھے عرصہ دس بارہ سالوں سے جوڑوں اور پٹھوں میں درد کی شکایت تھی۔ وجہ بہت پرانا لیکوریا بھی تھا۔ بہت علاج کے باوجود آرام نہ آیا۔ ایک مرتبہ دفتر ماہنامہ عبقری سے میرا بھائی روحانی پھکی صرف دس روپے کی لیکر آیا وہ میں شہد میں ملا کر تقریباً تین ماہ کھائی تو درد بھی ختم، لیکوریا تو جیسے کبھی تھا ہی نہیں۔ جسم میں بھاری پن ختم ہوگیا اب جسم بالکل ہلکا پھلکا سا ہے۔ بے شمار لوگوں کو یہ پھکی دی اللہ نے ان کو بھی شفاء دی۔ **(ن ثمین، لاہور)**

موچی کا راز اور لاعلاج مرض

نصیر احمد' ایبٹ آباد

موچی بابا بڑا بخیل ہے۔ مجھے ترکیب نہیں بتائی میں نے یہ اونچی آواز میں کہا کہ وہ بھی سن لے۔ موچی بابا نے سن تو لیا کچھ پریشان ہوئے اس دکاندار نے مجھ سے کہا کہ یہ کس طرح آپ کو بتادے یہ تو ان دم تعویذوں سے ہزاروں روپے کماتے ہیں

ایک موچی بابا کے پاس لوگ ناف ٹھیک کروانے آتے' ان کی شہرت زیادہ تھی' میں بھی ان کے پاس گیا' میرے سامنے مریض آتے' ان کو لٹا کر وہ دم پڑھتے' مریض صحت یاب ہوجاتے۔ میں نے ناواقفی میں ایک دفعہ کہہ دیا کہ آپ کیا پڑھتے ہیں؟ تو انہوں نے جواب دیا کہ اللہ کا کلام...... میں نے کہا کہ کسی دوسرے کو بھی اجازت دی جاسکتی ہے کہ نہیں...... مجھ سے پوچھنے لگے کہ آپ نے یہ کیوں پوچھا ہے؟ میں نے عرض کیا کہ جناب کئی لوگ کمزور اور بوڑھے ہوتے ہیں اور بعض دفعہ گھر میں بھی تکلیف ہوجاتی ہے۔ اگر کوئی آسان عمل ہو تو بجائے آپ کے پاس اتنی دور آنے کے وہاں ہی دم پڑھ دیا جائے اس کا ثواب اجر آپ کو ملتا رہے گا۔ فرمانے لگے اس کا چلہ کرنا پڑتا ہے جو آپ لوگوں سے نہیں ہوسکتا یہ کہہ کر انہوں نے منہ پھیر لیا جس دکان کے باہر وہ بیٹھا کرتے تھے وہ آدمی میرا اچھا واقف تھا۔ اس کے پھٹے (تختہ) پر وہ بیماروں کو لٹایا کرتے تھے۔ چند دنوں بعد میں گیا اس سے ذکر کیا کہ موچی بابا بڑا بخیل ہے۔ مجھے ترکیب نہیں بتائی میں نے یہ اونچی آواز میں کہا کہ وہ بھی سن لے۔ موچی بابا نے سن تو لیا کچھ پریشان ہوئے اس دکاندار نے مجھ سے کہا کہ یہ کس طرح آپ کو بتادے یہ تو ان دم تعویذوں سے ہزاروں روپے کماتے ہیں ان سے مت پوچھیں۔ مخلوق خدا کو لوٹنے والوں کے پاس شفاء نہیں ہوتی۔ چند دن کے بعد آپ دیکھیں گے کہ ان سے شفاء کے اثرات ختم ہوجائیں گے۔ یہ بات بھی بابا جی نے سن لی اور اصل میں ہم بات ان کو سنانا ہی چاہتے تھے۔ میں نے اس دکان پر آنا جانا شروع کردیا۔ موچی بابا سے بھی ملاقات شروع کردی۔ سلام دعا ہوتی رہی' ایک دن میں نے ان کو کہا کہ آپ اگر مجھے وہ دم بتادیتے تو مجھ سے بھی کچھ آپ کو مل جاتا۔ کہنے لگا کہ آپ کے پاس کیا ہے میں نے کہا کہ اس کا اصل علاج' میں دوائی دیتا ہوں مریض ٹھیک ہوجاتا ہے۔ باپردہ خواتین تو آپ کے پس نہیں آسکتیں اور نہ ہی عام عورتیں اور معزز مرد آپ کے پاس آکر تھڑے پر لیٹ کر ناف درست کرواسکتے ہیں۔

میری دوائی سے وہ گھروں میں ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ دوائی بھی مفت دیتا ہوں۔ اگر وہ دعا نہ بھی کریں تو اللہ تعالیٰ مجھے اس کا بدلہ ضرور عطا فرمائیں گے۔ چند دن میں ادھر نہ گیا۔ ایک دن ان کے پاس سے گزر رہا تھا' ہاتھ اٹھا کر سلام کیا' موچی بابا اپنی نشست سے اٹھے گلے لگایا اور کہا کہ میرے پاس بیٹھیں میں نے جواب دیا کہ میں ضروری کام سے جارہا ہوں اس لیے وقت نہیں ہے۔ وہ بڑے خلوص اور محبت سے بیٹھنے کا کہتے رہے' جوں ہی وہ زور لگاتے میں اتنا ہی ہاتھ چھڑا کر جانے کا کہتا کہ دیر ہورہی ہے' ضروری کام ہے جبکہ میرا کام کوئی نہ تھا۔ بہرحال انہوں نے نہ چھوڑا۔ جوتے وہیں رکھے اور قسم اٹھائی کہ چائے کے بغیر نہیں چھوڑوں گا۔ چائے ضرور پلانی ہے' ہم ایک ہوٹل کے کمرے میں چلے گئے۔ وہاں انہوں نے بتایا کہ اور لوگوں کے سامنے میں نے اس طرح کیا تھا۔ آپ کو دم بھی بتادیتا ہوں اور طریقہ بھی سمجھا دیتا ہوں۔ جو درج ذیل ہے:۔ مریض کو پیٹھ کے بل لیٹا دیں۔ بسم اللہ کے ساتھ سورۃ الم نشرح پڑھیں پھر یہ آیت وَاِنَّا عَلٰی ذَهَابٍۭ بِهٖ لَقٰدِرُوْنَ ﴿المومنون ۱۸﴾ پڑھ کر ناف پر دم کریں اور اپنا انگوٹھا مریض کے ناف پر رکھ کر ادھر ادھر معمولی زور سے گھمائیں تاکہ ناف اپنی جگہ پر آجائے۔ دوسری بار بھی اور تیسری بار بھی یہی آیت پڑھ کر دم کریں پھر انگوٹھا نکال لیں۔ مریض ٹھیک ہوجائے گا۔ میں نے آیت لکھ لی۔ چند دن بعد میں نے ان کو نسخہ ذرا تڑپا تڑپا کر بتادیا جو درج ذیل ہے:۔

نسخہ: نک چھکنی ایک تولہ لے کر سفوف بنالیں۔ پرانا گڑ ہموزن لیں خوب کوٹ کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ ایک گولی مریض کو کھلائیں۔ تھوڑی دیر انتظار کریں آدھ گھنٹہ یا گھنٹہ بعد اگر مریض کوئی افاقہ نہ سمجھے تو ایک اور گولی کھلادیں۔ اس کے پیٹ میں وٹ آجائے گا جو اس کو محسوس ہوگا۔ وٹ یا مروڑ جیسی صورت چند سیکنڈ رہے گی پھر خود بخود درد ٹھیک ہوجائے گا اور مریض بھلا چنگا ہوجائے گا۔

نسخہ برائے گھنٹیا

حب المکو مدبر (جمالگوٹہ مدبر) ایک تولہ' سونٹھ' سنا' انیسوں' پوست ہلیلہ زرد' ست لیموں ہر ایک ایک تولہ' گل سرخ چھ ماشہ۔ سب کو باریک پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک: ایک گولی بوقت عشاء ہمراہ نیم گرم دودھ یا پانی کھلائیں۔ اگر مریض طاقت ور ہو تو دو گولیاں بھی دے سکتے ہیں۔ اس کی ایک ہی خوراک اپنا اثر دکھاتی ہے۔ اس کی چند خوراکوں سے بفضلہٖ تعالیٰ مدت کا جڑا ہوا مریض چلنے پھرنے لگ جاتا ہے۔ اس کے علاوہ معدہ کی کی اکثر بیماریوں کیلئے تریاق کی حیثیت رکھتا ہے۔ دائمی قبض کیلئے اکسیر ہے۔

مدبر کرنے کی ترکیب: حب الملوک یعنی جمالگوٹہ 12 گرام لے کر چھلکا دور کردیں' مغزوں کے دو ٹکڑے کرکے پتہ نکال دیں پھر ان کو ایک پاؤ یا ذرا زیادہ پانی میں ڈال کر چولہے پر رکھ کر دھیمی دھیمی آگ میں پکائیں۔ جب پانچ چھ منٹ پانی کھول (ابل) چکے تو اتار کر مغز ٹھنڈے پانی میں ڈال کر نکال لیں پھر باریک پیس لیں۔ **نوٹ:** دوائی کے استعمال کے دوران اکٹھی بادی اور ٹھنڈی اشیاء نہ کھائیں۔ یہ دوائی عام دردوں کو بھی ختم کردیتی ہے۔ بارہا کا تجربہ ہے۔

اپنڈے سائٹس: حکیم و ڈاکٹر ہری چند ملتانی نے اپنی کتاب میں اس مرض کو بڑی آنت یا ایک منہ والی آنت میں ورم پیدا ہونے کا فرمایا ہے۔ یہ مرض بعض دفعہ سیب کے بیج' لیموں کے بیج اور انگور کے بیج نگلنے سے بھی ہوجاتا ہے۔ اس کے علاوہ نمونیہ اور نزلہ زکام سے بھی ہوجاتا ہے۔

اس کی علامات یہ ہیں۔ پیٹ میں ناف کے ارد گرد زور کا درد ہوتا ہے۔ یہ درد اپنی جگہ بدلتا رہتا ہے آخر میں ناف کے دائیں طرف قائم ہوجاتا ہے مریض دائیں ٹانگ کو کھینچتا رہتا ہے۔ قے اور متلی ہونی شروع ہوجاتی ہے۔ مقام ماؤف پر ابھار ہوتا ہے جس کو دبانے سے درد محسوس ہوتا ہے۔ حکیم صاحب نے ڈاکٹری علاج میں پنسلین اور یونانی علاج میں حب کبد نوشادری استعمال کرنے کا مشورہ دیا ہے۔

میرے ایک اچھے واقف محمد ایوب صاحب جو ضلع مانسہرہ کے رہائشی ہیں۔ عملیات کے ذریعے لوگوں کو فائدہ پہنچاتے ہیں۔ اس کے علاوہ بڑے اچھے اچھے نسخے بھی تیار کرکے دیتے ہیں جو انہوں نے بڑے تجربہ کار حکیموں سے حاصل کرکے رکھے ہوئے ہیں۔ میرے چار پانچ سالوں سے واقف ہیں۔ کبھی کبھی شرف ملاقات ہوتا رہتا ہے۔ آج میں نے عبقری رسالہ ان کو پڑھنے کیلئے دیا تو وہ بہت خوش ہوئے اور اس خوشی میں انہوں نے ایک نسخہ بیماری مذکورہ کیلئے قارئین عبقری کیلئے بطور تحفہ پیش کیا جو واقعی قابل قدر ہے۔ **نسخہ:** مصبر سیاہ اور نوشادر ٹھیکری ہموزن پیس کر کنوار گندل کے گودہ میں اچھی طرح رگڑ کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ بوقت ضرورت ایک گولی نیم گرم پانی سے کھلائیں۔ گولی اندر جانے کی دیر ہے۔ پانچ منٹ سے قبل درد کافور ہوجاتا ہے۔ مریض یوں محسوس کرتا ہے جیسے کچھ ہوا ہی نہیں۔

شوگر کے مریض اور خواتین ضرور پڑھیں

شوگر کے وہ مریض جن کا زخم آخری حد تک پہنچ چکا‘ گینگرین بن گیا‘ سرجن پاؤں یا پنڈلی کاٹنے کا مشورہ دے رہے یا جسم کا وہ حصہ جہاں شوگر ہے اسے کٹوانے کا مشورہ دے رہے وہ پریشان بھی نہ ہوں اور مایوس بھی نہ ہوں......

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک ان پڑھ بظاہر دیہاتی شخص نہایت عقیدت خلوص اور مروت کا مجسمہ اور مجموعہ بنے میرے سامنے بیٹھے تھے۔ موصوف میرا درس کیسٹ پر سنتے رہے اور عبقری رسالہ بھی سالہا سال سے پڑھ رہے ہیں۔ بہت دور سے اپنے علاقے کی ایک سوغات لیے میرے پاس بصد خلوص تشریف لائے باقی ان کے خلوص محبت میں شک نہیں تھا اللہ تعالیٰ مجھے بھی ایسا خلوص عطا فرمائے۔ کہنے لگے آپ کے طبی تجربات و مشاہدات سالہا سال سے پڑھ رہا ہوں پھر آپ کی کتاب ”طبی تجربات و مشاہدات“ بھی میں نے پڑھی ہر نسخہ اور فارمولہ طب کی جان سینے کا راز اور اپنی مثال آپ ہے۔ایک کو چھوڑوں دوسرے کو چھوڑوں تیسرے کو لوں......جی چاہتا ہے ہر نسخے کو چوم چوم کر رکھوں یہ باتیں کرتے ہوئے اس کے عقیدت کے آنسو ساتھ ہی نکل رہے تھے۔

میں نے اسے ٹشو پیش کیا نہایت احترام سے لیکر جیب میں رکھ لیا اور اپنی قمیص سے آنسو صاف کیے اور پھر بولے کہ میں نے ایسے ایسے نسخے آزمائے جہاں لاعلاج بیماریاں مریضوں کی جان بھی اور جیب بھی کھا گئی تھیں۔گھر ویران اور اجاڑ ہوگیا تھا وہاں آپ کے نسخوں نے ایسی تقویت دی کہ خود عقل دنگ رہ گئی۔ میں حیران ہوں کہ آپ کو یعنی حکیم طارق کو بتا کے مزہ آتا ہے حالانکہ لوگوں کو تو چھپا کے مزہ آتا ہے اولوگ نہ بتانے کو اپنا فن سمجھتے ہیں اور آپ بتانے کو واقعی اپنا فن سمجھتے ہیں آپ نے بخل شکنی کی جو روایت قائم کی ہے یہ طب کی دنیا میں بہت کم ہے بہر حال وہ بہت زیادہ تعریف اور تحسین کر رہے تھے تو میں نے ان سے عرض کیا جب میں اتنے نسخے لوٹاتا ہوں آپ بھی تو کوئی چیز بتائیں لیکن اس وعدے کے ساتھ کہ وہ بھی میں اپنے پاس نہیں رکھوں گا اور ان عبقری کے لاکھوں قارئین تک پہنچاؤں گا جو ہر ماہ میرے مشاہدات اور آزمودہ تجربات کا انتظار کرتے رہتے ہیں اور پھر ان بے شمار دکھی لوگوں تک اپنے مشاہدات پہنچانے کی ان تھک کوشش کروں گا جن کے سینے پریشان‘ جن کی جیبیں خالی‘ بیماریوں نے گھروں کو ویران اور اجاڑ دیا‘ معالج روز بروز امیر اور مریض روز بروز غریب ہو رہے ہیں‘ میرے اندر کی چاہت اور خواہش ہے کہ میں دکھی انسانیت تک وہ وہ چیزیں پہنچاؤں جو صدیوں سے یا سالہا سال سے افراد کے سینوں میں دفن یا پرانی کتابوں میں گم ہوگئی ہیں۔ تا کہ اس سائنس کی صدی کو پھر سے وہ شعور ملے کہ نہیں۔۔۔۔ پرانی دنیا کے پرانے ٹوٹکے آج بھی سو فیصد ویسے ہی مفید ہیں جو پہلے سے آبدار موتی کی طرح فائدہ مند تھے۔

حکیم صاحب کیلئے تحفہ: وہ بولے ہاں ضرور میں آپ کیلئے ایک تحفہ لایا ہوں۔اور پھر کہنے لگے لہسن دیسی چھلا ہوا آدھا چھٹانک‘ ادرک دیسی سبز ایک چھٹانک‘ پودینا دیسی سبز ایک چھٹانک اور انار دانہ کھٹا ایک چھٹانک‘ اگر ادرک اور پودینا سبز نہ ملے تو خشک بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ ایک چمچ صبح دوپہر شام ناشتے اور کھانے کے ساتھ یہ استعمال کریں۔ مجھے یہ بتا کر انہوں نے اپنا پہلو بدلا اور جیب سے ایک ڈبیہ نکالی اور نسوار منہ میں رکھ کر تھوکنے کیلئے ادھر ادھر دیکھنے لگے تو میں نے فوراً ٹشو دیا او رکہا کہ اس سے منہ صاف کرلیں خوش ہوئے ٹشو سے منہ صاف کر کے جیب میں ڈالنے لگے تو میں نے ڈسٹ بین سامنے کردی کہ آپ پریشان نہ ہوں اس میں ڈال دیجئے۔ وہ بولے اس چٹنی کو میں نے شوگر کے مریضوں اور عورتوں کے امراض اور معدے کے امراض میں بہت آزمایا۔شوگر کے وہ مریض جن کا زخم آخری حد تک پہنچ چکا‘ گینگرین بن گیا‘ سرجن پاؤں یا پنڈلی کاٹنے کا مشورہ دے رہے یا جسم کا وہ حصہ جہاں شوگر ہے اسے کٹوانے کا مشورہ دے رہے وہ پریشان بھی نہ ہوں اور مایوس بھی نہ ہوں...... یہ چٹنی بنا کر چاہے زیادہ بنا کر آپ فریج میں رکھ سکتے ہیں بس ایک چمچ صبح‘ دوپہر‘ شام استعمال کریں اور پھر اس کا کمال دیکھیں۔آخری درجے کی شوگر ختم ہوجاتی ہے زخم بھر جاتے ہیں اور وہ زخم جس سے خون اور پیپ رستا ہو وہ بالکل ختم ہوجاتے ہیں۔جن کے پاؤں اور پنڈلیوں پر ورم ہو اور انگلی دبانے سے گڑھا پڑ جاتا ہو اور سوجن روز بڑھ جاتی ہو انہیں جب استعمال کرایا تو اسے بہت مفید پایا۔ورم جسم کے جس حصے میں بھی ہو اسے استعمال کرائیں چاہیں تو مقدار خوراک آدھا چمچ بھی لے سکتے ہیں زیادہ کم کر سکتے ہیں بہر حال پاؤں پنڈلیوں کے ورم شوگر کا پرانا زخم (باقی صفحہ نمبر 33 پر)

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

جوابی لفافہ ضرور بھیجیں مکمل پتہ لکھا ہوا۔ جواب میں جلدی نہ کریں۔

اپنے کیے پر نادم نہیں

میں ہر شام جب گھر میں داخل ہوتا ہوں تو بچوں کے لڑائی جھگڑے مجھے مزید تھکا ڈالتے ہیں۔ وہ ایک دوسرے کو بہت بے رحمی سے مارتے پیٹتے ہیں۔ گھر میں بلیاں ہیں' ان کے بچوں پر تشدد کر ڈالتے ہیں۔ اپنے کیے پر نادم نہیں ہوتے' بے ادبی کرتے ہیں۔ سکول میں بھی بدنام ہو رہے ہیں' اگر کسی کو زخم ہو جائے اور خون بہہ نکلے تو پریشان ہونے کے بجائے خوشی سے ذکر کرتے ہیں۔ دونوں بچوں نے زندگی مشکل بنا دی ہے۔ ایک کی عمر نو سال اور دوسرے کی بارہ سال ہے۔ **(محمد کلیم' اسلام آباد)**

مشورہ: بچوں میں یہ باتیں ایک دم پیدا نہیں ہوتیں۔ ان کے بہت سے اسباب ہیں۔ مثلاً ان کی طرف سے مسلسل لاپرواہی' گردوبیش کا ماحول' خاندانی مسائل' حادثات' محرومیاں' بڑوں کا غصہ وغیرہ...... آپ نے یہ نہیں بتایا کہ ان کی والدہ کی کیا مصروفیات ہیں اور کیا انہیں بھی بچوں سے اسی طرح کی شکایات ہیں۔ دراصل تین سے چھ سال کے درمیان بچوں کی پرورش اور دیکھ بھال بہت اہم ہوتی ہے۔ وہ کس ماحول میں رہتے ہیں۔ کیسے دوستوں کے ساتھ وقت گزارتے ہیں' کہاں کھیلتے ہیں۔ یہ سب معلوم ہونا ضروری ہے۔

ذہنی کمزور نہیں

میں ذہنی اور جسمانی طور پر بہت کمزور ہوں۔ والد کا انتقال ہو چکا ہے' بھائی ترکی میں ہیں' ایک بہن کی شادی ہو چکی ہے وہ دبئی میں رہتی ہیں جب چھٹیوں میں گھر آتی ہیں تو شدید غصہ کرتی ہیں عجیب ہیجانی کیفیت ہوتی ہے بات کریں تو بہت ہی غصے سے جواب دیتی ہیں۔ مجھے بچپن میں ماں کی اتنی توجہ نہیں ملی جتنی کے اور بہن بھائیوں کو ملی ہے۔ ہر ایک سے بنا کر رکھنے کی کوشش کرتی ہوں۔ سوچوں میں گم رہتی ہوں' بے عمل ہو کر رہ گئی ہوں۔ ماحول کی وجہ سے کچھ کر نہیں پا رہی یا مجھ میں کچھ کرنے کی صلاحیت ہی نہیں۔ گھریلو نوعیت کے کام بھی نہیں ہو پا رہے۔ اپنے آپ کو منوانے اور حد سے زیادہ اہمیت حاصل کرنے کا شوق ہے۔ جس کے نتیجے میں خود کو مذاق کا نشانہ بنا لیتی ہوں۔ جب میں بولتی ہوں تو کہتے ہیں کہ بہت بولتی ہو' چپ چپ رہتی ہوں تو نظرانداز کیا جاتا ہے۔ میری رنگت بھی سانولی ہے سب گھر میں گورے خوبصورت اور ایکٹو ہیں۔ یہ کیا کم ذہنی اذیت ہے۔ **(لبنیٰ' بہاولپور)**

مشورہ: آپ جسمانی طور پر تو کچھ کمزور ہو سکتی ہیں مگر ذہنی کمزور نہیں لگتیں' یہ الگ بات ہے کہ حساس ہوں گی یا اپنے مسائل کو بہت بڑھا کر محسوس کر رہی ہیں وغیرہ...... جہاں تک کچھ نہ کر سکنے کی بات ہے تو اس میں نہ تو ماحول رکاوٹ ہے اور نہ ہی آپ میں صلاحیت کی کمی ہے۔ آپ عملی طور پر کوئی قدم نہیں اٹھا پا رہیں۔ اس کی وجہ اعتماد کی کمی ہو سکتی ہے۔ خود کو منوانے اور اہمیت حاصل کرنے کا کسے شوق نہیں ہوتا لیکن اس شوق کے سبب غیر ضروری گفتگو اور توجہ حاصل کرنے کے مصنوعی طریقوں سے انسان مذاق کا نشانہ بن جاتا ہے۔ اس سے بہتر ہے کہ خود کو اوسط درجے کا محسوس کریں اور اپنے نظرانداز کیے جانے کا خیال نہ کریں۔ آپ کی اپنی جگہ اہمیت ہے۔ سانولی رنگت سے خوبصورتی میں کمی نہیں ہوتی۔ یہ آپ کا خیال ہے گھر والے خوبصورت ہیں تو اچھی بات ہے مگر آپ بھی کسی سے کم نہیں۔ اپنی صحت کا خیال رکھیں اور کوئی اچھی مصروفیت بھی اپنائیں۔ ذہنی اذیت نہ ہوگی بہن کے مزاج کی تلخی ظاہر کر رہی ہے کہ ان کا رویہ نارمل نہیں۔ اتنے عرصے بعد اپنوں میں آکر خوش ہونے کے بجائے غصہ کا اظہار کرنا تو بالکل بھی ٹھیک نہیں لگتا۔ اپنوں سے ملنے کیلئے انہیں اتنا کم وقت ملتا ہے اس میں تو وہ جتنا خوش ہو لیں اتنا ہی اچھا ہے۔

ڈپریشن اور جسمانی تکلیفیں

ہماری ایک عزیزہ کے ساتھ ناخوشگوار واقعہ پیش آ گیا۔ جس کے بعد وہ ڈپریشن کا شکار ہو گئیں۔ ان کے پیٹ میں درد اٹھا اور انہیں فوری طور پر ہسپتال لے گئے تمام ضروری معائنہ جات ہوئے اور معلوم ہوا کہ سب کچھ نارمل ہے مگر پیٹ میں درد کبھی کبھی ہو جاتا ہے۔ میں آپ سے یہ پوچھنا چاہتی ہوں کہ ڈپریشن ایک ذہنی مسئلہ ہے پھر مریضوں کے پیٹ میں درد' ٹانگ میں درد' کمر درد وغیرہ کیوں ہوتا ہے۔ وہ خاتون جن کا میں نے ذکر کیا سمجھدار اور بردبار ہیں۔ ان کے شوہر اور بچے بہت خیال رکھنے والے ہیں۔ وہ بہانے بنا کر گھر والوں کو متوجہ کرنا نہیں چاہتیں۔ **(س۔شاہ۔کوئٹہ)**

مشورہ: ہمیں اکثر ایسے لوگ ملتے ہیں جو مختلف جسمانی شکایات کا ذکر تو کر رہے ہوتے ہیں مگر بظاہر ان کی کوئی وجہ نہیں ہوتی۔ اکثر اوقات ڈپریشن کی علامات سردرد' کمر کا درد' جوڑوں کا درد اور بلڈ پریشر وغیرہ کی شکایات بھی ہوتی ہیں۔ جدید تحقیقات سے یہ حقیقت سامنے آئی ہے کہ ڈپریشن کی بیماری دماغ میں کیمیائی مادوں کے عدم توازن کی وجہ سے سامنے آئی ہے اور اس مرض کا آغاز عام طور پر کسی افسوسناک حادثے سے ہوتا ہے ویسے تو کسی مایوس کن صورتحال پر مایوسی فطری ہوتی ہے لیکن وقت کے ساتھ یہ کیفیت بڑھتی رہے اور مرض کی شکل اختیار کر لے تو سمجھ لینا چاہیے کہ اب یہ ذہنی بیماری ہے لیکن اس کیساتھ جسمانی علامات ظاہر ہونی حیران کن نہیں کیونکہ ذہن اور جسم کا گہرا تعلق ہے۔ ذہن بیمار ہوگا تو جسم بھی صحت مند نہ رہ سکے گا۔ ذہن پر مایوسی کا غلبہ ہوتا ہے تو اعضاء بھی جواب دے دیتے ہوئے محسوس ہوتے ہیں۔ ایسے میں تھکاوٹ اور کمزوری وغیرہ ہونی تو عام سی بات ہے۔ مختلف اعضاء میں درد کی شکایت بھی ہو سکتی ہے۔ ڈپریشن کے علاج کیساتھ ساری تکلیفیں آرام آنے لگتی ہے اور انسان خود کو پہلے کی طرح پرسکون اور خوش و خرم محسوس کر سکتا ہے۔

اس ماہ کی موصول شدہ منتخب تحریریں

کامران شہزاد' مانسہرہ۔ عبداللہ سجاد' لاہور۔ حاجی محمد وارث' راولپنڈی۔ فضاء ابراہیم' حیدرآباد۔ مثل خان' ڈیرہ غازیخان۔ غلام نبی' مانسہرہ۔ س،م۔ لاہور۔ اکمل فاروق' سرگودھا۔ محمد نعیم' ملتان۔ ا۔م۔ فرحت' لاہور۔ محمد منیر' وہاڑی۔ ایم اشرف ساقی' شیخوپورہ۔ سرفراز احمد' شیخوپورہ' سید اشرف' رحیم یارخان۔ ن،ع۔ گوجرانوالہ۔ ایم ایوب' اسلام آباد۔ پروفیسر (ر) غلام قادر ہراج' جھنگ

کشف اور تسخیر نگاہ میں کمال حاصل کریں

پھر یاد آیا کہ رات کو دروازہ بند کرنا بھول گئی تھی ساری رات دروازہ کھلا رہا یہاں تک کہ کوئی کتا بلی بھی گھر میں داخل نہیں ہوئی۔ یہ صرف اللہ تعالیٰ کے کلام پاک آیۃ الکرسی کی برکت تھی کہ دروازہ کھلا رہنے کے باوجود بھی کوئی چیز گھر میں داخل نہیں ہوئی۔

دولت' شہرت' امیر کبیر ہونا

(ڈاکٹر شوکت شاہین' خانیوال)

جب سورج طلوع ہو رہا ہو' 300 سو بار درود شریف پڑھیں پھر 300 بار بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ پڑھیں۔ لگاتار ایک سال پڑھیں۔ طہارت کا خیال رکھیں۔ ہمیشہ باوضو اور مکمل توجہ اور دھیان سے پڑھیں۔ آپ اس کے کرشمات سے حیران ہونگے۔ دولت بارش کی طرح برسے گی یہ عمل آزمودہ اور پتھر پر لکیر ہے کبھی ناغہ نہ ہو۔

کشف کیلئے' غیب سے آگاہی

کشف حاصل کرنے کیلئے اور جو بات ہونے والی ہو گی قبل از وقت معلوم ہو جائے۔ اس عمل سے حیرت انگیز انکشاف اور غیب کی عجیب باتوں کا مشاہدہ ہو گا۔ خفیہ اسرار سے آگاہی ہو گی۔ نماز فجر کے بعد روزانہ 2500 مرتبہ بِسۡمِ اللّٰهِ مکمل پڑھیں اول و آخر تین مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ چالیس دن باقاعدگی سے۔ وقت اور جگہ ایک ہو۔ دوران عمل ہی اثرات ملاحظہ ہونگے۔

تسخیر نگاہ

یہ عمل بڑا ہی مؤثر ہے میں نے چند سال قبل اس کو کیا نہایت اکسیر پایا۔ بِسۡمِ اللّٰهِ میں اسم اعظم مخفی ہے اس عمل سے آنکھوں میں تسخیر کی قوت پیدا ہوتی ہے آنکھوں میں کشش بڑھ جاتی ہے جس طرف چند لمحے نگاہ جما کر دیکھو گے مقناطیس کی طرح کھینچ آئے گا جو خیال دل میں جما کر کرو گے ویسا ہی عمل ہو گا۔ عمل کرنے پر اس کی افادیت کے جوہر سے آشکار ہونگے۔ صبح طلوع کے وقت جب سورج نکل رہا ہو تو نگاہیں سورج پر جمائیں آنکھیں نہ جھپکائیں اور سو بار بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ کا ورد کریں۔ چند دن تو سورج کے کناروں سے روشنی متحرک ادھر ادھر اوپر نیچے ہو گی پھر ساکن ہو جائے اور آپ کی آنکھوں میں عجیب کشش ہو گی۔ عمل میں چار سے چھ منٹ لگتے ہیں لگاتار پابندی سے کریں ایک دن کا بھی ناغہ ہرگز نہ کریں۔

ہر نقصان دہ چیز گھر کی حفاظت

(س۔ گوجرانوالہ)

بخاری شریف میں ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ سورۂ فاتحہ کے پڑھنے سے سوائے موت کے کوئی آفت نہیں آسکتی تو میں نے اسے آزمایا وہ اس طرح کہ میرے گھر کے ایک کمرے کا فرش کچا تھا وہاں سے بچھو بہت زیادہ نکلتے تھے۔ اس کیلئے میں بہت زیادہ پریشان تھی لہٰذا میں نے آپ ﷺ کی حدیث پر عمل کیا اور رات کو سوتے وقت تین دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر چاروں طرف پھونک مار کر سوتی تھی۔ آپ یقین کریں کہ مجھے اس کے بعد اپنے گھر میں کوئی بچھو نظر نہیں آیا۔ اگر شروع میں کوئی بچھو نظر آیا بھی تو اس کی حالت ایسی ہوتی تھی جیسے اسے کسی نے مار مار کر ادھ موا کر دیا ہو۔ میں پیشے کے لحاظ سے L.H.V ہوں جب کبھی میں محسوس کرتی ہوں کہ کوئی مشکل کیس ہے اور اس کیلئے کوئی فیصلہ کرنے کیلئے میں یَاحَیُّ یَاقَیُّوۡمُ بِرَحۡمَتِكَ اَسۡتَغِيۡثُ پڑھتی ہوں اور میں بڑے آرام سے فیصلہ کر لیتی ہوں کہ یہ کیس نارمل کرنا

حکیم صاحب کے نام پر دھوکہ

بارہا یہ شکایات موصول ہو رہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دکھی انسانیت کو اپنے جعلی عاملین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org
facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور۔ **فون:** (042)-37552384, 37597605۔ **نوٹ:** عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 78

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

سازش اور بغاوت کی حالت میں ذمیوں کے ساتھ سلوک: غیر قومیں تو بالکل بیگانہ ہوتی ہیں سازش اور بغاوت کی حالت میں مہذب سے مہذب سلطنت خود اپنی قوم سے کوئی مراعات نہیں کر سکتی لیکن صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے اس حالت میں بھی ذمیوں کے ساتھ نہایت نرم برتاؤ کیا شام کی انتہائی سرحد پر ایک شہر عریسوس تھا جہاں کے عیسائیوں سے معاہدہ صلح ہو گیا تھا لیکن یہ لوگ در پردہ رومیوں سے سازش رکھتے تھے اور مسلمانوں کی خبریں ان تک پہنچایا کرتے تھے حضرت عمیر بن سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ' نے جو وہاں کے والی تھے حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ' کو اس کی اطلاع دی تو انہوں نے لکھ بھیجا کہ ان کے تمام مال و متاع کا شمار کر کے ہر چیز کا دوگنا معاوضہ دیدیا جائے اور اس کے بعد وہ جلاوطن کر دیئے جائیں اگر وہ اس پر راضی نہ ہوں تو ایک سال کی مہلت کے بعد جلاوطن کیے جائیں چنانچہ ایک سال کے بعد وہ لوگ جلاوطن کر دیئے گئے۔ ذمیوں پر ان تمام لطف و مراعات کا یہ اثر ہوا کہ وہ خود مسلمانوں کے دست و بازو بن گئے' اگرچہ رومی خود عیسائیوں کے ہم مذہب تھے لیکن جب رومیوں نے مسلمانوں کے مقابلے میں ایک عظیم الشان فیصلہ کن جنگ کی تیاریاں کیں تو ان ہی ذمی عیسائیوں نے ہر جگہ سے جاسوس بھیجے کہ رومیوں کی خبر لائیں۔ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ' نے ہر شہر پر جو حکام مقرر کیے تھے ان کے پاس ہر شہر کے عیسائی رئیس آئے اور اس جنگی تیاری کی خبر دی۔ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ' کو تمام حکام نے اس کی اطلاع دی تو انہوں نے لکھ بھیجا کہ ذمیوں سے جس قدر جزیہ اور خراج وصول کیا گیا ہے سب واپس کر دیا جائے کیونکہ معاہدے کی رو سے ہم پر ان کی حفاظت واجب ہو گی اور ہم اس وقت اس کی طاقت نہیں رکھتے'' ان حکام نے جب یہ رقمیں واپس دیں تو یہ لوگ سخت متاثر ہوئے اور بے اختیار بول اٹھے کہ ''خدا تم کو واپس لائے اگر خود رومی ہوتے تو اس حالت میں ہم کو کچھ واپس نہ دیتے' بلکہ ہمارے پاس جو کچھ ہوتا لے لیتے'' مسلمانوں کی فتح ہو گئی تو عیسائیوں نے خود واپس شدہ رقم حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ' کے پاؤں پر ڈال دی کہ دوبارہ اس ابر کرم کے سائے کے نیچے آجائیں۔

بچوں کا صفحہ

بچو! وقت کو تول تول کر خرچ کرو

حسان یوسف، فیصل آباد

ہم نے ابو سے کپڑے تو لے لیے' لیکن تھکن سے ہمارا برا حال ہو رہا تھا ہم نے سوچا کہ ابھی تھوڑی دیر کیلئے سو جاتے ہیں۔ ابو کو کونسا ابھی جانا ہے بس یہ سوچ کر ہم اپنے بستر پر لیٹے اور تھکن کی وجہ سے فوراً ہی سو گئے۔ سو کر اٹھے تو تر و تازہ ہو چکے تھے

اور اس سال پھر ہمارے سکول میں پہلی پوزیشن حاصل کرنے والے ہونہار طالب علم نام ہے' سید عمر علی۔

ٹیچر کے منہ سے اپنا نام سن کر ہم خوشی سے پھولے نہیں سما رہے تھے۔ تمام دوست ہمیں مبارک باد دے رہے تھے اور ہم اپنا انعام لینے کیلئے خراماں خراماں اسٹیج کی جانب بڑھ رہے تھے کہ اچانک امی کی آواز گونج اٹھی۔

عمر اٹھو اسکول نہیں جانا کیا؟ یہ ایسے نہیں مانے گا۔ اس کے ساتھ ہی ایک زناٹے دار تھپڑ پڑا۔ ''چٹاخ'' ہم ہڑبڑا کر اٹھ بیٹھے۔ ابھی ہم اس ناگہانی آفت سے نمٹنے کی ترکیب سوچ ہی رہے تھے کہ ایک اور دھماکا ہوا اور امی کی غصے بھری آواز سنائی دی۔ ''رات کو دیر سے سوتا ہے اور صبح وقت پر نہیں اٹھتا۔ اب ہم نے بدحواس ہو کر آنکھیں کھول دیں اور اپنا گال سہلاتے ہوئے اٹھ کر ارد گرد کا جائزہ لینے لگے۔

اب ہمیں پتا چلا کہ ہم دراصل خواب دیکھ رہے تھے۔ پھر ہمیں یاد آیا کہ ہم سوتے وقت الارم لگانا بھول گئے تھے اور فجر کی نماز بھی قضا ہو چکی تھی' لیکن اب کیا ہو سکتا تھا۔ سکول کی وین (گاڑی) تو نکل چکی تھی۔ ہمیں بس سے سکول جانا پڑے گا اور آدھا سفر پیدل طے کرنا پڑے گا۔ ٹائم دیکھا تو خوش قسمتی سے پون گھنٹہ ابھی باقی تھا۔ ہم جلدی سے اٹھے اور باتھ روم میں چلے گئے پندرہ منٹ باتھ روم میں لگ گئے۔

پھر ہم نے جلدی جلدی یونیفارم پہنا۔ جوتے نکالے مگر ان پر پالش نہیں ہوئی تھی لہٰذا ہمیں پریشانی اٹھانی پڑ رہی تھی۔

ہمیں یاد آیا امی نے کہا تھا کہ اپنا سامان وغیرہ رات ہی کو نکال کر رکھ لینا ورنہ صبح پریشانی ہو گی مگر ہمیں ہوش کہاں تھا۔

ہم تو اس وقت کھیل میں مصروف تھے اب ہمیں رہ رہ کر امی کی نصیحت کا خیال آ رہا تھا۔ ہم نے جوتے پہن لیے اور بال بنانے لگے لیکن بال تھے کہ بن ہی نہیں رہے تھے۔

آخر دس منٹ اس میں لگ گئے تو ابو کہنے لگے پتا نہیں آئینے کے سامنے کھڑے ہو کر کونسا سنگھار کرتا رہتا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ سارا اسکول اسی کو دیکھنے آتا ہے۔

اب ابو سے کیا کہتے۔ ہم نے جلدی میں ناشتہ بھی ٹھیک سے نہیں کیا اور سب کو خدا حافظ کہتے ہوئے گھر سے نکل پڑے۔ ایک بس آ گئی ہم نے اس پر سوار ہونے کیلئے راڈ پکڑا کہ اچانک ایک زوردار دھکا پڑا اور ہم دوفٹ پیچھے جا گرے دوبارہ کپڑے جھاڑتے ہوئے اٹھے اور ان لوگوں کی پرواہ کیے بغیر جو ہم پر ہنس رہے تھے' زبردستی بس میں سوار ہو گئے۔

بس مسافروں سے کھچا کھچ بھری ہوئی تھی۔ ہم نے کنڈیکٹر کو مسافروں سے پیسے لیتے ہوئے دیکھا تو بے اختیار ہم نے بھی کرائے کیلئے جیب میں ہاتھ ڈالا اور کرایہ ادا کیا۔

ہمارا سٹاپ آنے والا تھا۔ ہم گیٹ کے پاس آ کر کھڑے ہو گئے اب ایک نیا مسئلہ درپیش ہوا بس کے رکتے ہی مسافر بس میں دھڑادھڑ سوار ہونے لگے۔

ہم نیچے اترنے کی کوشش کرتے' لیکن چڑھنے والے مسافر زیادہ تھے اس لیے ہم پھر اوپر پہنچ جاتے بڑی مشکل سے اتر پائے۔ اب ہمیں آدھا راستہ پیدل طے کرنا تھا۔

ہم خوش تھے کہ چلو بس سے تو جان چھوٹی۔ لیکن جب ہم نے گھڑی دیکھی تو ہماری خوشی فوراً رخصت ہو گئی۔ آٹھ بجنے میں صرف پانچ منٹ باقی تھے اگر ہم بھاگ کر راستہ طے کرتے تو ممکن تھا کہ مقررہ وقت پر پہنچ جاتے۔

ہم نے بھاگنا شروع کیا آخر ہم سکول کے قریب پہنچ گئے۔ اب جو ہم نے نیچے نگاہ دوڑائی تو ہمارے داہنے پاؤں کا انگوٹھا جوتے سے باہر نکلا ہمارا منہ چڑا رہا تھا۔ ایسا لگتا تھا جیسے وہ بھی ہماری بے بسی پر ہنس رہا ہو۔ پھر ہمیں یاد آیا کہ ہم اس جوتے کی مرمت کروانا بھول گئے تھے۔

جیسے تیسے کر کے سکول پہنچ ہی گئے۔ پہلا پیریڈ کیمسٹری کا تھا۔ استاد سب کی کاپیاں چیک کر رہے تھے۔

جب ہماری باری آئی تو ہمیں یاد آیا کہ رات کو ہم کھیلنے میں اس قدر مصروف تھے کہ ٹائم ٹیبل سیٹ کرنا بھول گئے تھے۔

''چٹاخ'' کی آواز کے ساتھ ہی سر (استاد) نے ہمارے پیارے سے گال پر اپنی انگلیوں کے نشانات چھوڑ دیئے اور ہم سے کان پکڑ کر فوراً کھڑے ہو جانے کو کہا۔

صبح ہی صبح اس بھول کی وجہ سے دو مرتبہ ہماری شامت آ چکی تھی اور ہم پھر اپنے حافظے کو کوستے ہوئے کھڑے ہو گئے۔

آخر چھٹی ہو ہی گئی ہم اپنی سکول وین میں جا کر بیٹھ گئے۔

واپسی کا سفر آرام سے گزرا اور ہم خیر و عافیت سے گھر پہنچ گئے۔ وین ہمیں گلی کے موڑ پر اتار کر چلی گئی۔ ہم اپنے اوپر پڑنے والی آفات کا سوچ رہے تھے۔ بارش کی وجہ سے گلی میں جگہ جگہ کیچڑ پھیلی ہوئی تھی۔ اس لیے ہم سڑک کے کنارے چلنے لگے۔

ہم اپنی دھن میں مگن چلے جا رہے تھے اور گزرے ہوئے واقعات کے بارے میں سوچ رہے تھے کہ بدقسمتی سے ہمارا پاؤں کسی کم بخت کے پھینکے ہوئے کیلے کے چھلکے پر جا پڑا۔ ہم چھلکا پھینکنے والے کو برا بھلا کہتے ہوئے اٹھ کھڑے ہوئے۔ ہم بری طرح سے کیچڑ میں لت پت ہو چکے تھے اس لیے تیزی سے گھر کی طرف روانہ ہوئے۔ گھر کا دروازہ کھٹکھٹایا تو امی نکلیں اور ہمیں دیکھ کر کہنے لگیں ''معاف کرو بابا! ابھی کھانا نہیں پکا تھوڑی دیر بعد آنا'' یہ سن کر ہمارے تن بدن میں آگ لگ گئی' مگر ہم نے بڑی مشکل سے یقین دلایا کہ ہم ان کے بیٹے ہیں۔ یہ سن کر امی کھلکھلا کر ہنس پڑیں اور ہم اپنا غصہ ضبط کرتے ہوئے باتھ روم کی طرف چلے گئے۔

باتھ روم سے نکل کر کھانا کھایا اور اپنے کمرے میں جانے لگے تو ابو نے اپنے کپڑے دیتے ہوئے کہا کہ میرے کپڑے استری کر دینا مجھے شام کو ضروری کام سے جانا ہے۔

ہم نے ابو سے کپڑے تو لے لیے' لیکن تھکن سے ہمارا برا حال ہو رہا تھا ہم نے سوچا کہ ابھی تھوڑی دیر کیلئے سو جاتے ہیں۔ ابو کو کونسا ابھی جانا ہے بس یہ سوچ کر ہم اپنے بستر پر لیٹے اور تھکن کی وجہ سے فوراً ہی سو گئے۔ سو کر اٹھے تو تر و تازہ ہو چکے تھے کہ ابو کی آواز سنائی دی۔ عمر میرے کپڑے استری کر دیئے' جلدی سے لے آؤ مجھے دیر ہو رہی ہے اور اس کے ساتھ ہی ہم نے اپنے گال پر ہاتھ رکھ لیا کیونکہ اس وقت بجلی بھی نہیں تھی۔ شاید آپ لوگوں کو بھی ''چٹاخ'' کی ایک آواز سنائی دی ہو گی۔ دوستو! آپ نے دیکھ لیا کہ وقت پر کام نہ کرنے سے کتنا نقصان ہوتا ہے' امی ابو ناراض' اساتذہ ناراض اور پریشانیاں الگ اس لیے ہمیشہ اپنا کام وقت پر کیا کرو۔

جنات' تعویذات اور کالے علم کا توڑ

1۔ سورۂ بقرہ روزانہ ایک مرتبہ پانی پر دم کر کے پورے گھر میں چھڑکاؤ کریں اور خود پی لیں۔ یہ عمل متواتر اکتالیس دن تک کریں۔ 2۔ نماز فجر کے بعد روزانہ سات مرتبہ سورۂ فاتحہ' سورۂ فلق تین مرتبہ اور سورۃ الناس تین مرتبہ پڑھیں اور پانی پر دم کریں اور وہ پانی پی لیں۔ یہ عمل بھی اکتالیس دن تک کریں۔ (ایم۔ آر مروت)

جنات نے میری مدد کیوں کی؟؟؟

پھر دوسرے دن ایک جن اس کی جگہ دوسری عورت کی تربیت کررہا تھا کہ کس طرح اسے برائی میں مبتلا کرنا ہے' میں یہ باتیں سن رہا تھا اور حیران بھی ہورہا تھا کہ یہ سب ان جنات کی کارستانی ہے جنہوں نے مجھے اتنے برس سے گناہوں میں مبتلا رکھا۔

(مسعود اکبر خان' راجن پور)

محترم حکیم صاحب! میرے ساتھ جنات کا مسئلہ تھا آپ نے مجھے ان سے نجات کا وظیفہ بتایا میں وہ پابندی سے کررہا ہوں۔ایک دن ہم اپنے گھر بیٹھے ہوئے تھے کہ ایک گرج دار آواز اور سائے حرکت کرتے نظر آئے۔لگتا تھا کہ کوئی آ گیا ہے۔ اس وقت ایک للکارتی ہوئی آواز آئی ''کون ہے جو ہمارے مسلمان کو تنگ کرتا ہے؟'' یا ایسی ہی کوئی آواز تھی۔ایسا لگتا تھا جیسے کوئی سپاہی باوردی کھڑا ہو۔سائے حرکت کرتے نظر آئے اس کے ساتھ ہی ایک چیخ عورت کی سنائی دی۔ پکڑو پکڑو......وغیرہ' میں بچوں کی ماں ہوں......مجھے کچھ نہ کہو......مگر اس کا جرم ایسا تھا جو قابل معافی نہ تھا۔اسے گرفتار کرلیا گیا ہے پھر کچھ دیر بعد کچھ ننھے منے سائے میرے قریب آکر بیٹھ گئے۔آواز آئی انہیں کلمہ شریف پڑھا دیں جس کا میں انکار نہ کرسکا۔بہت رعب چھایا ہوا تھا۔دبدبہ تھا۔میں نے کلمہ پڑھانا شروع کیا انہوں نے کلمہ پڑھا۔شاید یہ جنات کے بچے تھے۔ پھر نماز اور اچھی اچھی باتوں کی تلقین کی۔ پھر یہ آہستہ آہستہ غائب ہوگئے۔ پھر ان کے جانے کے بعد ایک جن اپنے کسی ساتھی کو بتا رہا تھا کہ اگر اسے (مجھے) تنگ کیا گیا تو جو بھی ایسا کرے گا اسے گرفتار کرلیا جائے گا۔ پھر جب سب لوگ چلے گئے تو ایک ''شرارتی جن'' کہہ رہا تھا کیا ہوا اگر ایک گرفتار ہوگئی ہمارے پاس بہت ہیں۔ پھر دوسرے دن ایک جن اس کی جگہ دوسری عورت کی تربیت کررہا تھا کہ کس طرح اسے برائی میں مبتلا کرنا ہے' میں یہ باتیں سن رہا تھا اور حیران بھی ہورہا تھا کہ یہ سب ان جنات کی کارستانی ہے جنہوں نے مجھے اتنے برس سے گناہوں میں مبتلا رکھا۔

قبر کھلی اور آواز آئی......

(غلام مجتبیٰ' راولپنڈی)

یہ واقعہ میرے ساتھ ربیع الاول کے مہینے میں پیش آیا۔ قبرستان والی مسجد میں جلسہ تھا۔ میں اور میرے دوست بھی جلسہ میں شریک تھے۔ ہم سب کا یہ فیصلہ تھا آج کے اس عظیم الشان جلسے میں ضرور جائیں گے اور میں نے کہا رات تقریباً آٹھ بجے میرے ہاں آجانا وہ سب اپنے وعدہ کے مطابق آگئے اور ایک ساتھ ہم چلے گئے اور عشاء کی نماز وہاں جاکر پڑھی۔ اتنی دیر میں مفتی صاحب آگئے اور تقریر شروع ہوگئی۔ تقریر اتنی اچھی تھی کہ گھر جانے کا خیال ہی نہیں رہا۔گھر اتنی دور تھا کہ پیدل چلنے سے آدھا گھنٹہ لگتا تھا اور جب ایک دوست پانی پینے گیا تو ٹائم دیکھا تو بارہ بجے ہوئے تھے اور اس نے کہا چلو بہت دیر ہوچکی ہے میں نے کہا اچھا چلتے ہیں۔ جب جلسہ ختم ہوا تو دیکھا کوئی بھی دوست نہیں ہے۔ میں نے سوچا کہ چلو قبرستان کے درمیان سے چلتے ہیں اور میں چل دیا...... جب آدھے سے زیادہ فاصلہ طے کیا تو ایک قبر سے چیخ کی آواز آئی......میں رک گیا اور پیچھے پلٹ کر دیکھا کہ اچانک قبر کھلی اور ایک خوفناک بلا نکلی اور مجھ کو آواز دی کہ امجد رک جاؤ ورنہ اچھا نہیں ہوگا۔ میں نے اس کی ایک نہ سنی اور آیۃ الکرسی پڑھنا شروع کردی۔ اتنی دیر میں گھر آ گیا اور میں بیہوش ہوگیا اور جب ہوش آیا تو دیکھا کہ میرے سب دوست میرے پاس ہیں اور مجھے دس دن تک بخار رہا۔

میری زندگی کا خوفناک ترین واقعہ

(زین علی' لاہور)

میں جو واقعہ آپ کو سنانے جارہا ہوں یہ میرے ساتھ 2008ء میں پیش آیا۔ میں اکثر رات کو کمپیوٹر پر گیم کھیلتا رہتا ہوں آدھی آدھی رات تک۔ایک رات میں بہت دیر تک کمپیوٹر پر بیٹھا رہا۔ وقت گزرنے کا احساس ہی نہ ہوا کہ رات کے دو بج گئے۔ اچانک مجھے پائل کی جھنکار کی آواز آئی۔ میں نے ایک دم سے پیچھے مڑ کر دیکھا تو ایک خوبصورت لڑکی کھڑی تھی۔ میں نے اس سے گھبرا کر پوچھا آپ کون ہیں؟ اور یہاں کیا کررہی ہیں؟ تو وہ زور زور سے ہنسنے لگی تو میں ایک دم سے گھبرا گیا اچانک اس کی شکل تبدیل ہونا شروع ہوگئی۔اس وقت مجھے جتنی قرآنی سورتیں یاد تھیں میں نے پڑھنا شروع کردیں۔ ایک دم سے وہ چڑیل غائب ہوگئی اور آواز آئی اگر آج تو یہ قرآنی آیات نہ پڑھتا تو میں تم کو نہ چھوڑتی۔ اس واقعہ کے بعد کئی روز تک میں بخار میں مبتلا رہا۔

کلمہ سوم کا تجزیہ

نواب دین' شیخوپورہ

فرشتے برابر اس کلمے کو پڑھتے رہے یہاں تک کہ حضرت آدم علیہ السلام وجود میں آئے اور ان کو چھینک آئی تو الحمدللہ پڑھنے کا حکم دیا

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے عرش بنایا اور فرشتوں کو اسے اٹھانے کا حکم دیا تو فرشتوں کو عرش بہت وزنی محسوس ہوا اس وقت فرشتوں کو سبحان اللہ پڑھنے کو کہا چنانچہ اس کو پڑھتے ہی عرش اٹھانا آسان ہوگیا فرشتے برابر اس کلمے کو پڑھتے رہے یہاں تک کہ حضرت آدم علیہ السلام وجود میں آئے اور ان کو چھینک آئی تو الحمدللہ پڑھنے کا حکم دیا اس کے جواب میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا یرحمک اللہ۔ فرشتوں نے یہ کلمہ سنا تو سبحان اللہ کے ساتھ الحمدللہ بھی پڑھنے لگے' حضرت نوح علیہ السلام کا زمانہ آیا تو بت پرستی کیخلاف اللہ نے حکم دیا کہ قوم کو لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ کی تلقین کرو۔ فرشتوں نے اس کو بھی ملا کر پڑھنا شروع کردیا حتیٰ کہ حضرت ابراہیم علیہ السلام کا زمانہ آیا حضرت ابراہیم علیہ السلام کو حضرت اسماعیل علیہ السلام کی قربانی کا حکم ملا۔ تعمیل کرنے لگے تو جنت سے جبرائیل علیہ السلام دنبہ لیکر آئے کہ اسماعیل علیہ السلام کی جگہ اس کو قربان کردو۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کی زبان سے خوشی سے نکلا اللہ اکبر۔ فرشتوں نے اس کو بھی ملا لیا اور یوں پڑھنے لگے یہاں تک کہ حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا زمانہ آیا۔ حضرت جبرائیل علیہ السلام نے یہ واقعہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کو سنایا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اظہار تعجب کیلئے فرمایا لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ فرشتوں نے یہ بھی ساتھ ملا لیا اور یوں تیسرا کلمہ مکمل ہوا۔اس میں بے شمار فضائل ہیں کم از کم صبح وشام اس کی ایک ایک تسبیح ضرور پڑھنی چاہیے۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اس آیت کے حروف کا مجموعہ بھی 19 ہے اس میں پہلا لفظ بسم ہے جو قرآن پاک میں 19 بار آیا ہے دوسرا لفظ اللہ کا مجموعہ ہے جو 2698 ہے جو کہ 19 پر پورا تقسیم ہوتا ہے۔ تیسرا لفظ الرحمن کا مجموعہ 57 جو کہ 19 پر پورا تقسیم ہوتا ہے چوتھا لفظ الرحیم ہے جو کہ 114 مرتبہ ہے اور 19 پر پورا تقسیم ہوتا ہے۔

ماں کی دعا: حضرت موسیٰ علیہ السلام اللہ کے جلیل القدر پیغمبر تھے آپ علیہ السلام کوہ طور پر اللہ تعالیٰ سے ہم کلام ہونے کیلئے جاتے تھے تو آپ کی سلامتی کی دعا آپ کی ماں کے مقدس لبوں پر تھی۔ والدہ محترمہ کے انتقال کے بعد جب آپ کوہ طور جارہے تھے تو غیب سے آواز آئی ''اے موسیٰ'' ذرا سنبھل کر اب تمہارے لیے دعا

عورتوں کو گدھی بنانیوالے جادوگر کا بھیانک انجام

عورت آدھی رات کے بعد اپنی نیند سے اٹھتی گھر کے باہر جیسے ہی وہ قدم نکالتی وہ عورت گدھی کا روپ دھار لیتی اور وہ گدھی چلتی چلتی سیدھا موبین کے دروازے پر۔بس وہ عورت یا لڑکی پوری طرح موبین کے قبضے میں۔۔۔

بلی کو نہ مارنا ورنہ بیٹی مرجائیگی

(رشیدہ خانم)

پچھلے دنوں بہن کے گھر ایک دن رہنے کا اتفاق ہوا۔اس کا گھر نہر کے کنارے ہے وہاں پر اکثر سانپ نکلتے ہیں ایسے ویسے سانپ نہیں بلکہ میں نے اپنی آنکھوں سے 3 فٹ لمبا سانپ دیکھا باقاعدہ منہ اٹھائے چلا جا رہا تھا۔قصہ یہ ہوا کہ ایک سانپ کہیں سے آیا کوٹھی کے کوارٹر سے ایک لڑکے نے سانپ پر پٹرول چھڑک کر ماچس کی تیلی جلا کر پھینک دی وہ سانپ تڑپ تڑپ کر مر گیا۔اگلے دن وہ لڑکا باپ کے ساتھ موٹرسائیکل پر فیصل آباد گیا راستے میں ٹرک سے ٹکر ہوگئی باپ مر گیا اور جس لڑکے نے سانپ مارا تھا اس کی دونوں ٹانگیں ٹوٹ گئیں۔اس لیے احادیث مبارکہ میں آتا ہے کہ کسی جاندار چیز کو جلانا نہیں چاہیے۔میری امی کے گھر کے سامنے ایک موچی کا گھرانہ تھا۔ایک بلی نے موچی کی پتیلی سے دودھ پی لیا۔موچی نے غصہ میں آکر بلی کو پٹخ پٹخ کر مار دیا۔ادھر اس نے بلی ماری ادھر اس کی بیاہی ہوئی بیٹی نے پانی پیا وہ پانی اس کے گلے میں اٹک گیا سانس بند ہوئی اور کھڑے کھڑے گر کر مر گئی۔اب وہ کہتا پھرتا ہے بلی کو کبھی نہ مارنا ورنہ بیٹی مرجاتی ہے۔بدلہ فوری ہے۔

عورتوں کو گدھی بنانیوالے جادوگر کا بھیانک انجام

(بنت جمشید چغتائی)

آج جو واقعہ آپ کو سنانے جارہی ہوں یہ بنوں کا ہے۔اور تقریباً 25 سال پرانا ہے' بنوں کے لوگ جانتے ہیں بلکہ وہ بنوں کا مانا ہوا جادوگر تھا۔تقریباً دس سال پہلے وہ مرا۔۔۔اس کی موت اتنی اذیت ناک تھی کہ جس نے دیکھا اللہ سے پناہ مانگی۔پورا ایک مہینہ وہ نزع کی حالت میں تھا مگر اس کی روح جسم سے نہیں نکلتی تھی' بہت مشکل سے ایک ماہ نزع کی حالت میں رہ کر جب اس کی روح نے پرواز کی تو زمین اسے جگہ دینے کو تیار نہ تھی' پوری تین جگہ اس کی قبر کھودی گئی مگر ہر جگہ نہایت ہی سخت تھی' بمشکل جب قبر تیار ہوئی تو اس میں بچھو اور سانپ موجود تھے' دوسری جگہ قبر بنائی گئی تو وہاں بھی سانپ اور بچھو اور پھر تیسری جگہ جب قبر تیار ہوئی تو سابقہ حالات سے ہی پالا پڑا۔قبر بنانے والے لوگ زمین کھود کھود کر تھک چکے تھے اس لیے انہوں نے تیسری مرتبہ وہی حالات دیکھ کر کہا کہ مزید ہم کھدائی نہیں کرسکتے اس لیے بہتری اسی میں ہے کہ میت کو اسی قبر کے حوالے کردیں۔مشترکہ فیصلہ کرکے اس قبر میں پھینک کر قبر بند کردی گئی۔پہلے آپ اس کے ایک چیلے کا واقعہ سنیے۔اس کے چیلے نے اس سے تھوڑا علم حاصل کرکے اپنے آپ کو مانگنے والا فقیر بنالیا اور ہر گھر کا دوازہ کھٹکھٹا کر بھیک مانگتا اور عموماً اس وقت جب لوگ کاموں پر گئے ہوتے۔جس گھر میں کوئی بچہ بھی نہ ہوتا اور وہ تانک جھانک کرتا اور جس گھر میں کوئی خوبصورت عورت دل کو بھا جاتی اس سے خیرات لیکر اس کو تعویذ دھاگے کے چکر میں پھنسا لیتا۔اسی طرح ایک مرتبہ وہ بنوں کی ایک سید فیملی کے دروازے پر گیا۔معمول کے مطابق مرد گھر میں موجود نہیں تھے' خیرات دینے کیلئے عورت دروازے پر آئی۔

فقیر نے کہا کہ میں تم سے خیرات نہیں لیتا میرا علم کہتا ہے کہ تم پر کسی نے جادو کیا ہے بس تم اپنے تھوڑے سے بال مجھے دو میں تمہارے جادو کا توڑ کرونگا۔وہ عورت بھی سیدزادی تھی کہنے لگی اچھا لاتی ہوں' اندر جاکر اس نے (گائے کا جو بچھڑا مرجاتا ہے اس کے چمڑے میں بھس بھر دیتے ہیں) اس چمڑے کی دم سے بال کاٹ کر لے آئی اور اس فقیر کو دے دیئے۔وہ فقیر بھی بڑا خوش کہ چلو اک نیا شکار پھنسا لیا۔جب اس کا شوہر گھر آیا تو اس نے فقیر کی پوری بات بتائی۔شوہر نے کہا اچھا کیا۔پھر کھانا کھا کر آرام کرنے لگا جب رات ہوئی تو جس کمرے میں گائے وغیرہ تھی اس کمرے سے آواز آنے لگی اس کا شوہر اٹھا اور جانوروں کے کمرے میں گیا اور یہ دیکھ کر اس کی حیرت کی انتہا نہ رہی کہ گائے کے بچھڑے کا چمڑا اچھل رہا ہے۔عورت کا شوہر پوری بات سمجھ گیا اس نے دروازہ بند کیا اور اپنے دو دوست ساتھ لیے اور گھاس کاٹنے والا آرہ لیا پھر کمرے کا دروازہ کھول دیا اب چمڑہ اچھل اچھل کر ایک طرف چل پڑا۔پیچھے وہ اور اس کے دوست چھپتے چھپاتے تعاقب کرتے رہے۔اب وہ چمڑا قبرستان میں داخل ہوگیا اور بالکل قبرستان کے درمیان میں وہ فقیر جھونپڑے کے باہر اسی طرف دیکھ رہا تھا۔مگر وہ حیران ہوا کہ عورت کی بجائے کوئی اور چیز اس کی سمت آرہی ہے۔پھر عورت کے شوہر نے آکر اس کو پکڑ لیا۔اس نے کہا کہ میں غلط تھا میں نے عورت کا غلط استعمال کیا مگر اب میں توبہ کرتا ہوں مگر اس عورت کے شوہر نے کہا کہ میں پھر تمہیں مہلت دیکر اور گھروں کو خراب کرنے نہیں دونگا اور اپنے دوستوں کے ساتھ اس کا کام تمام کردیا' بعد میں پولیس کو ساری تفصیل بتادی کیس چلا اور وہ باعزت بری ہوگیا۔

اب سنیے اس فقیر کو یہ عمل سکھانے والے جادوگر کا حال۔۔۔

جب بھی کوئی عورت اس کے پاس کوئی جادو کی غرض سے آتی تو وہ پہلی بات کرتا مجھ سے پردہ نہیں کرو' اگر کوئی کم عمر لڑکی یا عورت دل کو بھا جاتی تو اس کا بائیوڈیٹا تو پہلے ہی پوچھ چکا ہوتا اور پھر کہتا جب تمہیں ایام آئیں تو پھر آنا اور عورتیں بھی اپنا مقصد پانے کیلئے اس کی ہر بات پوری کرتیں اور جب رات ہوتی تو وہ اپنے عمل کے زور سے اپنی مطلوبہ لڑکی یا عورت کو اپنے کنٹرول میں کرلیتا وہ بالکل اسکے قابو میں ہوتی' عورت آدھی رات کے بعد اپنی نیند سے اٹھتی گھر کے باہر جیسے ہی وہ قدم نکالتی وہ عورت گدھی کا روپ دھار لیتی اور وہ گدھی چلتی چلتی سیدھا اس جادوگر کے دروازے پر۔بس وہ عورت یا لڑکی پوری طرح اس جادوگر کے قبضے میں۔۔۔اس کا غلط استعمال کرنے کے بعد پھر اس عورت گدھی کا روپ دیکر واپس کردیتا اور وہ اپنے گھر پہنچ کر صحیح حالت میں آجاتی۔اس طرح اس نے اپنے جادو سے ہر کسی کا نقصان کیا خاص کر عورتوں کا۔۔۔جس کی قیمت ان عورتوں کو بہت بڑی چکانا پڑتی مگر صرف اور صرف دنیاوی مفاد کی خاطر عورتیں اس کے اڈے پر پروانوں کی طرح موجود ہوتیں۔

اللہ رب العزت ہمارا حامی و ناصر ہو اور ہماری ان بہنوں کو جو کہ جادوگروں کے چکروں میں پڑ کر نجانے کیا کیا قیمت

دانتوں کے درد کا علاج

جن صاحبان کے دانتوں میں درد' سوزش' پیپ وغیرہ ہو ان کیلئے پھٹکڑی ایک نعمت ہے۔5 گرام پھٹکڑی کو ایک گلاس پانی میں گرم کرلیں' جب پھٹکڑی پگھل جائے' پانی میں گھل جائے تو اس کو دانتوں اور مسوڑھوں پر مل لیا کریں' انشاءاللہ بہت نفع ہوگا۔(عبدالماجد)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

نومبر کے جوابات

1۔ آپ رات کو سوتے وقت کھیرا لیکر اس کے قتلے کاٹ لیں پھر ان قتلوں کو آنکھوں پر کم از کم پندرہ یا 30 منٹ رکھیں اگر کھیرا میسر نہ ہو تو آپ آلو بھی استعمال کرسکتی ہیں۔ چکنی جلد کیلئے آپ دو گرام بیسن لے کر اس میں ہم وزن عرق گلاب ڈال کر پیسٹ بنالیں اور اس پیسٹ کو اپنے چہرے پر مل لیں اور آدھا گھنٹہ بعد چہرہ دھولیں۔ **(ہادیہ بشیر' اسلام آباد)**

2۔ بہن آپ علیحدہ کمرے میں باپردہ ماحول میں کم از کم پانچ سے دس منٹ دیوار کے ساتھ ٹیک لگا کر الٹی کھڑی ہوجائیں۔ اس طرح کرنے سے آپ کے دماغ میں دوران خون بڑھ جائے گا اور بالوں کے بہت سے مسائل ٹھیک ہوجائیں گے۔ **(محمد شاہان' لاہور)**

3۔ میرے بچے کا بھی یہی مسئلہ تھا میں نے اس سلسلے میں عبقری کے دفتر رابطہ کیا تو انہوں نے مجھے اَفَحَسِبْتُمْ اور اذان کے عمل کا بتایا میں یہ عمل کچھ عرصہ کیا اللہ نے میرے بچے کو صحت دیدی' آپ ڈاکٹری ادویات فوری نہ چھوڑیں' آہستہ آہستہ چھوڑیں۔ اَفَحَسِبْتُمْ کا عمل درج ذیل ہے: **طریقہ عمل:** مکمل اذان اور سورۂ مومنون کی آخری چار آیات، دونوں عمل مریض کے دونوں کانوں میں اول و آخر تین، تین دفعہ درود شریف کے ساتھ صبح و شام سات، سات بار پڑھ کر دم کریں اور اگر مریض خود کرے تو وہ پہلے اپنے دائیں کان کا تصور کرکے دائیں کندھے پر دم کرلے اور پھر بائیں کان کا تصور کرکے بائیں کندھے پر دم کرلیں۔

انتہائی سخت پریشانی اور مجبوری کی صورت میں یہی عمل ہر گھنٹہ بعد کریں۔ **(شکیلہ ملتان)**

4۔ لگتا ہے آپ پابندی کے ساتھ نماز ادا نہیں کرتیں' آپ صبح فجر کی نماز ادا کریں اور نماز کے بعد مت سوئیں بلکہ باپردہ ماحول میں ورزش کریں' انشاء اللہ آپ کا سارا دن فریش گزرے گا۔ اس کے ساتھ آپ ہر روز رات کو نیم گرم دودھ میں ایک چمچ شہد ڈال کر پی لیا کریں۔ آپ شہد کو تازہ پانی میں ڈال کر بھی پی سکتی ہیں۔ رات کو عشاء کی نماز پڑھ کر فوراً سو جایا کریں تا کہ آپ صبح کو فجر کے وقت تازہ دم اٹھیں۔ **(محمد آصف' لاہور)**

دسمبر کے سوالات

1۔ محترم قارئین السلام علیکم! کچھ عرصے سے ہمارے گھر میں تمام فرنیچر میں کھٹمل ہوگئے ہیں کافی سپرے وغیرہ کروائے' وقتی فائدے کے بعد یہ زیادہ شدت سے ہوجاتے ہیں ان کے خاتمے کیلئے کوئی مؤثر حل/عمل بتادیں تا کہ ان سے ہمیں مستقل نجات مل جائے۔ اس وجہ سے ہمارے گھر میں بہت زیادہ پریشانی اور ٹینشن ہے۔ اگر کوئی روحانی عمل ہو تو بھی ضرور بتائیں۔ (نوید عمران' لاہور)

2۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہم تین بہنیں اور دو بھائی ہیں ہم اچھا کھاتے پیتے ہیں لیکن ہم پر کچھ اثر نہیں کرتا' دن بدن کمزور سے کمزور تر ہوتے جارہے ہیں' رنگت سانولی ہوگئی ہے اور جلد مرجھا سی گئی ہے کوئی نہ کوئی تکلیف ضرور ہوجاتی ہے۔ اس امر کی وجہ سے ہمارے والدین بہت زیادہ پریشان ہیں۔ براہ مہربانی ہمیں کوئی اچھا سانسخہ یا روحانی وظیفہ بتائیں تا کہ ہمیں اللہ صحت جیسی نعمت سے نوازے۔ (پوشیدہ)

3۔ قارئین میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے جسم پر بہت زیادہ میل جم جاتا ہے حالانکہ میں روزانہ پابندی سے نہاتا ہوں تو لیے سے جسم کو رگڑ کر صاف کرتا ہوں' دوسرے دن پھر اسی طرح میل کی تہہ جم جاتی ہے خاص کر سردیوں میں سارا جسم سیاہ ہوجاتا ہے۔ جس کی وجہ سے ہاتھ پیر مجلس میں چھپا کر بیٹھتا ہوں کوئی خیرخواہ میرے اس مسئلے کا سادہ سا حل بتادے اللہ جزائے خیر عطا فرمائے۔ **(محمد قاسم' راجن پور)**

4۔ محترم قارئین! میری بہن جس کی عمر تقریباً 45 سال ہے وہ عرصہ 6 ماہ سے کندھے کے جوڑوں کے درد میں مبتلا ہے' جوڑوں کے سپیشلسٹ کو دکھایا تو انہوں نے 3 ہزار کا ٹیکہ تجویز کیا جو جوڑ میں لگانا تھا وہ اس کی تکلیف اور ڈر کی وجہ سے ٹیکہ بھی نہیں لگوا رہی لیکن اس کو کندھے کی تکلیف بھی آرام نہیں لینے دے رہی آپ مہربانی کرکے اس کا کوئی بہترین نسخہ تجویز کردیں تا کہ میری بہن کو آرام آجائے۔ آپ کی بہت مہربانی ہوگی ہم سب آپ کیلئے دعا گو رہیں گے۔ ساتھ بلڈ پریشر کا نسخہ بھی لکھ دیں۔ **(شائستہ صدیقی' راولپنڈی)**

مناقب صحابہ واہل بیت

انتخاب: مکی احمد پوری

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے (بارگاہ رسالت مآب ﷺ میں) عرض کیا: یارسول اللہ! ﷺ آپ کو میرے اور حضرت فاطمہ (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) میں سے کون زیادہ محبوب ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: فاطمہ (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) مجھے تم سے زیادہ پیاری ہے اور تم میرے نزدیک اس سے زیادہ عزیز ہو''۔ **(طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ جب سفر کا ارادہ فرماتے تو اپنے اہل وعیال میں سے سب کے بعد جس سے گفتگو کرکے سفر پر روانہ ہوتے وہ سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہوتیں اور سفر سے واپسی پر سب سے پہلے جس کے پاس تشریف لاتے وہ بھی حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہی ہوتیں اور یہ کہ حضور نبی اکرم ﷺ سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرماتے: (فاطمہ!) میرے ماں باپ تجھ پر قربان ہوں۔ **(حاکم)**

حضرت مسروق رضی اللہ تعالیٰ عنہا روایت کرتے ہیں کہ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا: ہم حضور نبی اکرم ﷺ کی ازواج مطہرات آپ ﷺ کے پاس جمع تھیں اور کوئی ایک بھی ہم میں سے غیر حاضر نہ تھی' اتنے میں حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ تعالیٰ عنہا وہاں تشریف لے آئیں' تو اللہ کی قسم ان کا چلنا حضور اکرم ﷺ کے چلنے سے ذرہ بھر مختلف نہ تھا۔ **(متفق علیہ' بخاری)**

ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا روایت کرتی ہیں کہ میں نے حضور نبی کریم ﷺ کی صاحبزادی سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے بڑھ کر کسی کو عادات واطوار' سیرت و کردار اور نشست و برخاست میں آپ ﷺ سے مشابہت رکھنے والا نہیں دیکھا۔ **(ترمذی' ابوداؤد)**

حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ کوئی بھی شخص حسن بن علی رضی اللہ عنہما اور حضرت فاطمۃ الزہراء (رضی اللہ تعالیٰ عنہا) سے بڑھ کر حضور ﷺ سے مشابہت رکھنے والا نہیں تھا۔ **(امام احمد بن حنبل)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر



مبارک خواب

میں نے خواب میں دیکھا کہ میری شادی ہورہی ہے۔ (حقیقت میں' میں کنواری ہوں) سرخ جوڑا پہنا ہوا ہے اور مجھے تیار کرکے میری امی کے پاس لے کرآئے ہیں (جو کہ فوت ہوچکی ہیں) امی صحن میں بیٹھی ہوئی ہیں۔ انہوں نے مجھے پیار کیا۔ میرے سر پر ہاتھ پھیرا اور مجھے کچھ پیسے دیئے کہ یہ رکھ لو میری طرف سے اور 20,20 روپے میری تائی کی طرف سے دیئے (جو کہ فوت ہوچکی ہیں) اور مجھے رخصت کردیا جبکہ بارات کا کوئی نام نہیں تھا اور نہ میں نے دولہا کو دیکھا۔ مجھے کہا کہ تم خود دولہا کے گھر جاؤ گی لوگ مجھے رخصت کرکے ساتھ والے گھر میں لے گئے اور کہا کہ یہ تمہارا سسرال ہے اور مجھے چھوڑ کر گھر واپس آگئے۔ میری سسرال والوں نے بھی مجھے بہت پیار دیا اور میری آنکھ کھل گئی۔ **(س' لاہور)**

تعبیر: بہت مبارک خواب ہے۔ آپ کی انشاء اللہ مراد پوری ہوگی اور کاموں میں حائل رکاوٹیں دور ہونے کا بھی اشارہ ہے۔ آپ **یَالَطِیۡفُ** کثرت سے پڑھا کریں۔

پریشان کن خواب

میں اکثر پریشان خواب دیکھتی ہوں' کبھی دیکھتی ہوں گائے بھینسیں میرے پیچھے بھاگ رہی ہیں لیکن ہر دفعہ میں ان سے بچ جاتی ہوں وہ مجھے نقصان نہیں پہنچا پاتیں کیونکہ میں کبھی کسی گھر میں یا کسی دیوار کے پیچھے چھپ کر اپنی جان بچا لیتی ہوں کئی دفعہ میں نے سانپ دیکھا وہ مجھے دیکھتا ضرور ہے لیکن دیوار کے ساتھ ساتھ چلتا ہوا باہر نکل جاتا ہے کبھی خواب ہی میں کوئی اسے مار بھی دیتا ہے لیکن میں اسے پہچانتی نہیں ہوں۔ **(سویرا' راولپنڈی)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق کچھ بدخواہ آپ کو نقصان پہنچانے کا ارادہ رکھتے ہیں لیکن انشاء اللہ پہلے کی طرح آئندہ بھی وہ اپنے ارادوں میں ناکام ہوں گے۔ آپ ہر نماز کے بعد آیۃ الکرسی اور **یَاحَفِیۡظُ** 119 بار پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیا کریں۔

ہماری شادی ہوگئی

میں نے دیکھا کہ میں اس لڑکی (د۔ر) کے گھر گیا ہوں اور اس کی اماں جان سے ملنے کے بعد میں د۔ر سے ملا۔ ہم دونوں کافی دیر تک باتیں کرتے رہے اور میں نے دیکھا کہ ہماری شادی ہوگئی۔ **(پوشیدہ)**

تعبیر: آپ کے خواب کی تعبیر آپ کے خواب کے بالکل برعکس ہے یعنی آپ جس لڑکی کو پسند کرتے ہیں اس سے آپ کی شادی ممکن نہیں' بہتر ہوگا کہ یہ معاملہ بڑوں کے سپرد کردیں' اسی میں آپ کیلئے بہتری ہے۔

آج تمہارا نکاح ہے

میں نے دیکھا کہ مجھے بہت سخت بخار ہے اور گھر میں اکیلی ہوں' سوچتی ہوں کہ کیوں نہ اپنی فرینڈ کے گھر چلی جاؤں۔ گھر واپسی میں ابو مجھے مل جاتے ہیں' کہتے ہیں چلو بیٹا تیار ہوجاؤ اتنے میں گھر میں خواتین جمع ہوتی ہیں۔ اتنے میں میرے ابو میرے کمرے میں آکر کہتے ہیں تم تیار نہیں ہوئیں؟ جلدی سے تیار ہوجاؤ آج تمہارا نکاح ہے۔ یہ سن کر میں رونا شروع کردیتی ہوں کہ ابھی میں فرسٹ ایئر میں ہوں اور ان کو میری شادی کی پڑی ہے۔ اتنے میں دولڑکیاں اور دولڑکے آتے ہیں' میں انہیں نہیں جانتی پھر ایک لڑکا کہتا ہے کیسی ہیں آپ؟ میرا نام یاسر ہے۔ ان دونوں لڑکیوں میں سے ایک کہتی ہے کہ یہ لڑکا کتنا جھوٹا ہے پہلے کہتا تھا میرا نام ابرار ہے اور اب کہتا ہے کہ میرا نام یاسر ہے۔ میں سوچتی کہ جو شخص نام کے بارے میں جھوٹ بول سکتا ہے وہ اور بھی بہت سے جھوٹ بول سکتا ہے پھر میرا ان نامعلوم لڑکے سے نکاح ہوجاتا ہے۔ پھر میری اور اس کی ایک دن ملاقات ہوتی ہے میں اس کو کہتی ہوں کہ ابھی ہمارا صرف نکاح ہوا ہے کونسی رخصتی ہوئی ہے آپ مجھے طلاق دیدیں۔ پھر ایک دن وہ ہمارے گھر آتا ہے اور ایک کاغذ میرے ہاتھ میں دے کر کہتا ہے کہ لیجئے میں نے آپ کی خواہش پوری کردی۔

تعبیر: آپ کا خواب ملا جلا سا ہے جس کے مطابق آپ کے بعض جذباتی فیصلے آپ کی زندگی پر گہرا اثر چھوڑیں گے۔ لیکن اللہ کی مدد سے یہ فیصلے بہت درست ثابت ہوں گے۔ آپ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح **یَااَللّٰہُ یَاحَقُّ** پڑھا کریں۔

خانہ کعبہ کا دروازہ

میں دیکھتا ہوں کہ میں خانہ کعبہ کے دروازے پر کھڑا ہوں جس سے سارا حرم بالکل صاف نظر آرہا تھا' لوگ بیت اللہ کا طواف کررہے ہیں۔ اچانک ایک شخص آکر کھڑا ہوتا ہے اور بلند آواز میں کہتا ہے کہ تمام لوگ بیت اللہ کو خالی کردو اور میرا نام لے کر کہتا ہے کہ یہ اکیلا طواف کریگا۔ منظر بدلتا ہے اور سارا بیت اللہ خالی ہوجاتا ہے اور میں بیت اللہ کا اکیلا طواف کرتا ہوں۔ معلوم نہیں کتنے چکر لگاتا ہوں کہ اچانک خود کو روضہ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کے اندر پاتا ہوں۔ میں نے دیکھا کہ وہاں پر تین قبر اقدس موجود ہیں جن کے سامنے میں کھڑا ہوں۔ پھر میں روضہ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے بیٹھ کر رو رو کر اپنے گناہوں کی معافی مانگتا ہوں۔ **(قاسم' گوجرانوالہ)**

تعبیر: میرے محترم! خواب اور اس کی تعبیر کے بارے میں یہ بات ہمیشہ ذہن میں رکھیں کہ تعبیر کسی ایسے شخص سے پوچھنی چاہیے جس پر مکمل اعتبار ہو اور دینی علم رکھنے والا ہو اور ہر خواب ہر بندے کے سامنے بیان بھی نہیں کرنا چاہیے۔ کیونکہ تعبیر بیان کرنے سے پہلے خواب کی حیثیت ایک مقفل بکس کی سی ہوتی ہے اور تعبیر بیان کرنے کے بعد کھلے ہوئے بکس کی تاہم آپ کا خواب بہت مبارک ہے آپ کو اللہ اور اس کے رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم کی محبت نصیب ہوگی اور انشاء اللہ گناہوں کی معافی اور پاکیزہ زندگی گزارنے کا بھی اشارہ ہے۔

الفاظ کہاں گئے۔۔۔؟؟؟

میں آسمان کی طرف دیکھتی ہوں تو روشنی کی بہت تیز شعاعیں نکلتی ہیں جو کہ مختلف رنگوں کی اور ستاروں کی مانند ہوتی ہیں میں انہیں دیکھ کر بہت حیران ہوتی ہوں کہ شعاعیں ستاروں کی شکل میں کیسے بدل گئی ہیں اچانک وہ روشنی اپنی شکل بدل لیتی ہیں اور اس روشنی سے محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے الفاظ بن جاتے ہیں۔ میں یہ منظر دیکھ کر بے اختیار چلا کر سبحان اللہ اور ماشاء اللہ کے الفاظ کہتی ہوں کہ اچانک وہ الفاظ ٹوٹ کر نیچے گرنے لگتے ہیں ان میں سے صلی اللہ علیہ وسلم کے الفاظ خود بخود میرے ہاتھوں میں آجاتے ہیں۔ میں ان کو سینے سے لگا کر سوچتی ہوں کہ محمد (صلی اللہ علیہ وسلم) کے الفاظ کہاں گئے؟؟؟ **(ش' لاہور)**

تعبیر: ماشاء اللہ مبارک خواب ہے لیکن ساتھ ساتھ تنبیہ بھی ہے کہ سنتوں کی پیروی اور بدعات سے اجتناب کریں تو انشاء اللہ دونوں جہانوں کی کامیابی آپ کا مقدر ہوگی۔

ڈپٹی کمشنر کا والد کے پاؤں چومنا

عبدالغفار ندیم' مظفر گڑھ

ایک شام کو ڈی سی صاحب نے نوکروں کے ذریعے بوڑھے فقیر کو گھر کے اندر کھانے کیلئے بلایا' میز پر کھانا خاص مہمانوں کی طرح سجایا گیا' ڈی سی صاحب نے بیوی بچوں سمیت بوڑھے فقیر کا بڑی گرم جوشی سے استقبال کیا اور خاص مہمانوں کی طرح عزت سے کرسی پر بٹھایا

یہ واقعہ ہمارے ایک ملنے والے بابا جی جن کا نام بابا کریم بخش ہے نے سنایا۔ بابا کریم بخش خان بھٹہ کہتا ہے کہ پاکستان بننے کے کچھ عرصہ بعد کی بات ہے کہ مظفر گڑھ میں ایک ایسا ڈی سی تعینات ہوا جو انتہائی نیک اور انصاف پسند تھا' ایک دن حسب معمول ڈی سی کھلی عدالت تحصیل دفتر کے سامنے لگائے ہوئے تھے کہ اچانک ایک بوڑھا فقیر ریچھ لیکر نمودار ہوا اور ڈی سی صاحب کی مجلس کے بالکل قریب بیٹھ کر ریچھ نچانے لگا' فقیر کی اس حرکت سے ڈی سی صاحب کی بارونق محفل کو بڑا خلل پڑا ڈی سی صاحب سخت پریشان ہوئے وہاں موجود ملازموں کو حکم دیا کہ اس فقیر کو پکڑ کر میرے سامنے لاؤ' فقیر ڈی سی صاحب کے سامنے آیا تو فقیر ڈر کے مارے کانپنے لگا' خوف سے فقیر کا بُرا حال تھا اس کے پاس ہاتھ جوڑنے کے سوا اور کوئی چارہ نہیں تھا لیکن ڈی سی صاحب خوش اخلاقی والے موڈ میں فقیر کے چہرے کو تکتے جارہے تھے' ڈی سی کچھ دیر بعد اپنی کرسی سے اٹھا اور انتہائی شفقت سے بوڑھے فقیر کو کھڑا کیا اور بولا بابا جی میں ایک شرط پر تم کو معاف کرسکتا ہوں اگر تم نے میری شرط مان لی تو تمہیں معافی کے علاوہ اپنی طرف سے انعام بھی دونگا۔ ڈی سی صاحب کی فقیر کے ساتھ محبت کو دیکھ کر لوگ بہت حیران بھی ہوئے اور پریشان بھی لیکن فقیر کو صرف ایک فکر لاحق تھی کہ کسی نہ کسی طرح میری جان چھوٹ جائے' فقیر نے شرط پوچھی تو ڈی سی صاحب نے کہا کہ اپنے ریچھ کو بیچ کر جو رقم وصول ہو اور جو میں انعام کے طور پر رقم دوں اس سے کوئی کاروبار کرکے اپنے اور اپنے بیوی بچوں کی گزر اوقات کرلے' فقیر نے کہا جناب آپ بااختیار ہیں جو جی میں آئے کرو لیکن مجھے اس کام کے علاوہ کچھ آتا ہی نہیں' آپ کے جی میں جو آئے کرو لیکن میں یہ کام نہیں چھوڑ سکتا۔ وہاں موجود لوگ حیرانگی سے دونوں کی طرف متوجہ تھے۔ ڈی سی بہت گہری سوچ میں گم تھا کچھ سوچنے کے بعد فقیر سے مخاطب ہوا کہ بابا جی تجھے میری شرط منظور نہیں؟ بوڑھے نے نہ میں سر ہلایا۔ ڈی سی صاحب نے ملازموں کو حکم دیا کہ اس آدمی کو ریچھ سمیت میری کوٹھی پر لے جاؤ اور جب تک میں نہ آؤں اس وقت تک اسے وہاں بٹھائے رکھنا اور بابا جی اور ریچھ کو جو بھی خوراک درکار ہو وہ فراہم کرنا اور بابا جی کو نئے کپڑے اور چارپائی پر عزت سے بٹھانا کہ جیسے اسے محسوس ہو کہ یہ میرا اپنا گھر ہے۔ سب لوگوں کو حیرانگی میں ڈال کر ڈی سی صاحب نے اپنی محفل برخواست کی اور اپنی جیپ میں بیٹھ کر اپنے سفر کی طرف روانہ ہوگیا' اگلی صبح تیار ہونے کے بعد سیدھا بوڑھے فقیر کے پاس پہنچا حال احوال ملازموں کا برتاؤ سب کچھ پوچھنے کے بعد جب تسلی ہوگئی کہ بزرگ اور ریچھ کا ہر طرح سے خیال رکھا گیا ہے پھر بابا جی کی منت شروع کردی کہ بابا جی میری شرط مان لو۔ چلو مجھے افسر سمجھ کر نہیں ایک بیٹے کا لاڈ سمجھ کر میری خواہش کو پورا کردو' لیکن بوڑھا فقیر اپنی ضد پر قائم تھا بلکہ ڈی سی کو کوسنے لگا کہ کل سے تم نے میرا کام بند کرا کے میرے بیوی بچوں کو جو بھوکا مارا ہے اللہ اس کی سزا تمہیں ضرور دیگا۔ ڈی سی صاحب کے بہت سمجھانے کے باوجود بھی بابا اپنی ضد پر قائم رہا۔ پھر ڈی سی صاحب نے اپنے ملازموں سے کہا جب تک بابا اپنی ضد پر قائم ہے اس کو وہیں پر رکھنا اور اس کا اور ریچھ کا اچھی طرح سے خیال رکھنا۔ اسی طرح ایک ماہ گزر گیا دونوں اپنی ضد پر قائم رہے۔ جب فقیر ایک ماہ گھر نہ گیا تو اس کے بیوی بچے سخت پریشان ہوگئے ان کے گھر والے پریشانی کے عالم میں خانگڑھ نوابوں کے پاس گئے اور ان کو تمام قصہ سنایا تو نوابوں نے انہیں تسلی دی کہ تم فکر نہ کرو انشاء اللہ جلد رنگیلے کو ڈھونڈ لیں گے۔ ادھر ڈی سی صاحب نے بوڑھے فقیر کو اتنا عرصہ گزر جانے کے بعد بھی بضد پایا تو اپنی بیوی کو تمام واقعہ سنایا اور بیوی سے تعاون کی اپیل کی ڈی سی صاحب کی بیوی بہت نیک تھی اس نے ساتھ دینے کی حامی بھرلی۔

ایک شام کو ڈی سی صاحب نے نوکروں کے ذریعے بوڑھے فقیر کو گھر کے اندر کھانے کیلئے بلایا' میز پر کھانا خاص مہمانوں کی طرح سجایا گیا' ڈی سی صاحب نے بیوی بچوں سمیت بوڑھے فقیر کا بڑی گرم جوشی سے استقبال کیا اور خاص مہمانوں کی طرح عزت سے کرسی پر بٹھایا' کھانا کھانے کے بعد بھی ڈی سی صاحب نے بوڑھے فقیر کی بہت منت کی لیکن فقیر پر کوئی اثر نہ ہوا بلکہ چٹان کی طرح اپنی ضد پر ڈٹا رہا۔ تھک ہار کر ایک دن ڈی سی صاحب نے پولیس کو حکم دیا کہ خانگڑھ سے اس کے بچوں کو پکڑ کر کوٹھی پر لایا جائے پولیس نے حکم کی تعمیل کی بابا کے گھر والوں کی جھونپڑیوں سے اس کے بیوی بچوں کو پکڑ کر نہلا دھلا کر عمدہ قسم کے کپڑوں سے سجایا گیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری! میرا سچا دوست

جس دن سے عبقری ملا اس دن سے اللہ کی رحمت کے در کھل گئے۔ اللہ نے اپنی یاد میں مشغول کردیا۔ اللہ نے پانچ وقت کا نمازی بنادیا

(محمد ارشد)

گزشتہ ماہ رمضان میں میرے ایک دوست نے عبقری کا اگست کا شمارہ تحفہ پیش کیا۔ خدا ان کو جزائے خیر عطا کرے۔ عبقری میرے لیے بالکل نیا نام تھا۔ اس کو جاننے کی کوشش کی تو اللہ نے کرم کیا اور پہلے ہی صفحہ پر سورۂ رحمن کی آیت مبارکہ نے اس کی کچھ وضاحت کردی۔ عبقری میں بندہ اپنے مطلب کی تحریروں کو پڑھنے لگ گیا۔ جس میں مجھ کو شب قدر کے نوافل پڑھنے کا موقع ملا۔ بندہ حضرت حکیم طارق محمود صاحب کا بہت شکر گزار ہے جن کی بدولت اللہ کریم نے بندہ کو ارشد سے محمد ارشد بنادیا۔ محترم حکیم صاحب! میرا اللہ گواہ ہے مجھ کو کبھی بھی رمضان شریف میں اتنا لطف نہ آیا تھا جتنا اللہ پاک نے عبقری میں شائع ہونے والے نوافل سے دیا اور شب بیداری کا موقع بھی ملا۔

عبقری تیرا شکریہ! حضرت صاحب جس دن سے عبقری ملا اس دن سے اللہ کی رحمت کے در کھل گئے۔ اللہ نے اپنی یاد میں مشغول کردیا۔ اللہ نے پانچ وقت کا نمازی بنادیا۔ میرے اللہ نے دل مضطرب کو سکون عطا کردیا۔ میرے اللہ نے عبقری جیسا دوست عطا کردیا۔ میرے اللہ نے حکیم محمد طارق محمود جیسے باکمال باعمل کامل رہنما سے ملاقات کا شرف بخش دیا۔ میرے اللہ نے میری تنخواہ بڑھادی جس کا ابھی کوئی امکان نہ تھا۔

اللہ نے غیب سے مدد کی

(روبینہ مظہر خان)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری تقریباً سال پہلے میری ایک ہمسائی نے دیا۔ ہمارے گھر میں بہت بے برکتی تھی' میری شادی کو تئیس سال ہوچکے تھے' پیسہ آتا ضرور تھا لیکن پتہ نہیں کدھر جاتا تھا سمجھ نہیں آتی تھی۔ پھر میں نے آپ سے ملاقات کی آپ نے مجھے نوے دن تک بسم اللہ کی 8 تسبیح صبح اور آٹھ شام کو بتائیں۔ اب آپ کو حالات بتاتی ہوں جو پڑھنے کے دوران پیش آئے عمل کیا تو کچھ دن کے بعد جسم میں شدید درد شروع ہوگیا اور کمر میں تو بہت ہی زیادہ درد ہوتا تھا پڑھنا مشکل ہوجاتا تھا لیکن پھر اللہ کا احسان کہ یہ حالت ختم ہوگئی اور رمضان کے آغاز میں ہی تحفوں کا سلسلہ شروع ہوگیا بچیوں کو خوب چوڑیوں کے سیٹ ملے اور تقریباً پانچ ہزار کے قریب (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بچوں کا کیا بنے گا؟

میرے دو بیٹے ہیں، ماشاءاللہ ایک چھ سال کا ہے۔ وہ بالکل صحت مند ہے۔ ساڑھے چار سالہ دوسرا بچہ ذہنی اور جسمانی طور پر معذور ہے۔ بولنا بھی تین سال کی عمر میں شروع کیا۔ چند فقرے بولتا اور چلتے ہوئے لڑکھڑاتا ہے۔ پڑھنے لکھنے میں بھی تیز نہیں۔ کچھ لوگ کہتے ہیں کہ ''اللہ لوک'' ہے ہم کبھی باہر سیر کیلئے نکلیں تو بڑا بچہ بھاگتا دوڑتا ہے، چھوٹا چند قدم چل کر بیٹھ جاتا ہے۔ کھلونوں سے کھیلتا ہے مگر دلچسپی نہیں لیتا۔ اس کی وجہ سے میں سخت پریشان رہنے لگی ہوں۔ کہیں آنے جانے سے گھبراتی ہوں۔ میرے شوہر کہتے ہیں کہ اگر تم نفسیاتی مریضہ بن گئیں تو بچوں کا کیا بنے گا۔ بتائیے کیا کروں؟ **(پریشان ماں)**

مشورہ: بی بی! آج کے دور میں معذوروں کیلئے کافی سہولتیں دستیاب ہیں۔ ایسے سکول بھی ہیں جہاں ذہنی پسماندہ بچوں کو کھیل ہی کھیل میں بڑے سہل طریقے سے تربیت دی جاتی ہے۔ آپ باقاعدگی سے بچے کا طبی اور نفسیاتی معائنہ کرائیے اور اس کی روشنی میں آگے بڑھیے۔ ہمارے ملک میں غریب طبقے میں ناکافی غذا، لڑائی جھگڑے اور گندگی کی بنا پر ایسے بچے جنم لیتے ہیں۔ بہرحال معذور بچہ آپ کا اپنا خون ہے، آپ نے اسے جنم دیا ہے، اس کی ماں ہونے سے آپ انکار نہیں کرسکتیں۔ بہتر یہ ہے کہ آپ خود کو سنبھالیے، بچوں کو باہر ساتھ لے جائیں تو معذور بچے پر زیادہ توجہ دیں، بچوں کو سائیکل لے کر دیں تو بڑے بھائی سے کہیے کہ اسے بٹھا کر سیر کرائے۔ بچے کی خوراک پر پوری توجہ دیجئے، ڈاکٹر سے مشورہ کرکے وٹامن تجویز کرائیے۔ بچے سے چھوٹے موٹے کام کرائیے، محنت والے نہیں، معذور بچوں کو صحت مندانہ ماحول ملے تو وہ تیزی سے صحت یاب ہوتے ہیں۔ آپ اسے ذہنی پسماندہ بچوں کے سکول میں داخل کرائیے وہ بہت کچھ سیکھ جائے گا۔ بچے کو آپ خود بھی ذہنی طور پر مضبوط بناسکتی ہیں۔ حوصلہ ہارنے کی ضرورت نہیں۔ گھر کا ماحول صحیح رکھیے۔ انشاءاللہ سارے معاملات ٹھیک ہوجائیں گے۔ آپ کا بچہ سر اٹھا کر چلے گا تو آپ کو بھی فخر محسوس ہوگا۔

دوائیاں کھا کھا کر تھک چکی ہوں

میری عمر اٹھائیس برس ہے، جب سے پیدا ہوئی ہوں بیماریوں نے گھیر رکھا ہے۔ نزلہ، زکام، کھانسی پیچھا نہیں چھوڑتی، چلتی ہوں تو سینے میں درد ہوتا ہے اور کھایا پیا ہضم نہیں ہو پاتا۔ بے شمار حکیموں سے معجونیں لے کر کھا چکی ہوں، کوئی افاقہ نہیں ہوا۔ میرے اندر بہت گرمی ہے، چہرے پر کیلیں نکلی ہوئی ہیں، کڑوی دوائیاں پی پی کر تھک چکی ہوں، تھوڑا سا کام کروں تو سر درد تھکا دیتا ہے۔ سارا چہرہ بگڑ چکا ہے۔ پھنسیوں، کیلوں نے رنگ سیاہ کردیا ہے۔ تمام عمر دعائیں دونگی۔ مجھے کوئی ایسا مشورہ دیجئے جس سے میرے جسم کی تیزابیت ختم ہوجائے اور میں بھی پیٹ بھر کر کھانا کھاؤں۔ **(حلیمہ، بلوچستان)**

مشورہ: آپ املتاس کے ایک کلو پھول جمع کرلیجئے۔ اس وزن میں ڈنڈیوں کا وزن شامل نہیں۔ مٹی کے کونڈے میں پھول ڈال کر اس پر دو کلو چینی ڈال دیجئے پھر ہاتھ سے خوب ملیے۔ جب چینی اور پھول اچھی طرح یک جان ہوجائیں تو شیشے کے برتن میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیجئے۔ پانچ چھ دن بعد چینی اور پھول اچھی طرح مل جائینگے دوسرے تیسرے روز چمچے سے آمیزہ ہلا بھی دیا کریں۔ گل قند تیار ہونے پر ایک چمچی صبح ایک شام کھالیا کریں۔ اس کی مقدار بڑھا بھی سکتے ہیں، ایک ہفتے بعد ڈیڑھ چمچی کردیں۔ پھر دو سے تین چار چمچوں تک آجائیں۔ اسے کھانے سے پرانا نزلہ، زکام، تیزابیت، گرمی دانے، داغ دھبے، کھانسی، سینے کا درد وغیرہ ٹھیک ہوجائے گا۔ یہ گل قند انسانی بدن کے زہریلے مادے خارج کرتا ہے۔ غذا میں کچی سبزیاں اور دہی شامل کریں۔ اللہ تعالیٰ شفاء دینے والا ہے۔ نماز پڑھ کر اپنی صحت کیلئے دعا کریں۔

دل چاہا خودکشی کرلوں

بچپن میں گرنے سے میرا ایک ہونٹ کٹ گیا اور اس میں ابھار ہوگیا۔ بچپن میں کسی نے توجہ نہ دی اب میں ایک کالج میں پڑھانے لگی ہوں، تو مجھے اپنی بدصورتی کا احساس تب ہوا جب میں جماعت میں داخل ہوئی تو برقع میں لڑکیاں مجھے دیکھ کر بہت خوش ہوئیں لیکن جب برقع ہٹایا تو سب کے چہرے یکسر بدل گئے اور ہنسنے لگیں۔ یقین کیجئے دل چاہا کہ خودکشی کرلوں۔ آخر سب طالبات کو سمجھانا پڑتا ہے۔ میں کیسے اپنے ہونٹ ٹھیک کروں؟ گھر والے میری پریشانی نہیں دیکھتے۔ ہونٹوں کی سرجری کہاں ہوتی ہے؟ اس معاملے میں میری مدد کریں۔ **(عدیلہ کامران، پشاور)**

مشورہ: بی بی! آپ پڑھی لکھی لڑکی ہیں، ایسی باتیں کیوں سوچتی ہیں؟ خودکشی تو ہمارے مذہب میں حرام ہے۔ اللہ نے آپ کو حسن صورت اور حسن سیرت عطا کی ہے۔ ہونٹ کٹا ہوا ہے تو کیا ہوا، ہاتھ پاؤں سلامت ہیں۔ ایسے ہونٹ ٹھیک ہوسکتے ہیں۔ لیکن آپ ہسپتالوں کے چکر کیسے لگائیں گی؟ ڈاکٹر کے پاس جانا ضروری ہے۔ ہونٹ کے اوپر زخم کا ابھار تو ہومیو پیتھک دوا سے ٹھیک ہوجائے گا مگر کٹے ہونٹ کا مسئلہ رہے گا۔ ڈاکٹر بغیر دیکھے کچھ نہیں بتاسکتا۔ پشاور میں بھی پلاسٹک سرجری ہوتی ہوگی آپ کسی نہ کسی طرح ہمت کرکے ڈاکٹر کو دکھائیے۔

کیا یہ گناہ ہے۔۔۔؟

میرا مسئلہ نفسیاتی ہے، پاگل سمجھ کر نظرانداز مت کیجئے گا۔ میرا گناہ یہ ہے کہ میں شاعرہ ہوں۔ میرے لکھی ہوئی غزلیں لوگ شوق سے پڑھتے ہیں۔ میں اپنی مادری زبان بلوچی میں شاعری کرتی ہوں، میری ٹیچروں نے میری لکھی ہوئی ایک غزل پڑھی تو ان کا کہنا ہے تم نے یہ غزل لکھ کر جہنم میں جگہ بنالی ہے۔ تم پکی جہنمی ہو، مرنے کے بعد بھی جب تمہاری لکھی ہوئی غزلیں لوگ پڑھیں گے تو تمہیں مزید گناہ ہوگا۔ آپ مجھے بتائیں میں کیا کروں؟ **(ر۔س، چاغی)**

مشورہ: مجھے بلوچی زبان نہیں آتی، اس لیے میں نہیں بتاسکتی کہ آپ نے کیسی شاعری کی ہے جس پر انہوں نے اعتراض کیا۔ آپ شاعری نہیں چھوڑ سکتی مگر اس میں تبدیلی ضرور لاسکتی ہیں۔ اس طرح آپ کا ضمیر بھی مطمئن ہوجائے گا۔ آپ ملی نغمے لکھیے، نعتیہ شاعری کریں۔ مدح رسول ﷺ آپ کی شاعری کا رخ بدل دے گی تو آپ خود حیران ہوجائیں گی اور پھر آپ کو اپنی پچھلی شاعری اچھی نہیں لگے گی۔ آپ کی ٹیچروں کے بارے میں میں کچھ نہیں کہہ سکتی۔ انہوں نے کوئی غلط بات دیکھ کر ہی اعتراض کیا ہوگا۔

آپ جب نعتیہ شاعری کریں گی تو آپ خود دیکھیں گی کہ آپ کی وہی ٹیچرز جو آپ کو جہنمی کہہ رہی تھیں وہی آپ کی تعریفوں کے پل باندھیں گی۔ انشاءاللہ عزوجل

گاجر کھائیں حیران کن صحت پائیں

اطہر حسین

کھانا کھانے کے بعد ایک گاجر چبا کر کھانے سے منہ میں خوراک کے ذریعے پہنچنے والے مضر جراثیم ہلاک ہوجاتے ہیں۔ یہ دانتوں کو صاف کرتی ہے۔ دانتوں کے خلاؤں سے خوراک کے اجزاء نکال دیتی ہے۔ مسوڑھوں سے خون رسنا بند ہوجاتا ہے اور دانتوں کا انحطاط رک جاتا ہے۔

گاجر دنیا بھر میں ایک مقبول سبزی ہے۔ یہ مقوی اور مصفی غذا ہے۔ گاجر کے سبز پتے بھی غذائیت سے بھرپور ہوتے ہیں۔ ان میں پروٹین‘ معدنیات اور وٹا منز وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ گاجر میں کھاری اجزاء بہت زیادہ ہوتے ہیں جو خون کو صاف اور قوی بناتے ہیں۔ یہ پورے جسم کی نشوونما کرتی ہے اور بدن میں تیزابیت اور کھار کا توازن برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ گاجر کے جوس کو ”کرشماتی مشروب“ کہا جاتا ہے۔ یہ نہ صرف بچوں کیلئے صحت بخش مشروب ہے بلکہ بڑوں کو بھی بہت فائدہ دیتا ہے۔ یہ آنکھوں کو توانائی دیتا ہے جسم کے خلاؤں میں پائی جانے والی نسیجوں کو صحت مند رکھتا ہے اور جلد کو تازگی بخشتا ہے۔ گاجر کا جوس حمل کے ابتدائی عرصہ میں عورتوں کیلئے مفید نہیں کیونکہ یہ پیشاب کی نالیوں کی دیواروں میں زہریلا پن پیدا کرتا ہے جس سے اسقاط کا خطرہ لاحق ہوسکتا ہے۔

دانتوں کے امراض

کھانا کھانے کے بعد ایک گاجر چبا کر کھانے سے منہ میں خوراک کے ذریعے پہنچنے والے مضر جراثیم ہلاک ہوجاتے ہیں۔ یہ دانتوں کو صاف کرتی ہے۔ دانتوں کے خلاؤں سے خوراک کے اجزاء نکال دیتی ہے۔ مسوڑھوں سے خون رسنا بند ہوجاتا ہے اور دانتوں کا انحطاط رک جاتا ہے۔

ہاضمہ کی خرابیاں

گاجر چبا کر کھانے سے لعاب دہن میں اضافہ ہوتا ہے اور ہاضمہ کا عمل تیز ہوجاتا ہے کیونکہ یہ معدے کو ضروری اینزائمز‘ معدنی اجزاء اور وٹامنز مہیا کرتی ہے۔ گاجر کا باقاعدہ استعمال معدے کے السر کو روکتا ہے اور ہاضمہ کی دیگر بیماریاں لاحق نہیں ہونے دیتا۔ گاجر کا جوس انتڑیوں کے قولنج‘ بڑی آنت کی سوزش‘ اپنڈیسائٹس‘ السر اور بدہضمی میں مؤثر علاج ہے۔

قبض

گاجر کا جوس اگر پالک کے جوس کے ساتھ تھوڑا سا لیموں کا رس ملا کر پیا جائے تو قبض کی شکایت دور ہوجاتی ہے۔ واضح رہے کہ پالک کا جوس انتڑیوں کو صاف کرتا ہے یہ مشترکہ مشروب پینے کے فوراً بعد اپنا اثر نہیں دکھاتا لیکن دو ماہ کے استعمال سے انتڑیاں باقاعدہ اجابت کا عمل شروع کردیتی ہیں۔ مذکورہ مشروب تیار کرنے کیلئے 250 ملی لٹر گاجر کے جوس میں 50 ملی لٹر پالک کا جوس ملانا چاہیے۔

اسہال

گاجر کا جوس اسہال کے مرض میں ایک عمدہ قدرتی علاج ثابت ہوتا ہے۔ یہ پانی کی کمی دور کرتا ہے۔ نمکیات (سوڈیم‘ پوٹاشیم‘ فاسفورس‘ کیلشیم‘ سلفر اور میگنیشیم) کا نقصان پورا کرتا ہے۔ گاجر کا جوس پیکٹین مہیا کرکے آنتوں کو سوزش سے تحفظ دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے بیکٹیریا کی نشوونما رک جاتی ہے اور قے بند ہوجاتی ہے۔ بچوں کیلئے تو یہ بہت مفید ہے۔ آدھا کلو گاجر کو 150 ملی لٹر پانی میں اتنا ابالیں کہ یہ نرم ہوجائیں۔ پانی کو نتھار لیں اور آدھا کھانے کا چمچہ نمک ڈال کر یہ مشروب ہر آدھے گھنٹے بعد مریض کو دیں۔ چوبیس گھنٹے میں بہتری کے آثار نظر آنے لگتے ہیں۔

پیٹ کے کیڑے

گاجر ہر قسم کے خلیوں (جراثیم‘ بیکٹیریا‘ وغیرہ) کی دشمن ہے چنانچہ بچوں کے پیٹ سے کیڑے خارج کرنے کیلئے بہت مفید ہے۔ ایک چھوٹا کپ کدوکش کی ہوئی گاجر صبح کے وقت کھانا (اس کے ساتھ کسی اور چیز کو نہ شامل کیا جائے تو) پیٹ کے کیڑے تیزی سے خارج ہوجاتے ہیں۔

بانجھ پن

کچی گاجر زرخیزی کیلئے بہت اچھی ہے بعض اوقات بانجھ پن کا مؤثر علاج محض اس کا استعمال ہی بن جاتا ہے۔ بانجھ پن کے اسباب میں سے ایک یہ ہوتا ہے کہ مسلسل ایسا کھانا کھایا جائے جو پکنے کے دوران انزائمز سے محروم ہوچکا ہو۔ تلی ہوئی غذاؤں میں بھی انزائمز ختم ہوجاتے ہیں۔

دیگر استعمال

گاجر کو مختلف طریقوں سے کھایا جاتا ہے۔ اسے سلاد کی صورت میں کچا استعمال کرتے ہیں۔ اسے ابال کر بھی کھایا جاتا ہے اور بھون کر سالن کے طور پر بھی استعمال میں لاتے ہیں۔ اس کا شوربہ اور جوس بھی دنیا بھر میں مقبول ہے لیکن یہ کچی حالت میں زیادہ مفید ہوتی ہے۔

(بقیہ: شوگر کے مریض اور خواتین ضرور پڑھیں)

ایک شخص جسم کا ایک حصہ یعنی پاؤں کی پانچوں انگلیاں کٹوا چکے تھے لیکن شوگر کا زخم ناسور کی شکل میں آگے سے آگے بڑھتا چلا گیا۔ اب سرجن نے پاؤں ٹخنے تک کٹوانے کا مشورہ دیا مجھے پتہ چلا کہ وہ ہمارے دور کے رشتے دار تھے میں یہ چٹنی بنوا کے لے گیا کیونکہ وہ مالدار شخص تھا اسے اس چٹنی کے فائدے اور کمالات بتاتے ہوئے مجھے آدھا گھنٹہ لگا بڑی مشکل سے یہ کہتے ہوئے بولا کہ میں ان ٹوٹکوں پر اعتماد نہیں کرتا یہ مرض کو بگاڑ دیتے ہیں چلو آپ میرے دیرینہ کرم فرما ہیں استعمال کرکے دیکھ لیتا ہوں ویسے ڈاکٹر مجھے اینٹی بائیوٹک دے رہا وہ تو میرا ڈیڑھ مہینے کے بعد پاؤں کاٹ دے گا خود کہنے لگے کہ کوئی بات نہیں آدھا پاؤں تو پہلے کٹ چکا ہے یہ بھی کٹ جائے گا تو کوئی بات نہیں۔ میں نے اعتماد سے انہیں کہا کہ آپ اعتماد سے ہماری یہ دوا استعمال کرتے رہیں آپ تسلی کریں اور اعتماد کریں اور یہی دوائی مستقل استعمال کریں۔ اسی دوائی سے آپ کا پاؤں کٹنے سے بچ جائے گا شوگر ختم ہوجائیگی‘ قے آتی ہے کوئی چیز ہضم نہیں ہوتی ہر وقت گیس تبخیر کی دوائیاں کھاتے رہتے ہیں واک کر نہیں سکتے‘ یہ پیٹ کا پھولنا‘ معدے کی بدہضمی یہ تبخیر سب ختم ہوجائے گی اندر کی سڑان گیس بدہضمی خشکی تیزابیت اور قبض ختم ہوکر آپ کی طبیعت نارمل ہوجائے گی میں چٹنی کا چھوٹا سا ڈبہ دے کر واپس آگیا اور دل ہی دل میں دعا کرتا رہا کہ یا اللہ استعمال ضرور کرے میرا شرم بھرم رکھ لینا کوئی ڈھائی ہفتے کے بعد ان کی طرف سے پیغام ملا کہ مجھے آکر ملیں۔ میں گیا جو شخص لیٹ کر میری بات سن رہا تھا وہ تکیوں کے سہارے بیٹھا ہوا تھا اور اس کے چہرے پر رونق اور چمک تھی میں گیا تو بڑی تپاک سے ملا میرے لیے بہت اچھی چیزیں اور کھانے اور چٹخارے دار مزے دار ڈشیں آگئیں۔ کہنے لگے سب سے پہلے تو میں معذرت چاہوں گا بے اعتمادی کہوں...... یا دولت کی ریل پیل...... مجھے ان ٹوٹکوں پر کبھی اعتماد نہیں رہا اس دن آپ کے بہت زیادہ سمجھانے پر میں نے چٹنی استعمال کی پہلے تو مجھے ہلکی سی جلن کا احساس ہوا میں نے اسے بیماری کا نکلنا سمجھا کہ دشمن کا نکلنا بہتر ہے رہنا نہیں اور میں استعمال کرتا گیا۔ پھر تو واقعی مجھے اس سے سکون ملا ایسے محسوس ہوتا تھا کہ میرے پیشاب پاخانے سے میرے زخم کا ریشہ نکل رہا اور زخم سے بھی ریشہ نکلنا شروع ہوگیا ہفتے کے استعمال سے میں نے اینٹی بائیوٹک چھوڑ دی خود ہی میرا دل کہنے لگا کہ اس کی ضرورت نہیں اور طبیعت میں تسلی آگئی اور زخم بھرنے لگا مجھے پٹی ہٹا کر دکھانے لگے کہ اب وہ زخم ایک بالشت تھا اب صرف ایک گول سکے والے روپے جتنا باقی......اور وہ بھی اندر سے گہرا نہیں اس کے اندر انگوری آرہی ہے اور خارش بھی ہوتی ہے جو اس بات کی دلیل ہے کہ زخم بھر رہا ہے۔ پھر کہنے لگے کہ میرے معدے کا نظام بہت بہتر ہوا۔ اینٹی بائیوٹک کھا کھا کر معدہ تباہ ہوگیا تھا اور طبیعت اور اعصاب میں کھچاؤ رہتا تھا۔ جی چاہتا تھا کہ مجھے سارا دن کوئی دبائے بیٹے تو صرف تیمارداری کیلئے قریب آتے ہیں اور نوکر مجھے دباتے تھک گئے تھے اب میرا جسم فریش‘ نیند بہترین اور طبیعت لاجواب ہر چیز کھاتا ہوں اچھی طرح ہضم ہوتی ہے طبیعت میں پھرتی ہے اور بار بار ایک بات کہہ رہے تھے کہ میرا پاؤں کٹنے سے بچ گیا۔

وہ دیہاتی جسے میں اب معالج کہوں گا میرے سامنے خلوص سے یہ باتیں بتا کر اور آنکھوں ہی آنکھوں میں مجھ سے داد لے رہا تھا میں نے واقعی اس کی داد و تحسین کی کہ یہ تیرے خلوص کا کمال ہے کہ تو نے اتنی محنت کی پھر اس نے اور بہت سے واقعات بتائے جس سے شوگر کے مریض صحت یاب ہوئے۔ کہنے لگے میرے والد یہ بتاتے بھی تھے اور بعض کو بنا کر دیتے بھی تھے۔ والد کو سترہ سال فوت ہوئے ہوگئے تھے لمبی عمر میں فوت ہوئے۔ اس دن سے میں مسلسل لوگوں کو دے رہا ہوں اور والد تو ستر سال تک یہ لوگوں کو دیتے رہے۔ میرے والد معدے کا بگڑا ہوا جتنا پرانا مریض ہو ہیضہ یا ایسے لوگ جو سنگراہنی یعنی اجابت فوراً آجاتی ہے جب کھانا کھائیں یا پھر پیٹ کے پھولے‘ توند کے مارے پنڈلیاں اور پاؤں کے ورم‘ گیس تبخیر قبض‘ جوڑوں کے درد اور شوگر کے ان مریضوں کو میرے والد دیتے تھے جن کے مرض بگڑ جاتے تھے جن کی شوگر کبھی کنٹرول نہ ہوتی تھی بس یہ ان کا آخری اور شفاء یابی سے بھرپور نسخہ تھا جتنے لوگوں کو دیا جس جس نے بھی اعتماد سے استعمال کیا میں نے سدا اس کو صحت مند اور شفاء یاب پایا۔

قارئین! اس دیہاتی معالج نے ٹوٹکہ کیا دیا ایک حیرت انگیز اینٹی بائیوٹک کا نسخہ دیا جسے دیا اور جس نے استعمال کیا صحت و تندرستی اور شفاء یابی کا پیغام ضرور دیا۔ آپ بھی شوگر‘ گینگرین‘ پرانے زخم‘ پنڈلیوں پاؤں پر ورم اور معدے کے ہر مرض میں آنکھیں بند کرکے استعمال کریں پھر اس کا سو فیصد کمال دیکھیں۔



قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی‘ جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں‘ اپنے معمولی سے تجربے کا بھی بیکار نہ سمجھئے‘ یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

ہائے......! یہ بندشیں‘ یہ رکاوٹیں

(فاروق احمد‘ بہاولپور)

السلام علیکم! اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رحمت سے حفظ و ایمان میں رکھے‘ آپ سے بہت سی باتیں شیئر کرنے کو دل کرتا ہے جن کا مشاہدہ میں خود کر چکا ہوں اور اس سلسلے میں کچھ بھی نہیں کر سکتا مگر آپ بہت کچھ کر سکتے ہیں اور اس کا تدارک کر سکتے ہیں۔ بہت برس پہلے میں سنٹرل لائبریری بہاولپور بیٹھا تھا‘ جہاں میں اپنے امتحانات کی تیاری کے سلسلے میں پڑھ رہا تھا۔ وہاں ایک خوبصورت پینٹ شرٹ میں ملبوس نیم پاگل لڑکا انگلش میں باتیں کرتا ہوا گھوم رہا تھا۔ اس کو اپنی کوئی ہوش نہیں تھی‘ ہم دوستوں میں سے ایک نے بتایا کہ اس پاگل لڑکے نے یونیورسٹی میں انگلش کے مضمون میں ٹاپ کیا ہے کسی حاسد نے سفلی علم کروا کے پاگل کرا دیا ہے۔ ہائے یہ بندشیں یہ رکاوٹیں......!!!

میرے دوست نے میٹرک میں گولڈ میڈل لیا‘ بعد میں پتہ چلا وہ پڑھائی سے بھاگ گیا ہے۔ ہمارے ساتھ ایک انتہائی خوبصورت باسکٹ بال کا کھلاڑی انتہائی ذہین دوست پڑھتا تھا بہت برس بعد ملا تو اس کے ساتھ اس کی بیوی تھی وہ سسک سسک کر زندگی گزار رہا تھا۔ اس کی بیوی عام سی صورت کی ایک لڑکی تھی‘ اس نے مجھے بعد میں بتایا کہ اس کی بیوی نے اس کو کہیں کا نہ چھوڑا۔ میرے بھائی کا دوست ایم بی بی ایس کا طالب علم کالج چھوڑ کر بھاگ گیا‘ بھائی نے بتایا ایک بدکردار لڑکی سفلی علم کی ماہر نے اس کو نہ پڑھائی کیلئے چھوڑا اور نہ ہی ماں باپ سے ملنے دیا۔ ایک پروفیسر سے ملاقات ہوئی وہ علم و ادب کے ماہر کسی کو منہ نہیں لگاتے تھے موصوف انگلش میں پی ایچ ڈی 1964ء میں CSS میں ٹاپ کیا۔ مگر کوئی ان کے پیچھے ایسا لگا آفریں چھوڑ دیں۔ مہینوں کوششوں کے بعد اس سے ملا وہ دومنٹ سے زائد کسی کو ٹائم نہیں دیتے تھے جب میں ملا تو محسوس یہ ہوا وہ شخص علم کا سمندر ہے‘ 31 سال دیوانہ وار بھاگتے رہے آخر اللہ تعالیٰ کی رحمت جوش میں آئی اس صاحب نے قرآن پاک کا آسان انگلش میں ترجمہ کر ڈالا اور اس ترجمے کو آکسفورڈ یونیورسٹی نے منتخب کر لیا۔ وہ تو اللہ تعالیٰ نے رہنمائی فرمائی ورنہ لوگوں نے تو اس کو کہیں کا نہیں چھوڑا تھا۔ **قارئین!** یہ سینکڑوں حالات وواقعات دیکھ کر دل خون کے آنسو روتا ہے۔ بیوی خاوند کی ذرا سی ناراضگی پر جعلی پیروں کے پاس پہنچتی ہے کہ میرا خاوند غیرعورتوں کے پاس جاتا ہے اس کا توڑ کریں قرآن وسنت اور شریعت سے عاری ظالم نے اس کا ایسا توڑ کیا کہ اب یہ کسی عورت کے قابل نہیں رہے گا۔ بدبخت عورت خود بھی محروم ہوگئی کیونکہ وہ خود بھی تو عورت ہے۔

والدین کہتے ہیں میرا بچہ نافرمان ہے ایسا تعویذ دیں کہ میرا کہنا مانے ایسا عمل کیا گیا وہ بچہ سسک سسک کر ان کے قدموں میں دم توڑ دیتا ہے۔ بچہ ڈاکٹر بننا چاہتا ہے‘ بچہ فوج میں جانا چاہتا ہے‘ بچہ کمپیوٹر میں جانا چاہتا ہے‘ بچہ اپنی پسند کی شادی کرنا چاہتا ہے‘ بچہ اعلیٰ تعلیم کیلئے باہر جانا چاہتا ہے‘ یہ جادوٹونے کروانے والی بدبخت عورتیں ایسا توڑ کرواتی ہیں کہ بچہ بڑا ہوکر چلتی پھرتی بدبختی کا نشان بن جاتا ہے۔

محترم حکیم صاحب! آپ کے پاس ہزاروں مائیں‘ بہنیں‘ بیٹیاں آتی ہیں‘ آپ سے بہتر کون جانتا ہے ان کی نفسیات......! آپ بہتر جانتے ہیں‘ خدارا ان کو بتائیں یہ ظلم نہ کریں۔ والدین اپنی اولاد پر اور عورتیں اپنے خاوندوں پر یہ ظلم نہ کریں۔ ہم برصغیر کے لوگ غلامی میں جکڑے ہوئے یہ غلامی ہمارے خون میں رچ بس گئی ہے‘ ہم سب غیروں کی باتوں پر یقین کرتے ہیں۔

اب تو یہ حال ہے کہ پاکستان کے کسی محکمے میں کوئی ذہین فرد آگے بڑھنے کی کوشش کرتا ہے تو لوگ پیچھے لگ جاتے ہیں یہ حاسد اپنے حسد کی آگ میں جل کر مریں گے۔

اس لیے میری تمام قارئین سے گزارش ہے کہ دوسروں کا بُرا نہ چاہیں گناہ اور عذاب تو ہوگا ہی دنیا میں بھی نقد معاملہ ہوتا ہے اور انسان خود یا اس کی اولاد ضرور مبتلا ہوتی ہے۔

میں عبقری کی پرستار کیسے بنی؟

(ع۔ب)

میرا بڑا بیٹا جو کہ 5 سال کا ہے اسے شدید ترین خارش کا حملہ ہوا۔ ایسی خارش جس میں وہ ساری رات جاگ کر گزار دیتا تھا۔ ڈاکٹروں کے پاس گئے تو انہوں نے انجکشن لگانے شروع کر دیئے۔ لیکن کوئی فرق نہ پڑا۔

خارش بھی ایسی تھی جو زخم بن گئے اور خون رسنا شروع ہوگیا۔ مختلف قسم کی کریمیں استعمال کروائیں لیکن بالکل فرق نہ پڑا۔ پھر اللہ نے میرے دل میں یہ بات ڈالی کہ میں عبقری سے مدد لوں۔ میری نظر میں ایک مضمون گزرا تھا جس کا عنوان تھا۔ ’’خارش‘ ایگزیمیا اور سورائسز سے شفایابی‘‘ بڑی مشکل سے وہ رسالہ تلاش کیا اپنے شوہر کو دکھایا۔ انہوں نے بھی بچے کی تکلیف دیکھتے ہوئے اس پر عمل کرنے کی حامی بھر لی اور اشیاء لا کر ہم نے کریم بنائی اور دو تین دن کے اندر اندر سارے زخم خشک ہونا شروع ہوگئے اور بچے کو سکون ہوگیا لیکن وہ انجکشن جو بچے کو لگائے گئے تھے ان کا یہ نقصان ہوا کہ بچے کی HB انتہائی کم ہوگئی اور کچھ عرصے بعد اس کو گردن توڑ بخار ہوگیا دو تین ہزار لگا کر اس کا علاج ہوا اب کچھ سکون ہے۔ لیکن میری عوام سے التجا ہے کہ وہ جلدی بیماری کا ڈاکٹری علاج انجکشن کی صورت میں نہ کروائیں اور مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔ **ھوالشافی:** زنک آکسائیڈ‘ بورک ایسڈ‘ سیلی سلک ایسڈ 20,20 گرام۔ کاربالک ایسڈ 5 گرام‘ سادہ ویزلین 200 گرام۔

آپس میں ملا کر خوب اچھی طرح حل کریں۔ حل کرنے سے قبل مذکورہ ادویات باریک پیس لیں اور ویزلین میں ان کو اچھی طرح مکس کریں تھوڑی سی مرہم لے کر جسم پر اچھی طرح ملیں۔ صبح ملیں تو شام کو غسل کریں اور اگر شام کو ملیں تو صبح غسل کر سکتے ہیں۔

بدہضمی کیلئے ٹوٹکہ

ایسی بدہضمی جس میں بچے کوموشن کی دوائی دیں تو تے شروع ہوجائے اور اگر تے کی دوائی دیں تو موشن شروع ہوجاتے ہیں لیکن پیٹ ہروقت خراب ہی رہتا ہے۔ یہ نسخہ مجھے ہمارے محلے کے ڈسپنسر نے دیا جوکہ نہایت نیک انسان ہے۔ **ھوالشافی:** پودینہ انار دانہ گلقند تینوں ہم وزن لے کر ان کو مٹی کی کونڈی میں گھوٹ کر اس میں پانی ملا کر تقریباً ایک گلاس پانی ملائیں اس میں حسب ضرورت چینی ملا کر بچے کو وقفے وقفے سے سارا دن پلائیں۔

(ع۔ز، راولپنڈی)

کلمہ، درود اور مختلف سورتوں کے کمالات

میں پورے یقین کے ساتھ اللہ پاک کی ذات عالی سے استفادہ کے یقین کے ساتھ جب بھی بیماری یا کسی نظر بد وغیرہ میں خود یا کسی کو مبتلا دیکھتا ہوں تو کلمہ طیب، کلمہ شہادت پڑھ کر پھر درود شریف، پھر بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کے ساتھ سورۃ فاتحہ آمین کے ساتھ پھر آیۃ الکرسی پھر معوذتین پڑھ کر جسم پر دم کرتا ہوں یا پھر پانی پر دم کر کے دیتا ہوں اور مریض کو پلاتا ہوں، الحمدللہ میرا رب شفاء عطا کردیتا ہے۔ اب کچھ دن پہلے میں زمین کے کام دار جو زرعی زمین پر کام کاج کرانے کیلئے ہماری طرف سے مقرر ہوتا ہے، بہت بُری طرح گردے کے درد میں مبتلا تھا اور اس وجہ سے شدید بخار میں بھی تھا میں اس کے گھر عیادت کیلئے گیا اور حال احوال کے بعد معلوم ہوا کہ دو تین مرتبہ ڈاکٹر کے پاس گیا تھا مگر دوا فائدہ نہیں کر رہی تھی میں نے اللہ پاک پر یقین رکھتے ہوئے مذکورہ بالا عمل پڑھ کر دم کردیا اور پانی دم والا پلا دیا۔ چند دن بعد وہ بندہ جو چلنے کے بھی قابل نہیں تھا۔ وہی بندہ زمین میں کپاس کی چنائی کا کام اپنی زیر نگرانی میں کرا رہا تھا۔

(حکیم ریاض حسین، مکڑوال میانوالی)

ایک ہفتہ میں یرقان ٹھیک

میری پھوپھی زاد بہن جو کہ کراچی میں رہتی ہیں ان کا فون آیا کہ بھائی جان مجھے یرقان ہوگیا ہے میں نے فون پر درج ذیل نسخہ بتایا۔ چند دن بعد ان کا فون آیا کہ بھائی جان میں نے آپ کا بتلایا ہوا نسخہ استعمال کیا اب بالکل ٹھیک ہوگئی ہوں۔ **نسخہ:** ریوند خطائی 5 گرام، ریوند چینی 100 گرام، کلونجی 50 گرام، قلمی شورہ 20 گرام، زیرہ سفید 5 گرام، پنیر ڈوڈی 50 گرام۔ **تیاری:** تمام ادویات کو کوٹ پیس کر سفوف تیار کریں۔ **طریقہ استعمال:** دن میں چار بار یہ سفوف آدھا چمچ گاجر کے رس، مسمی کے رس، دودھ کی لسی، شربت بزوری ہو کسی بھی چیز سے استعمال کرسکتے ہیں۔

گردے کبھی فیل نہ ہونگے: گردے فیل ہونے کا مرض آج کل عام ہو رہا ہے اس کیلئے ایک مجرب نسخہ تحریر ہے۔ وجوہات: چاول زیادہ کھانے سے گردے متاثر ہوتے ہیں۔ دائمی قبض بھی گردوں کے عمل پر اثرانداز ہوتی ہے۔ چائے میں نمک ڈال کر پینے سے گردے کمزور ہوجاتے ہیں اور ان میں بعض اوقات پتھری پیدا ہوجاتی ہے۔ ٹماٹر، مٹر، بینگن، گوبھی، دال ماش، ساگ اور پالک کا بکثرت استعمال گردے فیل کرنے کا باعث بنتا ہے۔ **علامات:** مریض کو گردوں کے مقام پر درد کے علاوہ کمر درد کی بھی شکایت رہتی ہے۔ پیشاب بار بار آتا ہے اور اس کی رنگت سرخی مائل ہوتی ہے۔ مریض کو پیاس بہت لگتی ہے اور اکثر سر درد اور بےخوابی کا شکار رہتا ہے۔ مریض کے خون میں صفرا کی زیادتی ہوتی ہے۔ **نسخہ:** ھوالشافی: کلونجی 75 گرام، کاسنی 3 گرام، مہندی 5 گرام، قسط شیریں 11 گرام۔ طریقہ استعمال: مندرجہ بالا اشیاء کا سفوف بنا کر صبح و شام 6 گرام ہر ماہ دس دن استعمال کریں۔

پرہیز واحتیاط (مچھلی انڈا)

ابن ماسویہ کی کتاب میں پرہیز واحتیاط کی بحث میں ایک فصل میری نظر سے گزری جس کو بلا کم وکاست ان ہی الفاظ میں نقل کر رہا ہوں:۔ ابن ماسویہ بیان کرتے ہیں کہ جو چالیس دن تک پیاز کھائے اور چھائیں ہوجائے تو وہ خود کو ملامت کرے، جس نے فصد (حجامہ) کیا پھر نمک کھالیا جس کے سبب سے اس کو برص یا خارش لاحق ہوئی تو وہ خود کو ملامت کرے۔ جس نے مچھلی اور انڈا ایک ساتھ استعمال کیا اور لقوہ یا فالج کا شکار ہوجائے تو خود کو قابل ملامت کرے اور جو شکم سیر ہو کر حمام میں داخل ہوا اس پر فالج کا حملہ ہوجائے تو خود پر لعن طعن کرے۔ اسی طرح جس نے دودھ اور مچھلی ایک ساتھ کھائی اور اسے جذام برص یا نقرس کی بیماری ہوگئی تو وہ اپنے آپ کو قصوروار سمجھے جس نے نبیذ (کھجور کا شربت) کے ہمراہ دودھ پی لیا جس کی وجہ سے وہ برص یا نقرس کی بیماری میں مبتلا ہوجائے تو تعجب کی بات نہیں۔ جو شخص ابلا ہوا انڈا ٹھنڈا استعمال کرے جس سے امتلا ہوگیا تو اس کی دمہ کی بیماری ہونا متعین ہے۔

پنیر ڈوڈا سے شوگر کا خاتمہ

جس کو احتلام ہوا اس نے غسل کیے بغیر اسی حالت میں اپنی بیوی سے مباشرت کی جس سے مجنون اور پاگل لڑکا ہو تو کوئی بعید نہیں۔ جس نے اپنی بیوی کے ساتھ مباشرت کی اور پوری طرح اخراج نہیں کیا تو اسے پتھری کی بیماری ہونی ممکن ہے۔

(مقصود الٰہی زرگر، ہزارہ)

میں خود شوگر کا مریض ہوں، میری شوگر لیول 260 سے لیکر 366 تک گیا میں انگریزی گولیاں کھاتا رہا مگر افاقہ نہیں ہوا میرے ہمسائے نے مجھے بتایا کہ آپ پنیر ڈوڈہ جو ہاف وائٹ رنگ اور بیر کی طرح گول ہوتا ہے رات پانی میں دس دانے بھگودیں صبح نہار منہ پی لیں میں نے اسی طرح استعمال کیا تو میری شوگر کنٹرول ہوگئی، یہ نسخہ میں قارئین کی خدمت میں

مجھے ضرور پڑھیں!!!

①الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ②ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔ (ادارہ) ③حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

سید محمد جلال، قصور

دماغی طاقت اور جسم کو موٹا کرنے میں شکرقندی کا کمال

☆ دماغ کو طاقت دیتی ہے۔ ☆ جسم کو موٹا کرتی ہے۔ ☆ دودھ میں ملا کر کھیر پکا کر کھانے سے منی کو گاڑھا کرتی ہے۔ ☆ قوت باہ مضبوط کرتی ہے بشرطیکہ چینی ملا کر کھائی جائے۔ ☆ جریان کیلئے بے حد مفید ہے۔ اس کا حلوہ بنا کر کھانا اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

شکرقندی ایک مشہور جڑ ہے۔ ہندوستان اور پاکستان میں ہر جگہ بکثرت پیدا ہوتی ہے۔ اگرچہ یہ کھانے میں لذیذ ہوتی ہے اور قابل قدر غذائیت رکھتی ہے لیکن قیمت کے اعتبار سے سستی ہوتی ہے۔ اس لیے امیر لوگ اس کی طرف بہت کم رغبت کرتے ہیں۔ البتہ غریب لوگ نہایت شوق اور رغبت سے کھاتے ہیں۔ بظاہر نشاستہ اور شکر کا مجموعہ ہے۔ درحقیقت یہ چیزیں شکرقندی کا جزو اعظم ہیں لیکن اس میں دوسرے لطیف اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ چنانچہ اس میں وٹامن اے کافی مقدار میں ہوتے ہیں نیز فولاد اور بعض دیگر معدنی اجزاء بھی کیمیاوی تجربہ کرنے پر اس میں ملتے ہیں۔ لہٰذا شکرقندی بدن کو تغذیہ اور توانائی بخشنے والے غذائی اجزاء کا مجموعہ ہے۔ غذائیت کے لحاظ سے یہ آلو پر فوقیت رکھتی ہے۔

اگرچہ غریب لوگ خصوصاً دیہات کے رہنے والے اپنی غذائی کمی کو پورا کرنے کیلئے اسے شوق سے کھاتے ہیں لیکن اگر اناج کی کمی کے زمانہ میں شہروں کے باشندے بھی اسے کھائیں تو اس سے اناج کی کمی کے مسئلہ کے حل ہونے میں مدد مل سکتی ہے۔ شکرقندی کو عموماً پانی میں ابال کر کھایا جاتا ہے ابالتے وقت اس میں صرف اتنا پانی ڈالنا چاہیے جو اس کے گلنے کیلئے کافی ہو ضرورت سے زیادہ پانی میں پکانے سے لذت کم ہوجاتی ہے۔ جب شکرقندی گل جائے تو برتن سے نکال لیں اور شکرقندی نیم گرم کو چھیل کر کھائیں بالکل ٹھنڈا کرکے کھانا مناسب نہیں ہے۔ پانی میں ابالنے کے علاوہ شکرقند کو بھون کر بھی کھاتے ہیں جس کا طریقہ یہ ہے کہ شکرقندی کو نہایت گرم ریت میں یا گرم گرم راکھ میں دبا دیتے ہیں جب شکرقندی پک جاتی ہے تو نکال لیتے ہیں اور چھیل کر کھاتے ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ اس طرح بھونی ہوئی شکرقند نسبتاً زیادہ لذیذ ہوتی ہے البتہ ابالنے کے مقابلے میں اس طرح بھوننے میں زیادہ تکلیف کرنا پڑتی ہے جو ہر گھر میں آسانی سے نہیں ہوسکتا۔

شکرقندی کا مفید و مزیدار حلوہ: بعض لوگ شکرقندی کا حلوہ بنا کر بھی کھاتے ہیں۔ یہ حلوہ بدن کو تغذیہ اور تقویت بخشتا ہے اس کا بنانے کا طریقہ یہ ہے:۔ شکرقندی کو باریک باریک تراش کر خشک کرلیں اس کے بعد کوٹ چھان کر آٹا بنائیں روزانہ صبح کے وقت ایک چھٹانک یہ آٹا لے کر ایک چھٹانک دیسی گھی میں بھونیں اور تین چھٹانک چینی کا قوام شامل کرکے حلوہ تیار کریں اگر چاہیں تو اس میں مغز بادام، مغز پستہ اور ناریل باریک باریک تراش کر شامل کریں۔

اس کے علاوہ ابالی ہوئی یا بھوبھل میں بھونی ہوئی شکرقندی سے بھی حلوہ بنا سکتے ہیں۔ ابالی ہوئی شکرقندی ضرورت کے مطابق لیں اور چھلکے اور ریشوں سے صاف کرکے گھی میں بھونیں اس کے بعد چینی شامل کرکے بدستور حلوہ تیار کریں۔ اس کے مزید فوائد درج ذیل ہیں:۔ ☆ دماغ کو طاقت دیتی ہے۔ ☆ جسم کو موٹا کرتی ہے۔ ☆ دودھ میں ملا کر کھیر پکا کر کھانے سے منی کو گاڑھا کرتی ہے۔ ☆ قوت باہ مضبوط کرتی ہے بشرطیکہ چینی ملا کر کھائی جائے۔ ☆ جریان کیلئے بے حد مفید ہے۔ اس کا حلوہ بنا کر کھانا اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

ان فوائد کے ساتھ ساتھ اس کے حسب ذیل نقصانات بھی ہیں:۔ ☆ قابض ہے اس لیے کمزور معدے والے احباب اسے استعمال نہ کریں۔ ☆ پیٹ میں بعض دفعہ اپھارہ پیدا کرتی ہے۔ ☆ جسم کو موٹا کرتی ہے دفتری کام کرنے والوں کیلئے مناسب نہیں۔ ☆ یہ دیر ہضم ہے، البتہ اگر چینی یا شہد ملا کر کھائی جائے تو پھر اس کی یہ خاصیت ختم ہوجاتی ہے۔

احتیاط: کالی مرچ اور نمک وغیرہ لگا کر استعمال کی جائے۔ ذیابیطس کے مریض شکرقندی استعمال نہ کریں۔ اسی طرح دل کے مریض بھی اسے استعمال نہ کریں۔ البتہ شکرقندی استعمال کرنے بعد تھوڑی سونف چبا لینے سے اس کے مضر اثرات دور ہوجاتے ہیں مگر پرہیز، پرہیز ہی ہوتا ہے۔

اگر کسی کا بچہ گم ہوجائے تو۔۔۔!

اگر کسی کا بچہ گم ہوگیا ہو یا کوئی عزیز لاپتہ ہوگیا ہو تو وہ باوضو ہوکر اپنے گھر کے چاروں کونوں میں سات سات مرتبہ یہ اسم شریف پڑھ کر دم کرے اور پھر اللہ تعالیٰ سے اس طرح دعا مانگے کہ یَامُعِیْدُ (بچہ کا نام یا رشتہ دار کا نام لیکر) اپنے گھر سلامتی سے واپس آجائے۔ انشاء اللہ سات دن کے اندر اندر لاپتہ (فرد یا بچہ) واپس آجائیگا۔ (تاج چیمہ، لاہور)

ایجنسی ہولڈر کیخلاف قارئین کی شکایات

بعض لوگوں کی شکایت مسلسل آرہی ہیں، ایجنسی ہولڈر عبقری کی ادویات کے ساتھ ساتھ اپنی غیر مستند اور ناقص ادویات بھی چلا رہے ہیں۔ ادارہ نے صرف عبقری ادویات کی اجازت دی ہے۔ اس کے علاوہ ادویات کے نقصانات کے ہم ذمہ دار نہیں ہونگے۔ قارئین! صرف عبقری ادویات اعتماد سے خریدیں۔ اگر کہیں ایسا ہورہا تو ہمیں اطلاع کریں۔ ہم ایجنسی منسوخ کرنے کے مجاز ہیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ادا نہ کریں۔ (ادارہ)

غلط عاملوں کے چکر اور عقلمند کیلیے اشارہ

وہ کہتے تھے میں دن کو آرام کروں گا رات کو تمہاری پیروی کروں گا اس لیے کام پر نہیں جاؤں گا تم میرا خرچہ اٹھاؤ میں نے خرچہ اٹھایا۔ پورے چلہ کے دوران ان کے بیوی بچے تو مجھ پر اس طرح ٹوٹ پڑے جیسے کہ کوئی مفت کا مال ہاتھ آ گیا ہو

میرا نام حکیم محمد نعمان طاہر ہے۔ 1992ء سے حکمت کے کام سے وابستہ ہوں‘ ساتھ ہی عملیات اور چلہ کشی کا شوق بھی تھا۔ عامل بننے کیلئے ایک استاد بنایا۔ ان کی عمر اس وقت ساٹھ سال کے قریب تھی میں ان کے بھانجے کا دوست تھا اس لیے ان کو ماموں ہی کہتا تھا۔ انہوں نے بھی مجھے بھانجا بنالیا میں نے ان سے عملیات کا کام سیکھنے کا کہا وہ چھ ماہ لارالپا لگاتے رہے پھر سورۂ اخلاص کا عمل کروایا کوئی نتیجہ نہ نکلا‘ اسی طرح دو تین عمل کروائے کوئی نتیجہ نہ نکلا اس عرصہ دو سال میں میں ان کی ضروریات کو پورا کرتا رہا یعنی جو چیز وہ منگواتے لاکر دیتا تھا یعنی استادی شاگردی کا پورا حق ادا کرتا رہا۔ تین سال گزر گئے اس عرصہ میں باباجی ملتان سے کہیں اور شفٹ ہوگئے۔ چار پانچ سال بعد پتہ چلا کہ وہ فیصل آباد منتقل ہوگئے ہیں تین سال میں ہزاروں کا جھٹکا لگا گئے۔

میرا شوق سلامت رہا۔ میں نے ایک اور استاد بنایا ان کو حاجی صاحب کے نام سے پکارا جاتا ہے۔ مریدین کی تعداد بھی بہت زیادہ ہے۔ ان سے سلام دعا ہوگئی ایک سال خدمت کی‘ پھر چلہ کا تقاضا کیا انہوں نے سورۂ مزمل کا ایک چلہ کروایا کوئی نتیجہ نہ نکلا پے در پے انکی اجازت سے میں نے چار چلے کیے نتیجہ صفر رہا۔ پھر انہوں نے حضرت شاہ رکن عالم صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے دربار پر سورۂ مزمل پڑھنے کیلئے بتائی تو ایک رات حضرت شاہ رکن عالم رحمۃ اللہ علیہ خواب میں تشریف لائے اور فرمایا کہ ’’جب کوئی ضرورت ہو میرے پاس آجایا کرو‘ پریشان نہ ہو‘‘ لیکن سورۂ مزمل سے کوئی فائدہ نہ ہوا‘ پھر چلہ کشی چھوڑ دی اور مزار پر بھی آتا جاتا رہا اب بھی جب ضرورت ہو چلا جاتا ہوں کام کبھی جلدی کبھی دیر سے ہوجاتا ہے لیکن منزل نہ ملی۔ میرا شوق اور بڑھ گیا پھر دو سال گزر گئے استاد استادیاں کرتا رہا ہم خدمت کرتے رہے پھر انہوں نے ایک منتر دیا وہ پڑھا چالیس دن میں سوا لاکھ پورا کیا موکل آتا تھا لیکن خواب میں‘ کوئی بات نہیں کرتا تھا۔ استاد نے اس کا کوئی حل نہیں نکالا بس یہی کہتا رہا کہ پڑھتے رہو میں تین سال پڑھتا رہا نتیجہ صفر‘ آخر تھک گیا استاد کے پاس آنا جانا چھوڑ دیا اور کسی اور استاد کی تلاش میں نکل کھڑا ہوا......!!! کچھ عرصہ بعد ایک عامل سے ملاقات ہوئی انہیں ساری صورتحال بتائی انہوں نے کہا کہ یہ تو کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے انہوں نے سورۂ ناس کا چلہ کروایا۔ شرط یہ رکھی کہ گھر اکیلا ہونا چاہیے‘ صرف پھیکا سالن کھانا ہے‘ دودھ چائے سب بند۔ سب شرائط پوری کی مطب کے ٹائم کے علاوہ روزانہ آٹھ گھنٹے تک پڑھائی تھی روزانہ سورۂ ناس چار ہزار بار پڑھنا تھی‘ 53 دن پڑھوائی نتیجہ صفر رہا۔ میری حالت اس دوران کافی خراب رہی لیکن ’’شوق دا کوئی مل نئیں‘‘۔ میرے اس استاد نے سو روپیہ روزانہ مجھ سے تقاضا کیا تھا وہ میں روزانہ دیتا رہا وہ کہتے تھے میں دن کو آرام کروں گا رات کو تمہاری پیروی کروں گا اس لیے کام پر نہیں جاؤں گا تم میرا خرچہ اٹھاؤ میں نے خرچہ اٹھایا۔ پورے چلہ کے دوران ان کے بیوی بچے تو مجھ پر اس طرح ٹوٹ پڑے جیسے کہ کوئی مفت کا مال ہاتھ آ گیا ہو بچے مٹھائی کا تقاضا کریں‘ بیوی مربے کھانے آجائے‘ کبھی شربت بادام کی بوتل دیدو تو کبھی روح افزا کی بوتل‘ اس کے علاوہ اور بہت کچھ یعنی انہوں نے میرا ’’کونڈا‘‘ کردیا۔ ایک چلہ کے دوران پندرہ بیس ہزار کھا گئے‘ پیر صاحب اپنے اندر حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کی حاضری (جو فرضی ہوتی) بلاتے تھے جب ملاقات کرواتے تو میری بلاوجہ کی غلطیاں گنوا کر حاضری ختم کردیتے۔ چلہ کی ناکامی کے اسباب میرے ہی سر تھوپ دیتے‘ آخر یہ فیصلہ ہوا کہ لاہور جانا پڑے گا‘ داتا صاحب اور پیر عزیزالدین مکی رحمۃ اللہ علیہ کے مزار پر جائیں گے وہاں حاضری موکل کی تمہیں مل جائے گی۔ آخر ایک دن وہ مجھے میرے خرچہ پر لاہور لے گئے پہلے عزیزالدین مکی رحمۃ اللہ علیہ کے دربار پر گئے وہاں بھی فرضی حاضری لی اور کہا کہ کام ہوجائے گا پریشان نہ ہو اور ایک غلطی وہاں بھی نکال دی کہ جب تم میرے پاس آئے تو آنے سے پہلے دیگ کیوں نہیں بانٹی۔ پھر داتا صاحب رحمۃ اللہ علیہ آئے وہاں مزار پر بیٹھ کر وہی فرضی حاضری اپنے اندر لی اور مبارک باد دی کہ تم ملتان پہنچو ایک ہفتہ میں تمہارا کام ہوجائے گا۔ مقصد سمجھ میں آ گیا کہ اب بھی میرے ساتھ فراڈ ہی ہورہا ہے۔ خیر انسان کچھ کرتا ہے لیکن اللہ کسی کی محنت ضائع نہیں کرتے اسی ہفتہ کے دوران مجھے خواب میں حضرت پیر مکی رحمۃ اللہ علیہ اور **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں‘ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

گزشتہ قسط میں آپ نے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کی کتاب کا متن صوفی فقیر کی تعریف میں پڑھا اس سے پیر صاحب ہمیں کیا سمجھانا چاہتے ہیں اور آپ کا مطلوب کیا ہے (ایک مرتبہ آپ دوبارہ اس متن کو ملاحظہ فرمالیں تاکہ یاددہانی ہوجائے) آپ کا سمجھانا اور آپ کا مطلوب یہ ہے فقیر وہ نہیں جس کا ہاتھ سازوسامان دنیاوی سے خالی ہو بلکہ فقیر وہ ہے جس کی طبیعت مراد سے خالی ہو اور اس بات کی وضاحت بھی حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے خود ہی کی ہے جس کا مفہوم یہ ہے کہ اگر اللہ جل شانہٗ اس کو مال دے اور اس کی مراد و چاہت مال کی حفاظت ہے تو بھی یہ شخص اللہ کے یہاں غنی ہے اسی طرح اگر اللہ نے اس کو صحت دی ہے تو وہ اس صحت کو عطا ربانی جان کر اس کی حفاظت کرے اور اگر اس کو اللہ نے صحت کی نعمت تو عطا کی اور اس نے اس نعمت کی قدر نہ کی تو اس نے اللہ جل شانہٗ کا شکر ادا نہ کیا قیامت کے دن تجھ سے اس نعمت کے بارے میں پوچھ ہوگی کہ تو نے ہماری نعمت کا شکر ادا کیوں نہیں کیا اسی طرح مال بھی اللہ پاک کی نعمت ہے اور مال کی حفاظت بھی ان نعمتوں میں شامل ہے اور جو مال کی حفاظت کرے گا وہ ایسے ہے جیسے اس نے اللہ کی نعمتوں کی حفاظت کی اور وہ اللہ کے حکم کی حفاظت کررہا ہے۔

یہاں ایک نکتہ یاد رکھیں اس شخص کی مراد مال نہیں بلکہ اس نعمت کی حفاظت ہے جو اللہ پاک نے اس کو دی ہے اور اگر اس کی نیت صاف ہے تو یہ حفاظت کرنے والا شخص قیامت کے دن اپنی نیت کے بقدر خوب نیکی اور انعام پائے گا اور دوسری صورت یہ ہے کہ کسی کو اللہ پاک نے مال دیا اور اس نے وہ مال راہ خدا میں صرف کردیا اور خرچ کردیا تو ایسا شخص بھی غنی ہے کیونکہ کبھی کچھ لے کر قرب پایا جاتا ہے اور کبھی کبھی کچھ دے کر قرب پایا جاتا ہے لیکن ایک چیز بڑی احتیاط طلب ہے کہ لے کر ایک بات کا بہت زیادہ خطرہ ہوتا ہے کہ انسان اس چیز میں کھو ہی نہ جائے مثلاً ایک شخص کو مال ملا اب اس بات کا خطرہ ہے کہ یہ انسان اس مال میں مشغول ہوکر اللہ ہی سے نہ غافل ہوجائے کیونکہ دنیا کی صحبت ہی برائی کی جڑ ہے۔ اگلی قسط میں آپ اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کے متوکلین گروہ کے حالات ملاحظہ فرمائیں گے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 39

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں' قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

قبر دو حصوں میں کھل گئی

میں کونے میں بیٹھا سورۃ مزمل کی آیت اِنَّ لَکَ فِی النَّهَارِ سَبۡحًا طَوِیۡلًا ﴿مزمل﴾ اس کا تکرار کر کے سورۃ مزمل پوری کر رہا تھا مجھے سورۂ مزمل تین سو تیرہ دفعہ پڑھنی تھی اور میرے اردگرد تیز نئی چھریاں گڑی ہوئی تھیں جس کا میں نے کڑا دیا ہوا تھا' صحابی بابا میری نگرانی پر تھے' مجھے گیارہ دن قبرستان میں رہنا تھا اور صرف نماز عشاء کے بعد یہ عمل شروع کرنا تھا اور نماز فجر تک اس عمل کو مکمل کرنا ضروری تھا۔ یہ ایک سخت عمل تھا جس میں مسلسل مجاہدہ' قربانی اور تلخی تھی۔

میں سارے پرہیز کر کے یعنی ترک جلالی' ترک جمالی' ترک حیوانات' ترک شہوات یہ عملیات کی دنیا کے وہ پرہیز ہیں نہ ہر بندہ یہ کرے اور نہ ہی یہ ہر بندے کے بس میں ہے اس لیے اس بحث میں نہ پڑیے گا۔ میں نے محسوس کیا کہ قبر دو حصوں میں کھل گئی آہستہ آہستہ کھلی جیسے کوئی محل کے گیٹ کے دو بڑے دروازے کھلتے ہیں۔

قبر میں اتر جاؤ

اس کے اندر کی ساری حقیقت مجھے نظر آنے لگی قبر کے اندر سیڑھیاں بنی ہوئی تھیں مجھے کسی نادیدہ طاقت نے حکم دیا کہ اس میں اتر جاؤ میں اٹھا اور اس میں اترنا شروع کیا۔ قبر ایک کھلے میدان کا منظر دے رہی تھی' میں سیڑھیوں میں اترا تو مجھے ایک ویران کھلا میدان نظر آیا۔ اردگرد پرانے محلات' پرانے مکانات' کچھ پرانی بارہ دریاں تھیں۔ کہیں نہریں بہہ رہی تھیں' کہیں چشمے پھوٹ رہے تھے لیکن سبزہ کم تھا ویرانی وحشت زیادہ تھی میں ایک طرف چلنا شروع ہو گیا لیکن انوکھی بات یہ ہے کہ میں اپنی زمین پر سردی چھوڑ کر آیا تھا لیکن مجھے یہاں گرمی محسوس ہوئی میں واپس پلٹا اپنے موٹے کمبل کو سیڑھیوں کے قریب رکھ کے اس خیال سے کہ واپس جاتے ہوئے اسے پھر لیتا جاؤں گا' میں چلا جا رہا تھا میری منزل کوئی نہیں تھی' بس ایک طاقت مجھے چلا رہی تھی آگے ایک مکان جو بہت بڑا محل نما تھا وہاں پہنچا جب میں وہاں پہنچا تو کسی نے میرا نام پکارا کہ وہ آپ کا مہمان آیا ہوا ہے۔

قبر کے اندر سبزہ ہی سبزہ

دروازہ خود بخود کھلا کھولنے والا نظر نہ آیا میں اندر داخل ہوا تو اندر سبزہ ہی سبزہ تھا حسن و جمال کا آخری عکس تھا' فوارے' چشمے' خوبصورت پھول' جگہ جگہ بیٹھنے کیلئے سونے اور چاندی کی کرسیاں اور بنچیں تھیں۔ میں نے ایک جگہ سے پھول توڑا اس کی خوشبو سونگھی خوشبو کیا تھی جس نے مجھے مدہوش کر دیا میں نے ایک چشمے کا پانی پیا دونوں ہاتھوں کے چلو بھر کر چہرے پر چھینٹے مارے مجھے اپنے ہاتھوں سے اس کے بعد کئی ہفتے خوشبو آتی رہی اس کے بعد کئی دنوں تک میں کچھ کھا سکا نہ پی سکا' میرا جسم تروتازہ ہوتا تھا اور مجھے بھوک پیاس نہیں لگتی تھی۔

بونے نما لوگوں کا زیر زمین ہجوم

میں ایک چاندی کے سفید خوبصورت نقش و نگار سے مرصع بنچ پر بیٹھ گیا اور میں مسلسل سورۃ مزمل پڑھ رہا تھا اسی دوران دروازے کھلے اور چھوٹے چھوٹے ایک بالشت سے کم یا اس سے کچھ تھوڑا زیادہ بونے نما لوگ میری طرف دوڑ کر آنے لگے وہ سب میری طرف دوڑ رہے تھے ہر کسی کے ہاتھ میں پھول تھا اور ایک شخص کے ہاتھ میں چراغ تھا باقی سب کے ہاتھ میں پھول تھے ان کی باریک آوازیں استقبال کا منظر پیش کر رہی تھیں' وہ دور سے دوڑتے ہوئے آ رہے تھے ان کے قدم چھوٹے ان کے جسم اور ٹانگیں چھوٹی لیکن رفتار سانپ کی رفتار سے کہیں زیادہ اور پھرتی چیتے سے کہیں زیادہ اور آواز میں تیزی بجلی کی کڑک کی طرح تھی۔

ہم زمین کے نیچے رہتے ہیں

وہ قریب آئے مجھے کوئی خوف محسوس نہیں ہو رہا تھا اور میں محسوس کر رہا تھا یہ سب میرے دوست ہیں وہ کہنے لگے ہم آپ کے دوست ہیں آپ ہماری نگری میں آئے ہیں میں نے کہا اس نگری کا نام کیا ہے کہا ہمارے مطابق تو اور نام ہے لیکن آپ اسے زمینی نگری پکارا کریں۔ ہم زمین کے نیچے رہتے ہیں۔ میں نے پوچھا زمین کے نیچے بھی نگری ہے کہا! ہاں زمین کے نیچے بہت نگر ہیں اور بہت عالم ہیں بہت تو ہم جانتے ہیں اور کتنے ایسے بھی ہیں جو ہم نہیں جانتے ان کا علم صرف اللہ کے پاس ہے میں حیران ان کی باتیں سن رہا تھا میرے پاس پھولوں کا ڈھیر لگ گیا۔

روحانی چراغ کا تحفہ

آخر میں ایک بونے نے مجھے چراغ دیا میں نے پوچھا یہ کیوں دیا؟ کہا یہ زندگی میں آپ کے کام آئے گا اور پھر پھونک مار کر اس کو بجھا دیا کہا اس کو بجھانا بھی پھونک مار کے ہے اور جلانا بھی پھونک مار کے ہے ہاں جب جلانا تو یہ آیت پڑھ لینا اَللّٰهُ نُوۡرُ السَّمٰوٰتِ وَ الۡاَرۡضِ (النور 35) جب بھی یہ آیت پڑھیں گے یہ چراغ خود بخود جل جائیگا۔

چراغ کے فوائد

میں نے اس آیت کے اور فوائد پوچھے' کہا بہت زیادہ ہیں' میں نے کہا بیان کریں۔ کہا جس کا دل بے رونق ہو' گناہوں سے کالا ہو گیا ہو' بدکاریوں سے سیاہ ہو گیا ہو' اللہ کی نافرمانیاں کر کے بخشش کی امید نہ ہو اور وہ چاہتا ہے کہ اس کا دل نورانی ہو جائے اور وہ اس آیت کو ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ' سوتے اور اٹھتے وقت بھی گیارہ مرتبہ پڑھے اور جب بھی کوئی چیز کھائے یا پئے اس آیت کو تین مرتبہ پڑھ لیا کرے' اس کے دل کی اجڑی زندگی آباد ہو جائے گی اور کوئی دیر نہیں لگے گی کہ وہ زمانے اور وقت کے ولیوں میں اس کا شمار ہو جائے گا۔ میں حیران ہوا اس چھوٹی سی آیت کے یہ فائدے۔۔۔! کہنے لگے ہاں اس کے بعد اور فوائد بھی ہیں۔ وہ چراغ والا جن کہنے لگا میں دراصل ان تمام جنات کا سردار ہوں۔

ہم زمین کے نیچے رہتے ہیں ہماری غذائیں پھلوں اور سبزیوں کی جڑیں ہوتی ہیں جو ہمیں زمین کے نیچے ہی مل جاتی ہیں۔ اس آیت کا کمال یہ بھی ہے کہ جس کی آنکھوں کا نور روز بروز ختم ہو رہا ہو وہ بھی اسی تعداد میں روز پڑھنا شروع کر دے آنکھوں کا نور روز بروز بڑھتا چلا جائے گا عینک بھی اتر سکتی ہے اگر یقین' مستقل مزاجی اور تحمل کیساتھ کچھ عرصہ پڑھ لے تو۔۔۔۔

اور جو کشف لینا چاہتا ہے' سینوں کے راز اور بھید جاننا چاہتا ہے' کشف القبور یا کشف الصدور پانا چاہتا ہے وہ اس آیت سے اسی تعداد کے ساتھ استفادہ کرے اگر اس کا دل پاکیزہ ہوگا تو بہت جلد اس آیت کا اثر ہوتا ہے ورنہ جیسا دل ویسا اثر ہوتا ضرور ہے۔

کہیں خزانہ دفن ہونے کا شک ہے کہ خزانہ نہیں مل رہا اس آیت کو درج بالا تعداد سے اگر تمام لوگ پڑھنا شروع کر دیں تو خزانے کے بارے میں خواب میں معلومات مل سکتی ہیں۔ آپ جنات کو دیکھنا چاہتے ہیں اور جاگتی

آنکھوں کے ساتھ دیکھنا چاہتے ہیں اس آیت کو اسی تعداد کے ساتھ پڑھیں بس شرط ہے دل جتنا پاکیزہ ہوا اتنا اس کی تاثیر بڑھتی چلی جائے گی۔

اس چراغ والے بونے جن نے اس کے اور بھی کمالات بتائے جس کی لمبی تفصیلات ہیں۔ مجھے چراغ دیتے ہوئے کہنے لگے اس میں کبھی تیل نہ ڈالیے گا اس میں ایک طلسماتی تیل ہے جو کبھی ختم نہیں ہوگا۔ میں نے پوچھا اس چراغ کا فائدہ کیا ہے کہا اس چراغ کو جلا کر آپ بیٹھیں گے تو آپ کو بھولے ہوئے الفاظ بھی یاد آئیں گے‘ مدہم تحریر بھی نمایاں ہوجائے گی۔ آپ کی آنکھیں اور دماغ نہیں تھکے گا چاہے جتنا لکھ لیں اگر اس چراغ کو جلا کر تسبیح پڑھیں گے تو ایک دن میں آپ چاہیں تو پانچ لاکھ کلمہ پڑھ لیں‘ دن بھی نہیں گزرے گا اور کلمہ کی رفتار بھی تیز ہوگی اور نہ آپ تھکیں گے اور نہ جسم اور منہ میں خشکی پیدا ہوگی۔ آپ جب بھی چاہیں اس چراغ کو جلائیں قبرستان میں جس قبر کے ساتھ رکھ دیں وہ آپ کو اپنی اصل حقیقت‘ ساری زندگی‘ موت کے بعد کی ساری حقیقت سوفیصد صحیح بتائے گا۔ کسی کے گھر میں جنات ہیں اور جنات نے اس کو تنگ کیا ہوا‘ بس اس گھر میں جا کر اس چراغ کو جلائیں بس جلاتے ہوئے یہی آیت پڑھنی ہے اَللّٰهُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضِ (النور 35) اور اس آیت کو پڑھ کر پھونک ماریں گے چراغ فوراً جل جائے گا۔

بس اس گھر میں اس چراغ کو جلانا ہے۔ اس کے جلتے ہی وہ جنات اگر نیک ہیں تو اپنی شرارت سے باز آجائیں گے اگر بدکار ہیں تو توبہ کرلیں گے اگر زیادہ ہٹ دھرمی کریں گے تو فوراً جل جائیں گے ان کے جلنے کی نشانی یہ ہوگی کہ چراغ کی بتی میں تھرتھراہٹ پیدا ہوگی اور ان کے توبہ کرنے کی نشانی یہ ہوگی کہ چراغ کی بتی تیز سے ہلکی ہوجائے گی۔

چراغ کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ جس کو اپنا دوست بنانا چاہتے ہو اس کا نام لے کر چراغ جلا دو بس وہ آپ کے بغیر بیقرار ہوجائے گا اور جب تک چراغ جلتا رہے گا وہ بیقرار رہے گا لیکن اگر اس کو ناجائز میں کیا تو ٹھیک تین دن کے بعد آپ کی موت آجائے گی۔

اگلا فائدہ اس سے بھی حیرت انگیز بتایا آپ چاہتے ہیں کہ کوئی شخص چاہے وہ غریب ہے‘ بادشاہ ہے‘ رئیس ہے یا امیر ہے وہ آپ کو اپنے پاس بلوائے اس کا نام لیکر تین دفعہ پہلے اس چراغ پر پھونک ماریں پھر اس آیت کو پڑھ کر اس چراغ پر پھونک ماریں اس کے جلتے ہی وہ شخص آپ کی ملاقات کیلئے بے قرار ہوجائے گا اور جب تک آپ سے ملاقات نہ کرلے گا اور آپ سے ملاقات کی تدبیر اور ترکیب وہ خود نکالے گا آپ کو کہنے کی ضرورت نہیں۔

چراغ کی حفاظت

اور بھی اس چراغ کے بہت کمالات بتائے۔ بس ایک چیز خاص طور پر بتائی کہ اس چراغ کی حفاظت ضرور کیجئے گا کوئی انسان اگر اٹھالے گا تو اس کو تو نفع نہیں ہوگا لیکن اگر کسی کامل عامل جن کو پتہ چل گیا تو وہ ضرور اس کو اٹھا کرلے جاسکتا ہے کیونکہ اس چراغ کی حفاظت ہم صرف آپ کو دے رہے ہیں اور آپ کے پیچھے صحابی بابا کے کمالات اور توجہات ہیں اس لیے کہ آپ ہماری نگری میں آئے ہیں ہم آپ کو کچھ تحفہ دیے بغیر نہیں بھیج سکتے۔

ہم آدم علیہ السلام سے پہلے کے ہیں

میں نے ان کو کہا آپ کتنے عرصے سے یہاں رہتے ہیں کہا حضرت آدم علیہ الصلوٰۃ والسلام سے پہلے ہم اسی نگری میں رہتے ہیں اور یہی زمینی نگری ہمارا آشیانہ ہے۔

میں نے پوچھا آپ کو جاننے اور پانے کیلئے کوئی نشانیاں اگر آپ بتاسکتے ہیں۔۔۔ کہنے لگے ہم بتاتے ہیں لیکن وعدہ کریں کہ آپ کسی کو نہیں بتائیں گے میں نے کہا میں یہ وعدہ نہیں کرسکتا یہ میرے مزاج اور طبیعت میں نہیں کہ میں کسی کو نہ بتاؤں‘ کوئی کام کی چیز مجھے ملے اور اللہ کے بندوں کو ان کے کانوں تک میں چیز نہ پہنچاؤں یہ میرے بس میں نہیں لیکن میں آپ سے منت کرکے درخواست کرتا ہوں اب آپ نے بتاہی دیا ہے تو مجھے ضرور اس کا بتائیں۔

زیرزمین مخلوق سے ملنے کا راز

کہنے لگے ٹھیک ہے آپ جانیں آپ کا کام۔۔۔ہم آپ سے تو نہیں چھپا سکتے اگر آپ کبھی چراغ لیکر نہ آئیں اور ایسے ہی قبرستان میں آجائیں تو لفظ ’’بدوح‘‘ جس کی مجھے انہوں نے خاص تعداد بتائی یہ پڑھیں اگر نوچندی کی راتیں ہوں تو آپ کو سہولت رہے گی اگر تاریک راتیں ہوں تو بھی ہم آپ سے ملاقات کریں گے۔ کسی نااہل کو اس کی تعداد نہ بتائیں کیونکہ یہ لفظ جنات کا لفظ ہے اور یہ حب کیلئے‘ تسخیر کیلئے اور جنات کو غلام بنانے کیلئے یا پھر اپنا دوست بنانے کیلئے‘ مہمات کیلئے‘ مشکلات کیلئے‘ مسائل کے حل کیلئے‘ پریشانیوں کے دور کرنے کیلئے یہ ہم ایک دوسرے کو بتاتے رہتے ہیں۔ بس آپ آکر یہی لفظ کہیں اور اسی لفظ کو یقین‘ طاقت اور دھیان سے پڑھیں اور اسی کو پڑھتے ہی قبر کے تمام پردے ہٹ جائیں گے اور ہم آپ سے ملاقات کریں گے۔

آیۃ الکرسی‘ سورۂ اخلاص اور قبرستان

ایک اور نشانی بتائی جب بھی آپ قبرستان آئیں۔ دائیں دروازے کی طرف سے ضرور آئیں‘ آپ سورۂ اخلاص پڑھتے ہوئے آئیں وہ قبرستان والوں کو بھی گفٹ کریں اور ہمیں بھی جتنا زیادہ پڑھتے ہوئے آئیں گے اتنا اس کی تاثیر اور طاقت ملے گی اور ہم آپ سے جلدی ملاقات کریں گے کیونکہ قبرستان والوں کو اور ہمیں آیۃ الکرسی اور سورۂ اخلاص سے بہت محبت ہے۔ جب بھی کوئی شخص قبرستان والوں کو آیۃ الکرسی جتنی دفعہ چاہے اور سورۂ اخلاص بھی جتنی دفعہ چاہے پڑھ کر بخشتا ہے تو قبرستان والوں کو ان اعمال سے جتنی ٹھنڈک پہنچتی ہے شاید کسی بھی عمل سے نہ پہنچتی ہو اور اسی طرح ہم بھی اس عمل کی وجہ سے بہت مسرور اور خوش ہوتے ہیں اور سورۂ اخلاص کے پڑھنے والوں سے ہم جلدی ملاقات کرنے کیلئے خود تڑپتے اور بے چین ہوتے ہیں۔ میں نے ان سے واپسی کی اجازت چاہی کہنے لگے آپ ہماری نگری میں پہلی دفعہ آئے ہیں صحابی بابا نے ہمیں حکم دیا تھا کہ ہم اس نگری کے راز و نیاز آپ کو بتائیں ابھی بہت کچھ بتانا ہے میں نے کہا مجھے دیر ہورہی ہے آپ فی الحال مجھے جانے دیں میں پھر کبھی آؤں گا کیونکہ آپ نے اپنے آنے کے سارے راستے اور کوڈ مجھے بتادیئے ہیں میں ان سے اجازت لے کر آگے بڑھا اور وہ چراغ والے بونے جن اور دوسرے بونے جنات مجھے سیڑھیوں تک چھوڑنے آئے۔

یہ کیا تھا؟ کیا ہوا؟ کیسے ہوا؟

میں اپنے اندازے کے مطابق وہاں سات آٹھ گھنٹے سے زیادہ رہا ہوں گا لیکن میں نے کمبل اوڑھ کر جب سیڑھیوں پر قدم رکھا تو مجھے وہی وقت ملا‘ وہی ملا جہاں چھوڑ کر گیا تھا اس راز سے اب بھی حیران ہوں کہ یاالٰہی! یہ کیا راز ہے؟ کیا وقت تھم جاتا ہے؟ کیا گھڑیاں رک جاتی ہیں؟ یا وہاں کا نظام وقت سے سہارا نہیں لیتا؟ یا وہاں کے وقت کی ترتیب اور ہے؟ آپ یقین جانیے اس چیز کی مجھے ابھی تک خود سمجھ نہیں آئی یہ کیا تھا؟ کیا ہوا؟ کیسے ہوا؟ یہ سوال میرے اندر بہت عرصہ چبھتا رہا۔ (جاری ہے)

’’جنات کا پیدائشی دوست‘‘ کی پچھلی اقساط قرآن وحدیث کے مستند حوالوں اور اکابر اولیاء کے خوبصورت واقعات کیساتھ اب کتابی صورت میں شائع ہوچکی ہیں۔ قارئین! آج ہی مطالعہ کریں۔

جانور اپنے بچے کیسے پالتے ہیں؟؟؟

ڈاکٹر محشر عابدی

خرگوش کا گھر اس کی اچھی مثال ہے۔ وہ زمین کے اندر یا تو ایک نئی سرنگ بنا لیتا ہے یا پھر پرانی سرنگ ہی کے آخری حصے میں گھاس وغیرہ جمع کر کے اس جگہ کو کسی قدر نرم اور گرم کمرے میں تبدیل کر لیتا ہے۔ بعض اوقات مادہ اپنے جسم کے بال بھی نوچ کر گھاس میں ملا دیتی ہے۔

میرے دوست کے گھر کے پاس ایک بہت اونچا درخت تھا۔ اس کی ایک نہایت اونچی شاخ کے سرے پر ایک گلہری نے اپنا گھونسلا بنا رکھا تھا' لیکن اسے کچھ خبر نہ تھی۔ ایک روز جب وہ کھڑکی سے جھانک کر باہر دیکھ رہا تھا کہ اسے درخت کی چوٹی پر کوئی چیز متحرک نظر آئی' غور سے دیکھا' تو پتہ چلا گلہری ہے۔ وہ اسے دیکھتا رہا۔ گلہری آہستہ آہستہ اور بڑی احتیاط سے نیچے اتر رہی تھی۔ خاصی نیچے اتر آئی' تو احتیاط کا سبب معلوم ہوا۔ اس نے اپنے منہ میں ایک بچہ دبا رکھا تھا۔ زمین پر پہنچنے کے بعد وہ تیزی سے سبزے پر دوڑتی ہوئی جھاڑیوں میں چھپ گئی۔

چند منٹ کے بعد وہ پھر جھاڑی سے نکلی' دوڑتی ہوئی اسی درخت پر چڑھی' اپنے گھونسلے میں پہنچی اور پھر ذرا دیر بعد ایک اور بچے کو منہ میں دبائے اسی احتیاط سے نیچے اترنے لگی۔ وہ ان دو بچوں سے پہلے اور کتنے بچوں کو منتقل کر چکی تھی' اس بارے میں کچھ نہیں کہا جا سکتا لیکن یہ واقعہ ہے کہ وہ اپنے پورے کنبے کو وہاں سے کسی دوسری جگہ منتقل کر رہی تھی۔ وہ ایسا کیوں کر رہی تھی؟ یہ ایک دوسرا سوال ہے غور کرنے کے بعد خیال ہوا شاید اس کا پہلا مسکن غیر محفوظ تھا اور اسی وجہ سے اس نے جھاڑی میں دوسرا گھر بنا لیا ہے۔ یہ نیا مسکن پہلے سے زیادہ بڑا اور ایک اور نہایت اونچے درخت کی چوٹی پر تھا۔ کئی ایک بچوں کو یکے بعد دیگرے ایک درخت سے دوسرے درخت پر منتقل کرنا بڑا مشکل اور سخت محنت کا کام تھا' لیکن ''ماتا'' بڑے بڑے اور حیرت ناک کام کرا سکتی ہے۔

اکثر حیوان اسی طرح اپنے بچوں کو غیر محفوظ مقامات سے محفوظ جگہوں پر پہنچا دیتے ہیں' مثلاً بھیڑیا' شیر ببر' لومڑی وغیرہ...... یہ حیوان بلی کی طرح اپنے بچوں کو گردن سے پکڑ کر لے جاتے ہیں۔ عجیب بات یہ ہے کہ جب چھوٹے چھوٹے جانوروں کو ان کی کھال سے پکڑ کر اٹھایا جاتا ہے تو وہ نہ تو اپنے آپ کو چھڑانے کی کوشش کرتے ہیں اور نہ پنجے مارتے ہیں۔ غالباً یہ بات ان کی فطرت میں داخل ہے کہ اگر انہیں جسم کے اس حصے سے پکڑ کر اٹھایا جائے تو سمجھ جاتے ہیں کہ کچھ نقصان نہ ہوگا۔ اسی طرح بڑے ہو کر بھی وہ اس بات کو نہیں بھولتے' چنانچہ اگر کسی جنگلی جانور کو اس کی گردن کے اوپر سے پکڑ کر اٹھایا جائے تو وہ بے حس و حرکت لٹکا رہتا ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ اسے بچپن کا زمانہ اچھی طرح یاد ہوتا ہے۔

بعض اوقات حیوانات اپنے بچوں کو دشمنوں سے بچانے کیلئے نہایت محفوظ اور آرام دہ گھر بناتے ہیں۔ خرگوش کا گھر اس کی اچھی مثال ہے۔ وہ زمین کے اندر یا تو ایک نئی سرنگ بنا لیتا ہے یا پھر پرانی سرنگ ہی کے آخری حصے میں گھاس وغیرہ جمع کر کے اس جگہ کو کسی قدر نرم اور گرم کمرے میں تبدیل کر لیتا ہے۔ بعض اوقات مادہ اپنے جسم کے بال بھی نوچ کر گھاس میں ملا دیتی ہے۔ اسی طرح ایک ایسی نرم و ملائم گدی بن جاتی ہے جس میں بے بس اور لوتھڑے سے بچے پیدائش کے بعد پڑے رہتے ہیں۔ اس اہتمام کے بعد بھی ماں ان کی طرف سے پوری طرح مطمئن نہیں ہوتی اور باہر جاتے وقت سرنگ کے دروازے کو اس طرح بند کر دیتی ہے کہ دشمن تو دشمن ٹھنڈی ہوا تک اندر داخل نہیں ہو سکتی۔ وہ سرنگ کھودتے وقت جو مٹی باہر نکالتی ہے اسی سے سرنگ کا دہانہ ڈھک دیتی ہے اور جب تک زمین کو پوری طرح ہموار نہ کر دے وہاں سے ہٹنے کا نام نہیں لیتی۔ بعض جانور ایسے بھی ہیں جن کے بچے پیدائش کے وقت پوری طرح نشوونما پائے ہوئے نہیں ہوتے۔ ان میں کنگرو اور بعض دوسرے تھیلی دار جانور شامل ہیں۔ کنگرو کے بچے پیدائش کے فوراً بعد ماں کے پیٹ کی تھیلی میں واپس چلے جاتے ہیں اور پھر مکمل نشوونما کے بعد باہر نکلتے ہیں۔ اسی طرح بندریا اپنے بچے کو ہر وقت چھاتی سے چمٹائے رکھتی ہے اور جب کوئی اس کے قریب جاتا ہے تو غصے سے لال پیلی ہو کر دانت نکالتی اور چیختی ہے۔ ایری آس مچھلی انڈے دینے کے بعد اپنے منہ کی تھیلیوں میں لیے لیے پھرتی ہے اور جب تک بچے بڑے ہو کر آزادانہ زندگی بسر کرنے کے قابل نہیں ہو جاتے انہیں منہ سے باہر نہیں نکالتی...... ایک مینڈک فیتے نما انڈوں کی تھیلی اپنی کمر کے گرد لپیٹ لیتا ہے اور یہ تھیلی بچے نکلنے تک اس کے جسم سے چمٹی رہتی ہے۔

عبقری کی سابقہ فائلوں سے ہر ماہ موتی چنیں

گھریلو مسائل کا انسائیکلوپیڈیا

سردی کا موسم اور چلغوزہ کے فوائد

(1) چلغوزہ مقوی اعصاب ہے۔ (2) بھوک بڑھاتا ہے۔ (3) لقوہ اور فالج میں اس کا مسلسل استعمال مفید ہے۔ (4) پرانی کھانسی میں مغز چلغوزہ رگڑ کر شہد میں ملا کر چاٹنا مفید ہوتا ہے۔ (5) مغز کھیرا اور مغز چلغوزہ ہم وزن استعمال کرنے سے بند پیشاب جاری ہوتا ہے۔ (6) مغز چلغوزہ، جریان، یرقان اور درد گردہ میں بے حد مفید ہے۔ (7) اس کا کھانا جسمانی گوشت کو مضبوط کرتا ہے۔ (8) رعشہ اور جوڑوں کے درد میں مغز چلغوزہ صبح و شام ہمراہ پانی یا قہوہ یا چائے کے ساتھ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (9) ریاح کو دور کرتا ہے۔ (10) مادہ تولید کو پیدا کرتا ہے۔ (11) مقوی باہ ہے۔ (12) دل اور دماغ کو تقویت دیتا ہے۔ (13) سردیوں میں اس کا استعمال زیادہ ہوتا ہے۔ (14) دمہ میں بھی مغز چلغوزہ کو شہد کے ہمراہ رگڑ کر چاٹنا مفید ہوتا ہے۔ لیکن مریض کو چاولوں سے پرہیز کروانا ضروری ہوتا ہے۔ (15) گردہ کو طاقت دیتا ہے۔ (16) یہ جگر، مثانہ اور آلات تناسل کے لیے بے حد مفید ہے۔ (17) سدے کھولتا ہے۔ (18) چلغوزہ دیر ہضم ہوتا ہے۔ اس لیے مقدار سے زیادہ کھانے میں احتیاط ضروری ہے۔ (19) بلغمی مزاج والوں کے لیے سردیوں کا یہ ایک معتدل ٹانک ہے۔ (20) کھانا کھانے کے بعد اس کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ (21) مغز چلغوزہ دودھ کے ہمراہ کھانے سے جسم موٹا ہوتا ہے۔ (22) گنٹھیا کے مرض میں اس کا استعمال مفید ہے۔ (23) خون کے فساد کو دور کرتا ہے۔ (24) فالج اور رعشہ میں مغز چلغوزہ ایک تولہ اور شہد چھ ماشہ ملا کر کھلانا بے حد مفید ہے۔ (25) چلغوزہ کے چھلکوں پر روغن سا لگا ہوتا ہے۔ جو چھیلتے وقت مغز کے ساتھ لگ جاتا ہے۔ اور ایسے مغز کھانے سے معدے میں سوزش ہو جاتی ہے اور گلے کی خراش کا بھی احتمال ہوتا ہے۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

تھوڑی سی ورزش‘ ڈھیروں بیماریاں ختم

ڈاکٹر محمد احمد‘ اسلام آباد

ماہرین کہتے ہیں کہ اگر خواتین ایام کی تکلیف سے بچنا چاہتی ہیں تو اس کا موثر اور فوری حل یہ ہے کہ اپنی طرز زندگی پر نظر دوڑائیں۔ اگر آپ گھریلو کام کاج نہیں کرتیں تو کم از کم اپنے لیے ورزش کا وقت ضرور نکال لیں۔ کچھ نہیں تو کم از کم واک ہی کا اہتمام کریں۔

سر کے بل کھڑے ہونا بہترین ورزش

ماہرین نے الٹے کھڑے ہونے کو سر اور گردن کے لیے بہترین ورزش قرار دیا ہے تاہم بلڈ پریشر کے مریض اسے ڈاکٹر کے مشورے سے کریں الٹے کھڑے ہونے سے سر اور گردن میں دوران خون بڑھتا ہے اور دماغ کو بھی تقویت پہنچتی ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر آپ الٹے کھڑے نہیں ہو سکتے تو پھر روزانہ کئی منٹ ایسے بیٹھیں کہ آپ کا سر آپ کے دونوں گھٹنوں کے درمیان ہو۔

قبض سے بچیں: طبیبوں کے نزدیک قبض ام الامراض (بیماریوں کی ماں) ہے۔ یہ دس قسم کے امراض کی وجہ بنتی ہے۔ لہٰذا آپ اس معاملے میں محتاط رہیں۔ قبض کا احساس ہوتے ہی آپ کو اپنی غذا اور کھانے کے اوقات وغیرہ پر نظر ثانی کرنی ہوگی۔ اس کے علاوہ آپ کو کھانے کے دوران پانی سے پرہیز کرنا ہوگا۔ بہت ضروری ہو تو شروع میں آپ تھوڑا سا پانی پی سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اپنی غذا میں ایسی چیزیں شامل رکھنا ہوں گی جس سے قبض کے امکانات پیدا نہ ہو سکیں۔ تھوڑا بہت پھل کھانے کے ساتھ رکھیں اور خاص طور پر تھوڑا سا پپیتا اس معاملے میں بہت معاون ثابت ہوگا کوشش کریں کہ آپ جو غذا لے رہے ہیں وہ نہ تو زیادہ چکنائی کی حامل ہو اور نہ ثقیل کہ آپ کے معدے کو ہضم کرنے میں مشکلات کا سامنا ہو۔ اگر آپ کو قبض بہت زیادہ ہوگیا ہے تو اس کے لیے آپ ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

نرم سادہ اور زود ہضم غذا: اگرچہ چٹ پٹی، مرغن اور مصالحہ دار غذائیں جنوبی ایشیاء کے لوگوں کی کمزوری ہیں تاہم اس معاملے میں بھی احتیاط کی ضرورت ہے۔ کسی بھی چیز کی زیادتی ہمیشہ نقصان پہنچاتی ہے۔ غذا کے استعمال کے معاملے میں بھی یہ سدابہار محاورہ یاد رکھیں۔ اگرچہ کبھی کبھار مرغ مسلم یا پرتکلف کھانا کھانے میں کوئی ہرج نہیں تاہم اسے معمول نہ بنائیں۔ کوشش کریں کہ آپ کی غذا سادہ، زود ہضم ہو۔ اس کے لیے سبزیوں اور پھلوں کے استعمال کی عادت ڈالیں۔ کھانا جتنا زود ہضم اور سادہ ہوگا، آپ کے معدے کو ہضم کرنے میں اتنی ہی آسانی ہوگی۔ گیس کی تکلیف بھی نہیں ہوگی۔ یہی وجہ ہے کہ طبی ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ سادہ اور زود ہضم غذائیں عمر بڑھاتی ہیں۔ سو سال یا اس سے بھی زائد عمر پانے والے اکثر مرد و خواتین سے جب ان کی لمبی عمر کا راز پوچھا جاتا ہے تو ان کا یہی جواب ہوتا ہے سادہ غذا اور سرگرم طرز زندگی۔ کھائیے اور کام کیجئے۔

ایام کی تکلیف سے بچیں: بالغ خواتین میں ایام کی تکلیف کافی شدید ہوتی ہے۔ اس کی اگرچہ کچھ اور بھی وجوہات ہوسکتی ہیں تاہم امراض نسواں کے ماہرین کا ایک واضح خیال ہے کہ اس کی بڑی وجہ خواتین کا سرگرم نہ ہونا ہے اگر وہ فعال اور متحرک زندگی گزار رہی ہوں تو انہیں اس درد کی کم سے کم شدت کا سامنا کرنا پڑے گا۔ ماہرین کہتے ہیں کہ اگر خواتین ایام کی تکلیف سے بچنا چاہتی ہیں تو اس کا موثر اور فوری حل یہ ہے کہ اپنی طرز زندگی پر نظر دوڑائیں۔ اگر آپ گھریلو کام کاج نہیں کرتیں تو کم از کم اپنے لیے ورزش کا وقت ضرور نکال لیں۔ کچھ نہیں تو کم از کم واک ہی کا اہتمام کریں۔

سن یاس کا درد: سن یاس جسے انگلش میں مینوپاز کہتے ہیں یہ بڑی عمر کی خواتین کا وہ دور ہوتا ہے جب ان میں بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت ختم ہوجاتی ہے اس دور کے آغاز میں خواتین میں ہارمونی تبدیلیوں کی وجہ سے ذہنی تناؤ، دباؤ اور سستی میں اضمحلال کی کیفیت رہتی ہے جسے موجودہ دور میں ڈپریشن کہا جاتا ہے اس کی وجہ ہارمون سیرٹیونن کی سطح میں کمی ہے۔ اگر اس ہارمون کی مقدار جسم کو ملتی رہے تو اس ڈپریشن سے بہت حد تک نجات مل سکتی ہے۔ نشاستے دار غذائیں اور کم چکنائی کی حامل غذائیں استعمال کرنے سے اس ہارمون کی پیداوار بڑھائی جا سکتی ہے۔ ایسی غذاؤں میں مکئی وغیرہ سرفہرست ہے۔

وزن بڑھنے نہ دیں: عمر اور قد کے لحاظ سے وزن آپ کو صحت مند رکھنے میں بہت اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اپنے قد کے اعتبار سے آپ کا آئیڈیل وزن آپ کا ڈاکٹر بتا سکتا ہے تاہم آپ کی کوشش ہونی چاہیے کہ آپ اپنے وزن کو بڑھنے نہ دیں۔ خاص طور پر آپ کا پیٹ نہیں بڑھنا چاہیے۔ موٹاپا بذات خود مرض ہے۔ ایک مطالعے کے مطابق جن مردو خواتین کی عمر 66 برس سے زیادہ ہو اور ان کا وزن بھی اوسط سے زیادہ ہو تو ایسے لوگوں کے لیے ذہنی صلاحیتوں میں کمی کا امکان 66 سال کے ان افراد سے زیادہ ہوتا ہے کہ جن کا وزن اس عمر میں اوسط وزن سے زیادہ نہ ہو بڑی عمر میں متحرک زندگی گزارنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ اپنے وزن پر نظر رکھیں بلکہ بہتر ہے کہ گھر میں مشین منگوا کر رکھ لیں اور ہفتے دس دن میں ایک بار چیک کریں۔

پیشاب کی نالی میں انفیکشن: اگرچہ پیشاب کی نالی میں انفیکشن کا زیادہ شکار خواتین ہوتی ہیں تاہم مردوں میں بھی یہ شکایت ہوسکتی ہے۔ ایسی صورت میں پیشاب کی نالی میں شدید تکلیف ہوتی ہے، حمل کے دوران بہت ساری خواتین اس شکایت میں مبتلا ہوجاتی ہیں۔ ماہرین کہتے ہیں کہ جب آپ کی عمر چالیس سے پچاس سال کے درمیان ہو تو پیشاب ٹیسٹ لازمی کرائیں۔ اگر جلن وغیرہ کے ساتھ پیشاب آئے یا تکلیف محسوس ہو تو فوراً ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔ ابتدائی سطح پر ہی اسے روک لیا جائے تو آدمی بڑی تکلیف سے بچ سکتا ہے۔

کیلے کا روزانہ استعمال‘ اپنی عادت بنائیں: غذائی ماہرین کے نزدیک کیلا صحت کا خزانہ ہے۔ ہمارے ہاں یہ سستا بھی ہے اور ہر کوئی اسے خرید سکتا ہے پھر بھی کیلا نہ کھانا افسوس ناک ہوگا کیلے میں کیلشیم، فولاد، میگنیزیم اور فاسفورس ہوتا ہے۔ اس میں وٹامن اے اور وٹامن سی بھی موجود ہوتا ہے اس کے علاوہ وٹامن بی، تھایامین، رائبوفلیون، نایاسین بھی موجود ہوتے ہیں جو دماغ کو طاقت اور جلا بخشتے ہیں ماہرین کے نزدیک اگرچہ عمر کے ہر دور میں کیلا صحت کے لیے مفید ہے لیکن بڑی عمر میں اس کا استعمال اور بھی فائدہ دیتا ہے۔

ورزش کیجئے لیکن: صحت کے ماہرین ورزش کی تلقین تو کرتے ہی رہتے ہیں اور بلاشبہ اس کی بڑی معقول وجہ بھی ہے۔ ہر شخص ورزش کے فوائد جانتا ہے تاہم ورزش کے معیاری اور غیر معیاری ہونے کے بارے میں کم لوگ جانتے ہیں اگر آپ کسی ماہر کے مشورے سے اپنی صحت کے اعتبار سے ورزش کے بارے میں رہنمائی حاصل کریں گے تو یہ زیادہ بہتر ہوگا۔ تاہم ایک عام سی بات آپ کو معلوم ہونی چاہیے اگر آپ بہت آہستہ آہستہ ورزش کرتے ہیں تو آپ کو حرارے جلانے کے لیے کم از کم پینتالیس منٹ ورزش کرنا ہوگی۔ اسی طرح ورزش کے لیے ایسے اوقات کا انتخاب کریں جس میں آپ سکون کے ساتھ ایک ڈیڑھ گھنٹہ ورزش کے لیے وقف کرسکیں۔ افراتفری اور بے سکونی میں کی جانے والی ورزش زیادہ مفید نہیں رہتی۔ آپ کے جسم کے ساتھ آپ

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد کٓھٰیٰعٓصٓ (مریم) حٰمٓ عٓسٓقٓ (الشوریٰ) کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں رسالہ عبقری کی تین سال سے مسلسل قاریہ ہوں اور مراقبہ کرنا میں نے تقریباً ایک سال پہلے سے شروع کیا۔ شروع کے تین چار ماہ میں نے مسلسل مراقبہ کیا لیکن میرا دھیان ہی نہیں بنتا تھا یا بنتا تھا تو فوری ٹوٹ جاتا ہے۔ لیکن جب میں نے کچھ لوگوں کی مراقبے کی کیفیات پڑھیں تو اللہ سے عرض کرتی کہ اے اللہ اگر آپ ان کو مراقبہ میں خانہ کعبہ، جنت دکھا سکتے ہیں تو مجھ جیسی گنہگار کو بھی دکھا دیں، روتی گڑگڑاتی رہی، پھر اسی رمضان میں نے مراقبہ شروع کیا اس کی تفصیل درج ذیل ہے۔

مراقبہ میں مجھے بڑی بڑی کمال کی چیزیں اور منظر نظر آئے۔ جنت کے بے شمار باغات، محلات اور خاص طور پر روزہ دار کیلئے بننے والے محل تو دیکھنے کے لائق ہیں اس قدر روشنیاں ہیں کہ آنکھیں کھولنے کا دل ہی نہیں چاہتا۔ پہلی بار جنت اور دوزخ مجھے وقفے وقفے سے نظر آئی جنت جتنی خوبصورت ہے دوزخ اتنی ہی خوفناک اور اس کے منظر ایسے ہیں کہ صرف دیکھنے سے ہی اس کی حدت کا احساس ہو رہا تھا۔ لاوے کے دریا، خون اور پیپ کے نالے، آگ کے سمندروں کے سمندر، اللہ پاک اس خوفناکی سے ہر انسان کو بچالے۔ (آمین) ایک دن میں مراقبے میں بیٹھی تو مجھے بہت بڑے میدان میں ڈھیروں کی تعداد میں پرندے نظر آنے شروع ہوگئے، وہ پرندے غالباً کبوتر کی طرح کے تھے وہ یک دم سے اڑنا شروع کرتے ہیں اور آسمانوں کی طرف کا رخ کرتے ہیں جب زمین اور آسمان کے آدھے راستے تک گئے تو منظر بدل گیا اور کچھ بزرگ نظر آئے جن میں سے دو بزرگ غصے والے جلالی تھے اور ایک تو مجھے نرم مزاج، تیکھے نقش ونگار، رنگ گورا اور وہ جائے نماز پر بیٹھے دعا مانگ رہے تھے۔ دعا سے فارغ ہوئے اور میری طرف بڑی شفقت کی نگاہ سے دیکھنے لگے۔ اتنے میں پھر منظر بدلا اور وہی کبوتر اڑتے اڑتے مزید اور اوپر کی طرف جانے لگے جہاں عجیب وغریب منظر تھے۔ بڑے بڑے بادل، آسمان اور پتہ نہیں کیا کیا...... اللہ مجھے روحانیت کی ترقی کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

مراقبہ اور زیارت رسول ﷺ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں تقریباً تین سال عبقری کی قاریہ ہوں، مجھے مراقبے کا شروع سے ہی شوق تھا، اس پر میں نے بہت ریسرچ بھی کی اور اکثر مراقبہ کرتی بھی تھی لیکن میری توجہ نہیں بنتی تھی، جب میں نے عبقری میں مراقبے کا کالم دیکھا تو میری خوشی کی انتہا نہیں رہی، میں نے عبقری میں دیا ہوا مراقبہ دل سے کرنا شروع کردیا، آہستہ آہستہ میری توجہ بنتی گئی ابھی پچھلے ماہ اپنے گھر میں مراقبہ کیا مراقبے کے دوران میں نے ایک دم روشنی دیکھی اور پھر خانہ کعبہ پہنچ گئی پھر اس کے بعد مدینہ منورہ گئی۔ وہاں صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کی محفل سجی ہے۔ نبی پاک ﷺ موجود ہیں، میں وہاں بیٹھ جاتی ہوں۔ حضور نبی اکرم ﷺ مجھے قرآن پاک دیتے ہیں اور میں وہ لے کر پھر اپنی جگہ پر بیٹھ جاتی ہوں۔ روضہ رسول ﷺ کے سامنے کھڑی ہوں ایک صاحب آتے ہیں دل میں ہے کہ یہ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہٗ ہیں وہ میرے پاس کھڑے ہوتے ہیں پھر ایک خاتون آتی ہیں میرے پاس کھڑی ہوتی ہیں روضہ اطہر کی جالیوں کے سامنے اور دل میں ہے کہ یہ حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہیں میں نے ان کے چہرے واضح نہیں دیکھے۔ (س۔ب)

مجالس مجذوبی

میں نے سورۂ کوثر پڑھنی شروع کردی، اس دوران پرنٹنگ مکمل ہوگئی اور کٹنگ ہونا شروع ہوگئی، جیسے ہی کام مکمل ہوا لائٹ چلی گئی۔

نازیبا لباس اور جنات کا حملہ: حضرت جی نے فرمایا: ایک عورت کلینک پر اپنے ساتھ ایک چار سال کی بچی لے آئی ماں اور بیٹی دونوں کا لباس انتہائی نازیبا تھا، تھوڑی ہی دیر بعد وہ بچی اس عورت کے سر پر چڑھ کر لٹو کی طرح گھومنے لگی اور کچھ دیر بعد نیچے اتر گئی۔ اس عورت نے کہا: یہ بچی اسی طرح کرتی ہے، اگر اس وقت اسکو چار مرد بھی پکڑیں تو یہ کنٹرول نہیں ہوتی کیونکہ اس میں ان سے زیادہ طاقت آجاتی ہے۔ انکو یہ نصیحت کی گئی کہ لباس میں اگر حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کی اوڑھنی اور فاطمہ رضی اللہ عنہا کا لباس زندگی میں لے آؤ تو زندگی میں سے ہر قسم کی پریشانی ختم ہو جائیگی۔

لائٹ کا وقت پر جانے سے رک جانا: ایک صاحب بتانے لگے کہ یہ دو روز قبل کا واقعہ ہے کہ پرنٹنگ کا کام مکمل کر کے دینا تھا اور رات آٹھ بجے لائٹ بند ہو جاتی تھی۔ ایک طرف پرنٹنگ اور کٹنگ کا کام رہ گیا۔ مشین آپریٹر کہتا تھا کہ کام ختم ہونے سے قبل ہی لائٹ چلی جائے گی اور کام مکمل نہیں ہوگا۔ میں نے کہا: تم کام کرو انشاء اللہ کام مکمل ہو جائے گا۔ میں نے سورۂ کوثر پڑھنی شروع کردی، اس دوران پرنٹنگ مکمل ہوگئی اور کٹنگ ہونا شروع ہوگئی، جیسے ہی کام مکمل ہوا لائٹ چلی گئی۔

وقت میں برکت کا دوسرا واقعہ: ایک صاحب کہنے لگے کہ ہمارے علاقے میں 5 سے 6 بجے تک لائٹ بند ہو جاتی ہے۔ میرے بیٹے کا پیپر تھا، ہمارا UPS خراب تھا، ماموں کے گھر سے ایمرجنسی لائٹ لایا، وہ کہنے لگے یہ صرف آدھا گھنٹہ چلتی ہے اور پھر بند ہو جاتی ہے۔ میرے بیٹے کو جب ضرورت پڑی تو اس نے سورۂ کوثر پڑھ کر لائٹ جلائی اس کی برکت سے ایمرجنسی لائٹ ایک گھنٹہ تک جلتی رہی اور پھر لائٹ آگئی اور میرا بیٹا اپنے پیپر کی تیاری کرتا رہا۔

پروفیسر محمد رفیق ساگر، فیصل آباد

خوش رہنا چاہتے ہوتو دوسروں کوخوش رکھو

روح نظر نہیں آتی۔ نہ کوئی ثابت کرسکا ہے اور نہ کرے گا۔ مگر انسان پیٹ سے فارغ ہوکر روحانی مسائل کی طرف آئے گا تو روحانی جلوے اس پر نمودار ہوں گے۔ ہر انسان چند الفاظ کے ورد سے غیبی طاقتیں حاصل کرنا چاہتا ہے

ہمارا وجود دو چیزوں سے بنا ہے ایک جسم جو ظاہری طور پر ہمیں نظر آتا ہے اور دوسری روح جو ظاہری آنکھ سے نظر نہیں آتی۔ دونوں کے ملاپ سے زندگی کا حسن قائم ودائم ہے۔ دونوں کی جدائی موت ہے۔ یورپ نے جسم کو بنایا سنوارا اور مادیت میں اتنا آگے نکل گیا کہ اسے روحانیت کا احساس ہی نہ رہا۔ وہ مادی ترقی کا اسیر ہوکر روحانی اقدار کو بھول گیا ہے اور مشرق روحانی ترقی میں اتنا ڈوب گیا ہے کہ اپنے وجود سے ہی محروم ہوگیا ہے۔ صرف روحانی باتوں سے وہ سب کچھ پانا چاہتا ہے۔ یہی مشرقی اقوام کی کم عقلی ہے۔

حقیقت میں اسلام مادیت اور روحانیت کا مجموعہ ہے۔ روح بیمار ہوتو جسم کا رنگ وروغن بھی کسی بھیانک تصویر سے کم نہیں ہوتا اگر جسم توانا ہے تو یہ سمجھنا چاہیے کہ روح اپنے جلوے دکھارہی ہے۔ یہی روح ہے جس سے روحانیت کی دنیا آباد ہوتی ہے جسم کی پرواز محدود ہے جبکہ روحانی پرواز سات آسمانوں کو چیر کر جہاں تک جانا چاہتی ہے چلی جاتی ہے۔ یہ روحانی زندگی کا کمال ہے کہ ہم اپنے گھر میں بیٹھ کر پوری دنیا کی سیر کرتے ہیں۔ ہماری روحانی پرواز جتنی بلند ہوتی ہے ہمارے امکانات اتنے ہی روشن ہوتے ہیں۔ زندگی اتنی ہی زیادہ سمجھ دار ہے کیونکہ اس کے نظارے روحانیت میں رکھ دیئے گئے ہیں یہ راز اللہ ہی جانتا ہے کہ اس نے اپنے بے تار (Wire Less) سسٹم میں کیا کچھ رکھ دیا ہے۔ روح نظر نہیں آتی۔ نہ کوئی ثابت کرسکا ہے اور نہ کرے گا۔ مگر انسان پیٹ سے فارغ ہوکر روحانی مسائل کی طرف آئے گا تو روحانی جلوے اس پر نمودار ہوں گے۔ ہر انسان چند الفاظ کے ورد سے غیبی طاقتیں حاصل کرنا چاہتا ہے۔ روحانیت کے کمال درجے تک پہنچنا چاہتا ہے اور اس کام کیلئے وہ روحانی ہستیوں سے ملتا ہے مگر مایوس ہوکر لوٹ آتا ہے کیونکہ روح اور روحانیت کی دنیا کچھ اور ہے۔ اس میں لٹانا زیادہ ہے اور پانا کم ہے۔

روحانی کمالات کا آغاز اپنی ذات کی نفی سے ہوتا ہے۔ غریبوں اور بے کسوں کی دعاؤں میں یہ نظر آتی ہے۔ کسی کا دل بن جائیں تو ہمارا دل سکون وقرار حاصل کرتا ہے۔ روحانی معاملات دل کی دنیا سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ نظر نہیں آتے۔ بس محسوس ہوتے ہیں۔ ان کے قوانین ذرا مادی دنیا سے ہٹ کر ہوتے ہیں۔ ان کا فلسفہ عام قوانین سے قدرے مشکل ہے، بس سادہ سا ایک فارمولہ ہے کہ خوش رہنا چاہتے ہوتو اپنے جیسوں کو خوش رکھو...... کسی کا دل بن جاؤ یا کسی کی جان بن جاؤ۔

خوشی آپ کے اندر ہے: خوشی آپ اپنے اندر سے تلاش کرسکتے ہیں۔ صرف اپنے انداز فکر کو بدلیے۔ مثبت انداز فکر کو اپنایئے۔ تصویر کا ہمیشہ روشن پہلو ہی مدنظر رکھا کریں۔ تاریک پہلو یا منفی سوچیں آپ کو ڈیپریشن یا اداسی ہی بخش سکتی ہیں خوشی ہرگز نہیں دے سکتی ہیں۔ مشکل حالات سے نبٹنا سیکھیں امید کا دامن ہاتھ سے نہ چھوڑیں۔ امید کی ہلکی سی کرن بھی دل میں خوشی کا احساس زندہ رکھتی ہے۔

مسائل کو اپنے اوپر سوار مت کریں: اگر قدرت کی طرف سے آپ پر کوئی پریشانی یا مصیبت نازل ہوتی ہے تو ہر وقت صرف میں ہی کیوں؟ جیسی سوچیں اس پریشانی میں کئی گنا اضافے کا باعث بن جاتی ہے۔ اس کے بجائے ٹھنڈے دل سے مسئلے کے بارے میں سوچیں۔ ان لوگوں کو مدنظر رکھیں جو آپ سے بھی بڑی کسی مصیبت میں مبتلا ہیں تو آپ کو اپنی پریشانی بہت چھوٹی لگے گی اور آپ اپنے مسائل کا بہتر حل سوچ سکیں گے۔

مسائل کو بلاوجہ مت لٹکائیں: اگر آپ کسی بھی مسئلے کو طول دیتے جائیں گے اور متعلقہ غیر متعلقہ سب لوگوں سے صلاح مشورہ کریں گے تو آپ زیادہ پریشانی کا شکار ہوسکتے ہیں۔ مشورہ ضرور کیجئے مگر صرف اپنے خیر خواہوں سے مگر اپنی قوت فیصلہ کو بھی مضبوط بنایئے۔ بروقت اور صحیح فیصلہ کرنے کی عادت آپ کی کئی پریشانیوں کو کم کرکے آپ کو پرسکون کرسکتی ہے۔

خوش ہونے کیلئے بڑے واقعات کا انتظار مت کریں۔ چھوٹی چھوٹی باتوں سے خوشیوں کو کشید کریں۔ آپ کے بچے کی معصوم شرارت بھی آپ کو خوشی سے ہمکنار کرسکتی ہے۔ اپنے اردگرد نظر دوڑایئے ہزار ہا لوگ مصائب میں مبتلا نظر آئیں گے۔ دیکھئے آپ ان کی کس حد تک مدد کرسکتے ہیں۔ کسی کی مدد کرکے آپ کو جو خوشی اور سکون ملے گا اس کا کوئی نعم البدل نہیں۔ لوگوں کو خوشیاں بانٹیے قدرت آپ کا دامن خوشیوں سے بھر دے گی۔ اپنے آپ پر اعتماد کیجئے یقیناً آپ اپنے مسائل کا بہتر حل تلاش کرسکتے ہیں۔ اس بات پر یقین رکھیں کہ اللہ کسی بھی شخص پر اس کی استطاعت سے زیادہ بوجھ نہیں ڈالتا۔ ماضی پر ہمیشہ نظر رکھیں۔ ان غلطیوں کو دہرانے سے گریز کیجئے جن کی وجہ سے آپ نے ماضی میں نقصان اٹھایا ہو۔ ہمارے بہت سے مسائل خود ساختہ ہوتے ہیں۔ ہمسائے کی نئی گاڑی، پلاٹ، کسی رشتے دار کے بچے کی امتحان میں اعلیٰ کامیابی بھی بعض اوقات ہمیں مایوسی اور غم میں مبتلا کردیتی ہے۔ یہ حسد ہے اور اس سے بچیں۔ حدیث شریف میں حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ حسد نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ لکڑیوں کو۔ دوسروں کی خوشیوں میں کھلے دل سے شرکت آپ کو بھی خوشی دے سکتی ہے۔

آخری اور سب سے اہم نکتہ یہ ہے کہ بحیثیت مسلمان ہم سب تقدیر پر ایمان رکھتے ہیں اس یقین کو مضبوط بنایئے۔ اللہ سے ہمیشہ بہتری کی دعا کریں اور اگر کوئی مصیبت آجائے تو اسے صبر اور حوصلے سے برداشت کریں اور یہ یقین رکھیں کہ آپ کا رب آپ سے ستر ماؤں سے زیادہ محبت کرتا ہے وہ یقیناً آپ کو مشکل سے نکالے گا۔ مایوس ہونے کی بجائے اللہ کی ان نعمتوں کا شکر ادا کرنا نہ بھولیے گا جو اس نے آپ کو عطا کی ہیں۔ وہ شکر اور صبر کرنے والوں کو زیادہ نوازتا ہے۔

میرے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے

1۔ اگر کسی کو سردی کے موسم میں بہت زیادہ سردی لگتی ہو یا کپکپی طاری ہوتو وہ تھوڑا سا نیم گرم پانی پی لے اس کا یہ مرض رفع ہوجائے گا۔ **2**۔ سردیوں میں جسم کی دردوں کیلئے نیم گرم دودھ میں ایک چٹکی ہلدی ملا کر پینے سے افاقہ ہوتا ہے۔ **3**۔ قبض دور کرنے کیلئے صبح نہار منہ دو گلاس نیم گرم پانی پینے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ **4**۔ مکھیوں اور مچھروں کی بہتات ہوتو اس کیلئے آزمودہ ٹوٹکہ ہے کہ ایک بالٹی پانی میں ایک چائے کا چمچہ مٹی کا تیل اور ایک چائے کا چمچہ ڈیزل ڈال کر ملائیں اس پانی سے فرش پر پوچا لگائیں تو مکھیاں اور مچھر بھاگ جاتے ہیں۔ **5**۔ ایک گلاس گرم پانی میں آدھا لیموں ایک ٹکڑا دار چینی ایک ٹکڑا ادرک اور چند پودینے کے پتے ڈال کر رکھ دیں نیم گرم ہونے پر یہ پانی پینے سے ہر طرح کے موٹاپے میں فائدہ مند ہے۔ **(رفعت خانم، فیصل آباد)**

بند ناک کو کھولنے کا انوکھا طریقہ

ڈاکٹر عامر، سرگودھا

اس مرض کے علاج کیلئے غلط غذاؤں کی تلافی کرنا بے حد اہمیت رکھتا ہے۔ مریضوں کو پہلے قدم کے طور پر متوازن غذاؤں کا استعمال شروع کردینا چاہیے اور اپنے کھانوں میں نمک کی مقدار کم سے کم کردینی چاہیے کیونکہ نمک جسمانی ٹشوز میں پانی جمع کرتا ہے

ناک کی اندرونی جھلیوں، ہڈیوں کے جوڑوں اور گزرگاہوں میں سوزش ہوجانے کی علامت یہ ہیں: مریض مسلسل چھینکتا رہتا ہے، ناک بہتی رہتی ہے، ایک یا دونوں نتھنے بند ہوجاتے ہیں، سر میں درد ہوتا ہے اور دماغ بوجھل محسوس ہوتا ہے۔ درد زیادہ تر ماتھے اور آنکھوں کے نیچے چہرے کی ہڈیوں ودانتوں میں ہوتا ہے۔ ہلکے ہلکے بخار کے علاوہ بھوک بھی ختم ہوجاتی ہے۔ سانس لینے میں بھی تکلیف ہونے لگتی ہے جس کی وجہ سے مریض خود کو بے بس اور لاچار محسوس کرتا ہے۔ ناک کی جھلیوں میں سوزش کے باعث مریض کی آواز بھی بھاری ہوجاتی ہے۔

اسباب: یہ مرض نزلہ وزکام کے بعد ناک، گلے اور سر کے اندر کی جانب کی نازک جھلیوں اور گزرگاہوں میں بلغم جم جانے کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔ یہ بلغم، خون میں زہریلے مادوں کی پیدا کردہ خراش اور سوزش کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ اطبا کہتے ہیں کہ درحقیقت جھلیوں کی سوزش ناقص غذا کا بھی نتیجہ ہوتی ہے جب کوئی شخص باقاعدگی سے خاص قسم کی غذا کھاتا اور خاص قسم کے مشروبات پیتا رہتا ہے تو وہ ان کا عادی ہوجاتا ہے جس سے اس کے جسم پر ان کے اثرات بھی رونما ہونے لگتے ہیں ایسے لوگوں میں سے بعض افراد ناک سے متعلق متعدد اقسام کے الرجی کیلئے بہت حساس ہوجاتے ہیں اور اس کا ردعمل ناک کی جھلیوں کی سوزش یا مستقلاً ورم کی صورت میں نکلتا ہے۔

علاج: اس مرض کے علاج کیلئے غلط غذاؤں کی تلافی کرنا بے حد اہمیت رکھتا ہے۔ مریضوں کو پہلے قدم کے طور پر متوازن غذاؤں کا استعمال شروع کردینا چاہیے اور اپنے کھانوں میں نمک کی مقدار کم سے کم کردینی چاہیے کیونکہ نمک جسمانی ٹشوز میں پانی جمع کرتا ہے اور جسم میں سے کیلشیم خارج کرتا ہے۔ جن دنوں مرض کی شدت ہو اور بخار بھی ہو تو مریض کو ٹھوس غذا کے بجائے زیادہ تر تازہ پھلوں اور سبزیوں کا جوس پینا چاہیے جو اس کی مقدار کے برابر اس میں پانی ملا ہوا ہونا چاہیے۔ مرض کی شدت ختم ہوجانے کے بعد مریض کو بتدریج اچھی متوازن غذا کھانے کا سلسلہ شروع کردینا چاہیے جو تین بنیادی فوڈ گروپوں یعنی بیجوں، بادام، اخروٹ، مونگ پھلی۔ سبزیوں اور پھلوں پر مشتمل ہو۔

دوا سے علاج: وٹامن اے کی حامل غذائیں زکام اور جھلی کے ورم کے خلاف مؤثر مدافعت کرتی ہیں۔ ان غذاؤں میں بالائی نکالے بغیر دودھ، دہی، انڈے کی زردی، کدو، گاجر، پتوں والی سبزیاں، ٹماٹر، کنو مالٹا، آم اور پپیتا شامل ہیں۔ جھلی کے ورم کا مرض پرانا ہوچکا ہو تو وٹامن اے بطور دوا استعمال کرانے سے فوری آرام آجاتا ہے۔ معالجین بتاتے ہیں کہ ناک کی جھلیوں کی سوزش میں مبتلا مریضوں کو وہ دوا کے ذریعے وٹامن اے اور وٹامن سی کا استعمال کرواتے ہیں۔

غذا بطور دوا: اوپر تو ہوئی ایلوپیتھک طریقہ علاج کی بات لیکن ایک اور مؤثر ترین دیسی نسخہ بھی ہے۔ یہ نسخہ لہسن اور پیاز ہے انہیں کھانے سے تنفس کی نالی میں جمع شدہ بلغم صاف ہوجاتا ہے۔ یہ تھوڑی تھوڑی مقدار میں روزانہ کھائیے اور ناک کی جھلیوں کی سوزش میں مبتلا مریض انہیں اپنے کھانوں کا باقاعدہ حصہ بنالیں تو اس سے بہت مفید نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ گاجر، چقندر، کھیرے اور پالک کے جوس الگ الگ یا آپس میں ملا کر پیجئے۔ اس سے بھی بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

پانی بطور دوا: ناک کی جھلیوں کی سوزش کے باعث سانس کا راستہ بند ہونے لگتا ہے اور سانس لینے میں دقت ہوتی ہے۔ طبیعت میں چڑچڑا پن آجاتا ہے اور منہ کے ذریعے سانس لینے کے باعث حلق خشک اور زبان پر کانٹے پڑنے لگتے ہیں۔ اس صورت حال میں بند ناک کھولنے اور جھلیوں کی سوزش سے ہونے والی تکلیف کو فوری طور پر دور کرنے کیلئے اسٹیم یعنی کہ بھاپ کو استعمال کیا جاتا ہے۔

بھاپ لینے کا طریقہ: اس کا طریقہ یہ ہے کہ کسی پتیلی میں پانی بھر کر ڈھکن ڈھانپ کر اسے ابال لیں اور جب پانی کھولنے لگے تو اسے چولہے سے اتار لیں کچھ دیر بعد اپنے اوپر ایک چادر یا بڑا تولیہ اوڑھ کر چہرے کو پتیلی کے قریب کرلیں اور اس کا ڈھکن اتار لیں۔ اس میں سے نکلنے والی بھاپ کو ناک کے ذریعے کھینچنے کی کوشش کریں جب بھاپ ناقابل برداشت محسوس ہو چہرہ باہر نکال کر پونچھ لیں۔ یہ عمل اس وقت تک کریں جب تک بھاپ موجود رہے۔ تکلیف زیادہ ہو تو ہر گھنٹے کے بعد پانچ منٹ کیلئے گرم پانی کی بھاپ میں گہرے سانس لیجئے۔ اس سے جما ہوا بلغم جلدی چھوٹ جاتا ہے سوزش کم ہونے لگتی ہے اور سانس لینا آسان ہوجاتا ہے اگر مرض میں شدت نہ ہو لیکن ناک کی جھلیوں کی سوزش کا مرض موجود ہو تو چوبیس گھنٹوں میں ایک بار خاص کر سونے سے پہلے بھاپ لینے سے مرض میں افاقہ ہوتا ہے اور رات کو نیند کے دوران سانس لینے میں بھی آسانی رہتی ہے۔ مرض کی شدت کے دوران آرام کرنے اور تازہ ہوا میں سانس لینے کا بھی اہتمام کیجئے۔

پرہیز: مریض کو تلی ہوئی اور نشاستہ دار کھانے پینے کی اشیاء سفید شکر، سفید آٹا، چاول، کیک، پیسٹری، ٹافیوں، میدے کی سویوں، حلوہ وغیرہ مصالحہ دار اشیاء اور گوشت سے پرہیز کرنا چاہیے۔ میٹھا کھانے کو دل چاہے تو شہد استعمال کریں۔ تمام پکے ہوئے کھانے تازہ حالت میں کھائیے۔ سبزیاں وافر مقدار میں استعمال کریں۔ تمام پھل کھائے جاسکتے ہیں لیکن لیموں، کنو مالٹے اور چکوترے سے پرہیز کریں۔ دودھ خوب پیجئے کیونکہ اس میں کیلشیم ہوتا ہے جو کہ جسم کے ٹشوز کی سوزش کو دور کرنے کیلئے بہت مفید ہے۔ اس مرض کے مریضوں کو پرفیومز کے استعمال سے بھی پرہیز کرنا چاہیے علاوہ ازیں سگریٹ نوشی، دھول اور دھوئیں والے ماحول سے بھی دور رہا جائے۔

یہ سب درس کی برکات ہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں بی کام کا سٹوڈنٹ ہوں لیکن ایک مسئلہ مجھے ہر وقت پریشان کررہا تھا میں امتحان کے بارے میں ڈرتا تھا کیونکہ پڑھائی میں دل نہیں لگتا تھا، پڑھنے بیٹھ جاؤں تو زبردست نیند آجاتی تھی اور بے چینی ہوجاتی تھی اور میوزک سے بہت پیار تھا، ہر وقت میوزک سنتا رہتا، آپ گجرات تشریف لائے تو میں بھی آپ کا درس سننے گیا۔ وہاں کسی نے بتایا آپ حکیم صاحب کے گزشتہ درس نیٹ سے سنا کریں انشاء اللہ آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔ یقین کریں حکیم صاحب کوئی مبالغہ آرائی نہیں چند درس سنے تھے کہ بے چینی والی کیفیت ختم ہوگئی البتہ ایک مجاہدہ کرنا پڑا جو کہ میرے لیے بہت مشکل تھا کہ میوزک مجھے چھوڑنا پڑا اور جب آپ کا درس میوزک کے نقصانات والا مکمل سنا تو میوزک چھوڑنے کی ہمت پیدا ہوگئی۔ اب الحمدللہ میری کیفیت بہت بہتر ہے واقعتاً آپ کے درس میں جادوئی اثر ہے اب میں مکمل درس سنتا ہوں اور امتحان میں اللہ کے فضل سے کامیاب ہوا ہوں یہ سب برکات درس ہیں۔ **(محمد رشید، گجرات)**

درود شریف سے ناممکن کو ممکن بنائیں

ع، م، چوہدری

حضرت خضر علیہ السلام اور حضرت الیاس علیہ السلام سے مروی ہے کہ انہوں نے کہا کہ ہم نے حضرت محمد مصطفی ﷺ سے ملاقات کی۔ ہم نے آپ ﷺ کو یہ فرماتے سنا کہ جو مومن بھی مجھ پر درود پڑھتا ہے اس کا دل شاداب ہوجاتا ہے اور خدائے پاک اس کا دل میں نور ڈال دیتے ہیں

پانی کے قطرے اور فرشتے

حضور پُرنور سید عالم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ خدا کا ایک فرشتہ ہے جس کا ایک بازو مشرق میں اور ایک مغرب میں۔ جب کوئی شخص مجھ پر محبت کے ساتھ درود بھیجتا ہے وہ فرشتہ پانی میں غوطہ لگا کر اپنے پر جھاڑتا ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر قطرہ سے جو اس کے پروں سے ٹپکتا ہے ایک فرشتہ پیدا کرتا ہے اور قیامت تک درود پڑھنے والے کیلئے استغفار کرتا ہے۔

رحمت الٰہی کے ذمے ہے بخشش اس کی

حضور انور ﷺ کا اعلان ہے: اے ابوکاہل رضی اللہ عنہ، جو کوئی مجھ پر ہر روز تین بار اور ہر رات تین بار میری محبت یا میرے اشتیاق میں مجھ پر درود بھیجے رحمتِ الٰہی کے ذمے ہے کہ اس دن اور اس رات کے گناہ بخش دے۔

دو فرشتوں کی آمین

حضور اکرم ﷺ کا فرمان ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ہر شخص کیلئے دو، دو فرشتے مقرر فرما رکھے ہیں کہ جب کوئی مومن بندہ میرا نام سنے اور وہ مجھ پر درود بھیجے تو وہ دونوں فرشتے بول اٹھتے ہیں غَفَرَ اللہُ لَکَ یعنی اللہ تمہاری مغفرت فرمائے۔ ان فرشتوں کی درخواست پر اللہ تبارک وتعالیٰ بذات خود تمام فرشتوں کے ساتھ جواباً فرماتا ہے۔ **''آمین''** اسی طرح جب کسی بندہ کے سامنے میرا نام آتا ہے اور وہ مجھ پر درود شریف نہیں پڑھتا تو وہ دونوں فرشتے پکار اٹھتے ہیں لَاغَفَرَ اللہُ لَکَ یعنی اللہ تعالیٰ تمہاری مغفرت نہ کرے۔ اس وقت فرشتے جواباً کہتے ہیں **''آمین''**

عجب اسرار

''اسرار الابرار'' میں درج ہے کہ فرمایا سرکار مدینہ ﷺ نے کہ جو شخص ایک بار درود پڑھے گا تو ساتوں آسمانوں کے ملائکہ اس پر درود پڑھیں گے۔ یہ سلسلہ قیامت تک جاری رہے گا جو شخص دو بار درود شریف پڑھے گا تو ساتوں آسمانوں کے فرشتے عرش عظیم، کرسی اس پر درود پڑھیں گے اور یہ سلسلہ بھی قیامت تک جاری رہے گا۔ جو شخص تین بار درود شریف پڑھے گا تو میں اُس شخص کا ضامن ہوں گا کہ روز قیامت اس کے چھوٹے بڑے گناہوں کا حساب نہ لیا جائے اور وہ پل صراط سے بجلی کی طرح تیزی سے گزر کر جنت میں میرے قریب بصد اعزاز سکونت پذیر ہوگا۔ سبحان اللہ۔

قلب کی شادابی اور انوار کا سبب

حضرت خضر علیہ السلام اور حضرت الیاس علیہ السلام سے مروی ہے کہ انہوں نے کہا کہ ہم نے حضرت محمد مصطفی ﷺ سے ملاقات کی۔ ہم نے آپ ﷺ کو یہ فرماتے سنا کہ جو مومن بھی مجھ پر درود پڑھتا ہے اس کا دل شاداب ہوجاتا ہے اور خدائے پاک اس دل میں نور ڈال دیتے ہیں۔ **(زادالابرار، صفحہ 10)**

جو اللہ سے خوشی کی حالت میں ملنا چاہے

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا جو شخص اس بات سے خوش ہو کہ اللہ تعالیٰ کی اس سے راضی خوشی ملاقات ہو، وہ مجھ پر کثرت سے درود پڑھے۔ **(زادالابرار، صفحہ 10)**

شفاعت کا مستحق

حضرت ابن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے یہ حدیث مبارک بیان فرماتے ہیں کہ جب کوئی مسلمان حضور نبی کریم ﷺ پر درود پاک پڑھتا ہے تو اللہ تعالیٰ ایک فرشتے کو مقرر کرتا ہے کہ اس درود شریف کے تحفے کو فوراً حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی خدمت میں پہنچاؤ۔ وہ فرشتہ کہتا ہے یارسول اللہ ﷺ فلاں بن فلاں یا فلاں بنت فلاں نے آپ ﷺ پر ایک بار درود شریف بھیجا ہے۔

حضور اکرم ﷺ انتہائی خوشی اور مسرت سے جواب دیتے ہیں کہ میری طرف سے اُسے دس بار سلام پہنچاؤ اور اسے پیغام پہنچادو کہ تم جنت میں میرے نزدیک ہوگے اور اس کی مثال میری ان دو انگلیوں کی طرح ہے جو ایک دوسرے کے ساتھ متصل ہیں۔ حضور اکرم ﷺ یہ بات اپنی دونوں انگشت ہائے مبارک ملا کر فرماتے ہیں کہ وہ یقینی طور پر میری شفاعت کا مستحق ہوگا۔ **(درود شریف مشکلات کا حل، 64،65)**

درود شریف ہر مسئلہ کا حل

(عمر امجد، ساہیوال)

محترم حکیم صاحب! میں اپنے ٹیچر کے پاس ٹیوشن پڑھتا ہوں تو ہمارے ٹیوشن والے ٹیچر نے کہا آپ لوگوں نے یعنی (ہم سٹوڈنٹس) نے اپنی اگلے کورس کی کتاب لے کر آنی ہے۔ ہم وہ کتاب نہ لاسکے، ہم لوگوں نے کام کی وجہ سے چھٹی بھی نہیں کرنی تھی خیر ہم لوگ بغیر کتاب کے ٹیوشن گئے میں نے راستے میں بس ایسے ہی تین یا چار مرتبہ درود شریف پڑھا جب آگے ٹیوشن گئے سارا کام کیا لیکن ٹیچر نے اس کتاب کے بارے میں کوئی سوال ہی نہ کیا۔ جیسے انہوں نے کہا ہی نہیں تھا۔ پھر ایک دفعہ میں نے بک سنٹر سے کچھ چیزیں خریدنی تھیں اور ایک پن کی نب بھی خریدی میں وہ چیزیں لیکر گھر آگیا، گھر میں آکر دیکھا تو نب کی ایک سائیڈ ٹوٹی ہوئی تھی، اگلے دن جب میں نب تبدیل کروانے گیا وہ وقت تھا بھی صبح کا جس وقت مارکیٹیں کھلتی ہیں حالانکہ اس وقت نہ تو کوئی چیز تبدیل کرکے دیتے ہیں اور نہ ادھار کی چیز دیتے ہیں پھر حسب معمول میں نے تین چار مرتبہ درود شریف پڑھا اس دکاندار نے بغیر کوئی بات کیے وہ نب مجھے تبدیل کرکے دے دیں۔

☆ ایک دفعہ میں نے میڈیکل سٹور سے چند ادویات لیں اور پھر ان میں سے کچھ استعمال کیں اور کچھ پڑی تھیں، پھر تین چار دن بعد دوبارہ دوائی لینے گیا تو پہلی والی میں سے کچھ استعمال کیں اور باقی جو پڑی تھیں وہ تبدیل کروانی تھیں پہلی والی کے ساتھ بل ساتھ بل ساتھ دیا تھا جب دوسری نئی دوائی لینے گیا تو بل تو ساتھ نہ تھا البتہ درود شریف کا بل ساتھ ضرور تھا۔ میں راستے میں درود شریف پڑھتا ہوا جارہا تھا وہاں گیا...... نئی دوائی لی اور پرانی ان سے تبدیل کروائی اس نے بل کے بارے میں پوچھا تو سہی لیکن برکت درود شریف کی وجہ سے ایسے سرسری سے انداز میں حالانکہ میڈیکل سٹور والے بغیر بل کے نہ واپس کرتے ہیں اور نہ ہی تبدیل کرتے ہیں۔ حکیم صاحب درود شریف کی وجہ سے کام آسان ہوگئے ہیں تو یہ کہوں گا یہ تو نقد کام کرواتا ہے، درود شریف مجھے ہرگز ہرگز اور ہرگز مایوس نہیں کرتا۔

میں کوئی بھی کام شروع کروں تو شروع میں درود شریف ضرور پڑھتا ہوں اور حیرت انگیز طور پر کبھی کبھی میرے ایسے کام جن کی مجھے بالکل بھی امید نہیں ہوتی وہ بخوبی سرانجام پاجاتے ہیں۔

دعوت کا ایک گُر

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت)

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنے کے قابل ہے۔

انہیں اصرار تھا کہ نکاح آپ کو پڑھانا ہے' یوں بھی وہ میری حقیقی بھتیجی کے شوہر تھے اور ہمارے بہت ملنسار عزیزوں میں تھے۔ دن میں گیارہ بجے یہ حقیر بڑے بھائی صاحب کے ساتھ میرٹھ پہنچا پڑوس کے ایک وسیع مکان میں شادی کا نظم تھا ہم لوگ بارات کے انتظار میں بیٹھے تھے تھوڑی دیر بعد بینڈ باجے کی آواز آنی شروع ہوئی جو بتدریج بڑھتی گئی' خیال تھا کہ پڑوس میں کوئی اور شادی ہوگی جہاں یہ باجا بج رہا ہے' دیکھتے ہی دیکھتے یہ بارات اس باجے کے ساتھ ہی آ پہنچی' اس حقیر کو حد درجہ دکھ ہوا' بڑے بھائی صاحب جو حضرت مولانا مسیح اللہ خان صاحب سے مسترشدانہ تعلق رکھتے تھے وہ بھی بہت برہم ہوئے باجے کی شرعی قباحت سے زیادہ ہماری خاندانی روایات میں باجا ہمارے معیار سے بہت گھٹیا بات تھی اور شاید شرعی برائی سے زیادہ ہمارے غصہ کی وجہ یہ تھی' باجے اور بارات سے برأت کر کے لوگوں کے سامنے سخت غصہ ظاہر کرتے ہوئے' ایسی شادی میں شرکت اپنے تقدس اور تقویٰ کے منافی سمجھ کر ہم دونوں وہاں سے اٹھے اور میزبان اور داعی کو اطلاع کیے بغیر شادی میں شرکت کے بغیر پھلت واپس آ گئے خیال تھا کہ داعی یا میزبان سے ملاقات ہوگی تو ان کی اچھی طرح خبر لیں گے۔

شادی کے بعد کی مصروفیات کے باوجود ہمارے دو عزیز پھلت آئے اور بڑے بھائی صاحب کے گھر جو ان کی اصل سسرال تھی کے بجائے میرے پاس پہنچے اور اس سے پہلے کہ میں اپنے غصہ کا اظہار کرتا' مجھ پر برہم ہونے لگے بہت جذباتی انداز میں بولے' آپ ہمارے کیا بڑے ہیں؟ اور ہم سے آپ کو کیا ہمدردی ہے' آپ کو ہماری خیر خواہی کہاں ہے؟ مجھے حیرت تھی اور خیال تھا کہ اُلٹا چور کوتوال کو ڈانٹ رہا ہے' یہ حقیر کچھ کہنے ہی والا تھا وہ بولے کہ جب آپ نکاح پڑھانے گئے تھے تو واپس کیوں آ گئے؟ میں نے عرض کیا کہ حیرت ہے آپ کو شرم نہیں آتی آپ نے خاندان کا نام بھی ڈبو دیا' بارات میں باجا بلوایا انہوں نے کہا میں موجود تھا؟ میں نے کہا کہ نہیں۔ انہوں نے کہا آپ نے ایک برائی ہوتے دیکھی' اگر آپ میرے بڑے اور خیر خواہ تھے تو مجھے بلانا چاہئے تھا اور مجھے سمجھانا چاہئے تھا کہ بیٹا یہ باجا گاجا گناہ ہے' اسے بند کرو' اگر میں سمجھانے سے نہ مانتا تو مجھے ڈانٹنا چاہئے تھا اگر ڈانٹ سے بھی نہ مانتا تو مجھے مارنا چاہیے تھا مگر مجھے اس برائی سے روکنا ضروری تھا اگر پھر بھی نہ مانتا تو پھر واپس آنا چاہیے تھا۔ مگر آپ نے نصیحت اور خیر خواہی کا حق ادا کرنے کے بجائے غصہ دکھایا۔ یہ کیا خیر خواہی ہے؟ اس حقیر کو اپنی غلطی کا احساس ہوا اور اپنے حال پر ندامت بھی ہوئی۔ انہوں نے بتایا کہ لڑکے کا ایک ہی ماموں تھا جو ہمارے یہاں رشتہ نہیں چاہتا تھا مگر ان لوگوں نے رشتہ کر دیا بہت اصرار کے ساتھ اس نے باجے کے ساتھ شرکت کی شرط رکھی۔ اسے خیال تھا کہ شریف لوگوں کے یہاں جب باجا جائے گا تو وہ لوگ غصہ سے بارات کو لوٹا دینگے اور بات خراب ہو جائے گی لڑکے کی ماں نے اکیلے بھائی کی شرکت کیلئے ہر شرط منظور کر لی' بارات جب ہمارے عزیز کے یہاں پہنچی تو وہ سمجھ گئے' انہوں نے پیار سے باجے والوں کو سمجھایا' تم لوگ راستہ میں باجا بجا چکے ہو تمہیں تمہاری محنت مل جائے گی' کھانا کھاؤ اور جاؤ۔

میں نے اُن عزیز سے بہت معذرت کی اور غلطی کی نشاندہی پر شکریہ ادا کیا۔ اب جب بھی خیال آتا ہے ان کے احسان کا بدلہ عطا ہونے کی دعا کرتا ہوں' اس حقیر نے محاسبہ کیا کہ باجے پر اس غصہ میں اپنی پاک بازی اور تقدس پر غرور کے علاوہ کوئی اور جذبہ شامل نہیں تھا اور اکثر ہم لوگ نہی عن المنکر کے نام پر بجائے دردمندانہ خیر خواہی کے دوسروں کی تحقیر کیلئے ان کو طنز کا نشانہ بناتے ہیں اللہ تعالیٰ میرے ان عزیز کو اس احسان کا بہترین بدلہ عطا فرمائے کہ انہوں نے مجھے یہ گر سکھایا۔

ایک داعی کی حیثیت طبیب کی سی ہوتی ہے جس کو اپنے مریض کے مرض پر ترس کھا کر' تحقیر سے دُھتکارنے کے بجائے اس کے مرض کے علاج کی کوشش کرنی چاہیے۔ اگر طبیب اپنے مریض سے کراہیت کرنے لگے اور مریض کو ہسپتال سے نکال دے یا خود حقارت سے اپنے مریض سے دور چلا جائے تو حقیقت میں وہ طبیب نہیں بلکہ احمق یا ظالم ہے۔

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ کی کتاب ''نسیم ہدایت کے جھونکے'' پڑھنا نہ بھولیں!!!

(بقیہ: ڈپٹی کمشنر کا والد کے پاؤں چومنا)

ڈی سی صاحب نے آج اپنے گھر کو اس طرح سجایا کہ جیسے اس بنگلہ پر کوئی نئی خوشی آگئی ہو شام کو بوڑھے فقیر کو بیوی بچوں سمیت کوٹھی کے اندر کھانے پر بلایا۔ ڈی سی صاحب اور اس کے بیوی بچوں نے ان سب کی خوب خدمت کی کھانے سے فارغ ہوتے ہی ڈی سی صاحب نے خوشی بھرے انداز میں اپنی بیوی بچوں اور نوکروں کی موجودگی میں خوشی کے آنسو بہاتے ہوئے بے اختیار یہ اعلان کیا کہ سب لوگ یہ سن لو کہ یہ بوڑھا آدمی میرا باپ ہے' یہ بوڑھی عورت میری ماں ہے اور یہ سب میرے بہن بھائی ہیں۔ ڈی سی بوڑھے ماں باپ کے قدموں میں گر کر بہت رویا اور کہا تم نے فلاں نواب صاحب کو اولاد نہ ہونے کی وجہ سے مجھے دیا تھا نواب صاحب نے مجھے اپنے بیٹے کی طرح پڑھایا لکھایا۔ بابا اب آپ کی مرضی ہے ریچھ بیچو یا نہ بیچو لیکن میری التجا ہے کہ تم سب اب اس گھر میں رہو گے۔ بابا بولا بیٹا اب میں بھی بازی ہارتا ہوں اب تمہاری جو خواہش ہوگی اس پر عمل ہوگا۔

(بقیہ: عبقری! میرا سچا دوست)

عیدی ملی اللہ نے اس عمل کی برکت سے غیب سے مدد کی اور ہماری عید اچھی گزر گئی۔ دوسرا واقعہ یہ ہوا کہ میری بہنوئی کروڑ پتی ہیں لیکن دل نہیں ہے۔ ان سے بیس ہزار روپے ادھار مانگے بغیر کسی چوں چراں کے انہوں نے دس ہزار روپے ایک سال کی مہلت پر دے دیئے۔ اس عمل کے کرنے سے پہلے ہر وقت میرا جسم دکھتا رہتا تھا اور پیشاب کی بہت تکلیف تھی لیکن مجھے خود محسوس ہو رہا ہے کہ اس عمل کے کرنے سے میری پیشاب کی تکلیف ختم ہوگئی اور جسم جو ہر وقت تھکا تھکا رہتا تھا وہ ختم ہو گیا ہے۔

(بقیہ: غلط عاملوں کے چکر اور عقلمند کیلئے اشارہ)

داتا علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کا دیدار نصیب ہوا۔ پیر مکی صاحب نے کہا کہ میرے پاس تمہارا مؤکل آ گیا ہے جب چاہے آ کر لے لینا اور داتا صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے مجھے ایک قرآنی آیت بتائی کہ یہ پڑھتے رہنا۔ سب کام آسان ہو جائیں گے یوں ہی سلسلہ چلتا رہا میں دو تین بار داتا صاحب اور پیر مکی کے دربار پر گیا لیکن صحیح رہنمائی نہ ہونے کی وجہ سے ناکام رہا۔ میرا موکل حضرت پیر مکی رحمۃ اللہ علیہ کے دربار پر ہی ہے میں اسے بلانے میں ناکام رہا۔ پھر ایک استاد بنایا۔ وہ بھی کئی چلے کروا چکا سب ناکام۔ اس شخص نے بھی خوب ہمیں لوٹا خوب کھایا۔ 3-2 سال اسی طرح گزر گئے یہ خود اور اس کے مؤکلات ہمیں بے وقوف بناتے رہے۔ آخر آہستہ آہستہ راز فاش ہو گیا کہ یہ شخص زبردست قسم کا زانی اور شرابی شخص ہے ہم نے کنارہ کشی کر لی لیکن ایک شخص انصار نامی آدمی کو اس نے چلہ کروا دیا۔ اس کے پاس مؤکلات بھی ہیں اسی طرح حاضری لیتا ہے اس سے میری اب بھی ملاقات ہے لیکن وہ تمام کام کالے علم سے کرتا ہے جنات بھی ہندو عیسائی ہیں۔ آخری چلہ میں نے مؤکل کی حاضری کا کیا اب تک پڑھ رہا ہوں مؤکل سے کوئی بات پوچھو تو خواب دکھا دیتا ہے کوئی بات نہیں کرتا اور نہ سامنے آتا ہے۔ لیکن اس کا کوئی نتیجہ اب تک سامنے نہیں آیا۔ میری عمر چالیس سال ہے 23,22 سال کی عمر سے محنت کرنے والا آدمی اٹھارہ سال سے ناکام ہے میں اپنے آپ کو ناکام نہیں سمجھتا لیکن لوگوں کے دھوکہ اور فراڈ نے مجھے ناکام بنا دیا ہے اگر میں ناکام ہوتا تو ان بزرگوں کا دیدار نہ کرتا۔

آخری واقعہ: یہ واقعہ گزشتہ رمضان المبارک میں پیش آیا تھا' پیش خدمت ہے میں نے رمضان شریف میں ایک لاکھ بار درود شریف پڑھا اس کا ثواب حضور ﷺ کی روح اقدس کو پیش کر دیا اور دوسرا میں نے علامہ لاہوتی کے صحابی جن بابا کو بھیج دیا اس رات کو حضور ﷺ تشریف لائے خواب میں یعنی حضور ﷺ نے خواب میں زیارت کا شرف بخشا' دوسری رات کو صحابی جن بابا تشریف لائے انہوں نے علامہ لاہوتی صاحب کی تصویر دکھائی اور ان کا پتہ بھی لکھا ہوا خواب میں دکھایا ابھی میں پتہ پڑھنے ہی لگا تھا کہ منظر غائب ہو گیا میں نے صحابی جن بابا سے عرض کی کہ میرا کام ہو جائیگا کہ نہیں انہوں نے کہا کہ ہو جائے گا۔

[redacted]

Monthly "UBQARI" Lahore CPL-166

گھریلو الجھنوں میں مبتلا ضرور پڑھیں

آج ہی اپنی کاپی بک کرائیں

جنوری سپیشل ایڈیشن پڑھنا نہ بھولیں !!!

بندشوں کی زنجیر اور روحانی ایٹم بم

ایسے لاجواب تجربہ شدہ آسان وظائف جو ایٹم بم سے بھی زیادہ پراثر اور پرتاثیر ہونگے۔ رسالے کی قیمت یعنی چالیس روپے میں یہ سپیشل ایڈیشن آپ باآسانی خرید سکتے ہیں۔ صرف مایوس اور نامرادلوگ جو ہر جگہ سے ٹھکرائے ہوئے ہیں دربدر کی ٹھوکریں کھا کر خون کے آنسو رو رہے ہیں وہی پڑھیں باقی بالکل نہ پڑھیں۔۔۔ شادی کی بندش، رزق کی تلاش، بیرون ملک سفر کی حسرت، کاروبار کی بندش، ناممکن گھریلو الجھنیں، لاعلاج بیماریاں، کالے جادو سے ڈسے تڑپتے سلگتے گھرانے، جنات کی شرارتوں سے عاجز لوگ، نظر بد کے اثرات، اولاد کی نافرمانیاں، حاسدین اور دشمنوں کا شر، گھریلو ناچاقی، رشتوں کی بندش، صحت کی بندش، کاروبار میں زوال، مقام ولایت کے متلاشی ایسے تمام حضرات کیلئے حیرت انگیز اولیائے کرام، کامیاب عاملین اور سادہ دل قارئین کی سادہ لیکن پراثر اور آزمودہ تحریریں اور تجربات جو وظائف اور تجربات کو چھپانا اپنی قبر کی کالک سمجھتے ہیں۔

آیئے! آج ہی اپنی نوٹ بک تیار رکھیں، گرین مارکر تلاش کریں کیونکہ ماہ جنوری 2013ء کا ابھرتا ہوا شاندار سورج ایسی جاندار تحریریں لا رہا ہے جو آپ کو چونکنے پر مجبور کر دیں۔ پڑھتے ہی آپ کروٹ بدلنے پر عاجز آجائیں کہ انتظار کی گھڑیاں کب ختم ہونگی یہ آپ کی طلب پر ہے۔

نوٹ: بندشوں میں مبتلا لوگ اور گھرانے کسی بھی قسم کی بندش ہو، جادوئی بندش جناتی بندش یا نظر بد کی بندش خاندانی ہو یا ازلی۔۔۔ ہرگز مایوس نہ ہوں، بالکل مفت میں یہ تحائف پڑھنا نہ بھولیں !!!

عبقری کا پیغام SMS پر حاصل کرنے کیلئے
اپنے موبائل پر FOLLOW UBQARI لکھ کر 40404 پر میسج کریں۔ سبسکرپشن چارجز ایک روپیہ بعد میں بالکل فری۔۔۔۔۔۔

3 0 6